

Gesine Heinrich

## Formen der Selbsthilfe in der DDR

*Zu den Wurzeln der Selbsthilfe in Deutschland gehört auch die Entwicklung der Selbsthilfe in der DDR und Nachwendezeit in den neuen Bundesländern. Wir haben in unserem NAKOS-Archiv recherchiert und wollen mit Ihnen eine kleine Zeitreise machen, in eine Zeit des Umbruchs, des Kennenlernens und des voneinander Lernens. Menschen aus der DDR kommen zu Wort, wir erinnern an Eindrücke von Klaus Balke von der DAG SHG-Jahrestagung 1990 und zitieren eine Bestandsaufnahme fünf Jahre nach der Wende.*

Gemeinschaftliche Selbsthilfe gab es in der DDR offiziell nicht. Sie war nicht erwünscht und nicht erlaubt. Zumindest aus Sicht der Pateiführung, des Staates. Und obwohl Eigenständigkeit und Eigeninitiative in der DDR nicht willkommen geheißen wurde, gab es durchaus Erfahrungen im sozialen Engagement, sei es durch private Beschaffungsnetzwerke oder betriebsgebundenes Engagement. Und dann gab es gruppenbezogene Selbsthilfe doch: Alkoholikergruppen – sogenannte Klubs –, Gruppen für seelische Gesundheit oder Angehörigengruppen behinderter Kinder. Wir beginnen mit Erinnerungen und O-Tönen von Selbsthilfeaktiven sowie Förder\*innen:

*„Selbsthilfe – das Wort gab’s gar nicht vor der Wende. Eine Selbsthilfegruppe, das war ein Ding der Unmöglichkeit, da wurde von Zusammenrottung gesprochen.“ Aber: „Die Gruppe, das war unsere kleine Nische, in der wir uns wohlgefühlt haben.“ Lange Fahrten hätten sie da in Kauf genommen, denn die Mitglieder wohnten*

*weit verstreut, in Erfurt oder Eisenach zum Beispiel. Man traf sich an wechselnden Orten, meist in Privatwohnungen oder unter dem schützenden Dach der Kirche, und zwar unter harmlosen Decknamen wie „Treff der Hausfrauen“.*

*In Wirklichkeit kamen Menschen zusammen, die seelisch angeschlagen waren. Sie hatten eine Psychotherapie hinter sich und halfen sich nun mit vereinten Kräften selbst weiter. Wenn die psychosomatischen Störungen durchs Reden allein nicht weichen wollten und auch Entspannungsübungen nichts nützten, wurden Spannungsübungen gelegentlich nach körpertherapeutischen Verfahren ausagiert. Manchmal machte das solchen Krach, dass die Kirchenleute irritiert fragten: „Was macht ihr da eigentlich?“ Wenn sie Glück hatten, konnten sie in einen leerstehenden Kindergarten ausweichen, da fiel der Lärm nicht so sehr auf. Solche Gruppen waren über Jahre stabil. Man hatte Vertrauen zueinander, tauschte verpönte Bücher aus, sprach auch über Politik. [...]*

Michael Froese, Psychologe in einer Ost-Berliner Poliklinik, berichtet, wie sie schon geraume Zeit vor der Wende die Patienten zur Bildung von Selbsthilfegruppen angeregt haben. „Nachbehandlung zur Rückfallprophylaxe“ nannte man das zur Tarnung.

In Wahrheit waren diese „Gruppen für seelische Gesundheit“, zu denen man auch Angehörige und Freunde mitbringen durfte, echte Selbsthilfegruppen, hatten also keinen Leiter. Die Merkmale solcher Gruppen hat Michael Lukas Moeller in seinem (1978 erschienenen) Buch „Selbsthilfegruppen“ so beschrieben: „Alle Gruppenmitglieder sind gleichgestellt. Jeder bestimmt über sich selbst. Die Gruppe entscheidet selbstverantwortlich. Jeder geht in die Gruppe wegen eigener Schwierigkeiten. Was in der Gruppe besprochen wird, soll in der Gruppe bleiben und nicht nach außen dringen. Die Teilnahme an der Gruppe ist kostenlos.“ [...]

aus Rosemarie Stein: Selbsthilfe – das Wort gab’s nicht vor der Wende. In: selbsthilfegruppennachrichten 1992, S. 63-64

[...] Selbsthilfe wurde in der ehemaligen DDR weder gefördert, noch war sie staatlich erwünscht. Trotzdem bestanden vergleichbare Vorformen der Gruppenselbsthilfe, insbesondere zu gesundheitlichen Themen. So berichtet beispielsweise Ronald Schulz für Halle, dass die ersten AA-Gruppen vermutlich 1985 entstanden; seit 1987 existierte eine Emotions Anonymous Gruppe. Oder Wilhelm Faßhauer berichtete bei einer

Diskussionsveranstaltung in Halle: „Gegen alle Widerstände haben meine Frau und ich gemeinsam mit einem weiteren betroffenen Ehepaar bereits vor der Wende im Jahr 1987 MS-Selbsthilfegruppen in Halle, später in Halle-Neustadt gegründet und betreut. Schon unsere Gruppenbezeichnung war bemerkenswert. Um den Selbsthilfebegriff zu vermeiden, mussten wir uns Betreuungsgruppe MS-Krankler (BMSK) nennen“. In Zwickau soll eine Selbsthilfegruppe krebskranker Frauen bereits 1983 gegründet worden sein. Weitere Belege für Jena über die Gründung von Gruppen ab 1984 (z.B. die Gruppe „Futurum“ (Trockene Alkoholiker), einen Gesprächskreis für Körperbehinderte oder den Arbeitskreis „Homosexuelle Liebe“) finden sich bei Marcus Häßler. [...]

aus Ingo Becker und Ulrich Kettler: Zwischen Euphorie und Ernüchterung: Die Selbsthilfegruppenslandschaft in den neuen Bundesländern fünf Jahre nach der Wende. In: selbsthilfegruppennachrichten 1996, S. 65-68

### Begegnungen zwischen Ost und West

Bereits am 3. Mai 1990 entstand im Rahmen der Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. eine Arbeitsgruppe „Selbsthilfegruppen-Unterstützung in der DDR – Wo können und sollen wir gemeinsam handeln“. Bei dieser Tagung kamen erstmals Selbsthilfegruppen-Unterstützende aus beiden Teilen Deutschlands zusammen, um sich kennenzulernen, auszutauschen, Fragen zu besprechen und zukünftige Wege der Zusammenarbeit

auszuloten. Klaus Balke, Gründer der NAKOS, war damals dabei und gab „Eine erste Einschätzung“:

*[...] „Es ist zunächst besonders wichtig, auf allen Ebenen ein Mehr an Gesprächen und Begegnungsmöglichkeiten zu schaffen, denn wir sprechen zwar dieselbe Sprache, deswegen bestehen dennoch einige Verständigungsschwierigkeiten. Wer weiß schon im Westen was beispielsweise „Dispensaires“ sind oder was ein „Stadtkabinett für Gesundheitserziehung“ ist und woher sollen unsere Kollegen wissen, was „Subsidiarität“ heißt und was ein „Wohlfahrtsverband“ ist und warum es von diesen gleich sechs gibt?*

*Es kann sich bei dem Prozess des Zusammenwachsens, der auch im Selbsthilfegruppen-Unterstützungsbereich zwangsläufig bevorstehen wird, nur um einen wechselseitigen Lernprozess handeln. Wir sind zwar die „Experten“ in Fragen von Förderung und Unterstützung und sollten unsere Kolleginnen und Kollegen auch an diesem Erfahrungswissen partizipieren lassen, doch bei weitergehenden Ratschlägen sollten wir behutsam sein, weil wir meistens nicht nur die bisherigen Versorgungsstrukturen nicht kennen, sondern auch mit der Mentalität und den Lebensweisen unserer Nachbarn nicht vertraut sind. Ob unsere Wege (Entwicklung und Aufbau von Kontaktstellen) auch die Wege für die Kollegen in der DDR und unsere Strukturen (Organisationen, Verbände) auch gleich die Strukturen in der*

*DDR sein sollten, können wir zwar vielleicht entscheiden, weil wir das Geld und damit die Macht und den Einfluss haben. Ob das alles aber den Menschen in der DDR dienlich ist und von ihnen gewollt ist, das sollten wir ihnen zur Entscheidung überlassen.“*

*aus Klaus Balke: Selbsthilfegruppen in der DDR – Eine erste Einschätzung. In: NAKOS EXTRA – Selbsthilfegruppen-Entwicklungen in der DDR 1990, S. 39-41*

### **Bilanz fünf Jahre nach der Wende**

Ingo Becker und Ulrich Kettler zogen fünf Jahre nach der Wende auf Grundlage der wissenschaftlichen Begleitung eines vom Bund geförderten Modellprogramms eine Bilanz:

*Seit Dezember 1992 bis Mitte 1996 läuft das vom BMFSFJ geförderte Modellprogramm „Förderung sozialer Selbsthilfe in den neuen Bundesländern“, welches durch das Institut für Sozialwissenschaftliche Analysen und Beratung (ISAB) wissenschaftlich begleitet wird. Auf den ersten Blick war die Wende die „Stunde Null“ der Selbsthilfe in den neuen Bundesländern. Selbsthilfe hatte es in der DDR nicht gegeben, sie war unerwünscht beziehungsweise wurde unterdrückt. Doch ein etwas genauerer Rückblick lohnt sich. Formen von kleinräumigen Solidargemeinschaften sowie Gemeinschaften auf der Grundlage von Tausch und gegenseitiger Hilfe hat es auch in der DDR gegeben. Erste Selbsthilfegruppen, insbesondere zu gesundheitlichen Themen, sind dort seit Mitte der 80er Jahre entstanden.*

*Einen entscheidenden Schub erhielt dann die Selbsthilfe-Entwicklung in der Wendezeit. Heute hat sich in den neuen Bundesländern eine breite Selbsthilfelandchaft entwickelt. [...] Wenngleich sich das Sozial- und Gesundheitswesen in der DDR grundsätzlich von dem der BRD unterschied, so war der Gedanke der Selbsthilfe auch Bürgern der DDR bekannt: [...] Im Rahmen der existierenden Versorgung gab es Kranken- und Behindertengruppen, die dem Konzept der Selbsthilfe sehr nahekamen: Dies waren der Deutsche Verband für Versehrten-sport der DDR, der Verband der Gehörlosen und Schwerhörigen sowie der Verband der Blinden und Seh-schwachen. [...]*

*Zu erwähnen sind in diesem Zusammen-hang auch die sogenannten Pa-tientenclubs, die jedoch staatlich ge-nehmigt und unter Anleitung von Ärzten standen. Schulz verweist da-rauf, dass sich hieraus häufig Grup-pen bildeten, die mehr oder weniger selbständig neben einer Behandlung als therapiebegleitende Gruppe liefen. In den Beschreibungen der Situati-on der Selbsthilfe vor der Wende ist immer wieder die Rede von „nicht of-fiziell“, von „abgeschlossenen Räu-men“ oder auch von „getarnten Tref-fen“. Selbsthilfe musste im privaten Kreis beziehungsweise verdeckt statt-finden. So bestanden gerade unter dem Schutz der Kirchen Gesprächs-kreise, an denen jedoch häufig Theo-logen beteiligt waren, beispielsweise die onkologische Gesprächsgruppe der Universitäts-Frauenklinik Halle.*

*Anzusprechen ist schließlich auch die Bürgerbewegung, mit der eine Viel-zahl von Gruppen und Initiativen be-reits vor der Wende entstand.*

*Auf die Vorformen der Selbsthilfe in der DDR deuten auch die Ergebnisse, die ISAB im Rahmen der Befragungen von Selbsthilfegruppen und Initiati-ven erhalten hat: So waren 1992 bei-spielsweise bei rund 17 Prozent der befragten Gruppen die meisten Mit-glieder bereits vor der Wende ehren-amtlich aktiv, in den Bereichen Sucht, Behinderung und Alter waren es sogar 30 Prozent. Die 1995 durchgeführte Befragung zeigte dann, dass sieben Prozent der Selbsthilfegruppen von Betroffenen und elf Prozent der außen-orientierten Selbsthilfegruppen be-reits vor der Wende entstanden wa-ren. [...]*

*Die Bereiche, in denen sich Gruppen und Initiativen in den neuen Bundes-ländern engagieren, zeigen überra-schende Parallelitäten zu jenen in den alten Bundesländern. Mit weitem Ab-stand ist das Hauptthema das Le-ben mit chronischen Erkrankungen. Die Nichtbehandelbarkeit der Ursa-che und die Tatsache, dass Betroffene permanent durch eine Krankheit be-einträchtigt werden, machen Selbst-hilfe in diesem Bereich so notwendig. Diese nahezu identische Struktur der Anliegen von Selbsthilfegruppen in Ost und West war im Vorfeld des Modell-programms nicht erwartet worden. Vor allem hatte man angenommen, dass sich zum Thema „Arbeitslosigkeit“ vie-le Gruppen bilden würden. Es wurden jedoch weniger Selbsthilfegruppen als*

viel mehr Beschäftigungsinitiativen gegründet, deren Hauptziel die Wiedereingliederung der Arbeitslosen in den Arbeitsmarkt ist, und weniger die Förderung ihres freiwilligen sozialen Engagements.

Obwohl die Anliegen vergleichbar sind, unterscheiden sich die Gruppentypen im Ost-West-Vergleich deutlich. In den fünf neuen Ländern dominieren mit 55 Prozent die Gruppen von Betroffenen noch stärker als in Westdeutschland (50 %). Außenorientierte Gruppen finden sich häufiger (33 %) als in der alten Bundesrepublik. Dafür sind in Westdeutschland viele Gruppen als Initiativen zu klassifizieren (22 %). Mit zwölf Prozent aller Gruppen spielen die Initiativen in den neuen Bundesländern derzeit nur eine geringe Rolle. [...]

Während die Zahl der Gruppen in Westdeutschland in der Zeit von 1992 bis 1995 von 46.000 auf 60.000 zunahm, das heißt eine Wachstumsrate von 30 Prozent erreichte, war die Entwicklung in den neuen Bundesländern noch dynamischer. Im Vergleichszeitraum erhöhte sich die Gruppenzahl hier von 5.000 auf 7.500, also um 50 Prozent. Für das Jahr 1993 konnte man (nach einer vorsichtigen Hochrechnung) davon ausgehen, dass circa 5.000 Gruppen mit etwa 130.000 Mitgliedern in den neuen Bundesländern existierten. Nur zwei Jahre später engagierten sich bereits 195.000 Menschen in 7.500 Gruppen und Initiativen. In der Bundesrepublik Deutschland sind es damit heute insgesamt 2,6 Millionen Menschen. Der häufig in der

Öffentlichkeit beklagte Rückgang der Bereitschaft, sich sozial zu engagieren, kann für den Bereich der Selbsthilfegruppen nicht bestätigt werden. Ganz im Gegenteil ist für die kommenden Jahre von einer weiteren Zunahme auszugehen.

Als weiterer Indikator für die Entwicklung kann die Selbsthilfegruppennichte verwendet werden. Sie gibt an, wie viele Gruppen pro 10.000 Einwohner bestehen. In westdeutschen Städten beträgt die Gruppennichte 9,7 Gruppen pro 10.000 Einwohnern und in westdeutschen ländlichen Regionen 5,4. In den Städten der neuen Bundesländer liegt sie bei 4,9 und in den ländlichen Regionen bei 4,1. Damit erreichen die ostdeutschen Städte bereits 51 Prozent des Westniveaus, die ländlichen Regionen in den neuen Bundesländern sogar 76 Prozent. [...]

aus Ingo Becker und Ulrich Kettler: *Zwischen Euphorie und Ernüchterung: Die Selbsthilfegruppendichte in den neuen Bundesländern fünf Jahre nach der Wende*. In: *selbsthilfegruppennachrichten* 1996, S. 65-68 |

Gesine Heinrich, NAKOS

Kontakt: [redaktion@nakos.de](mailto:redaktion@nakos.de)

Literatur:

Balke, Klaus: *Selbsthilfegruppen in der DDR – Eine erste Einschätzung*. In: NAKOS EXTRA – *Selbsthilfegruppen-Entwicklungen in der DDR* 1990, S. 39-41

Becker, Ingo und Kettler, Ulrich: *Zwischen Euphorie und Ernüchterung: Die Selbsthilfegruppendichte in den neuen Bundesländern fünf Jahre nach der Wende*. In: *selbsthilfegruppennachrichten* 1996, S. 65-68

Stein, Rosemarie: *Selbsthilfe – das Wort gab's nicht vor der Wende*. In: *selbsthilfegruppennachrichten* 1992, S. 63-64