

Vor Ort aktiv – im weltweiten Netz präsent

Viele regionale Selbsthilfegruppen haben bereits eigenen Internetauftritt

Was für die regionalen und nationalen Kontaktstellen gilt, trifft im Wesentlichen auch für Selbsthilfegruppen mit nur lokalem Radius zu: Die Präsenz im Internet macht die Gruppe leichter erreichbar, Ansprechpersonen werden entlastet, Informationen können schnell an viele Personen weitergeleitet werden. Auch die Nutzerinnen und Nutzer profitieren. Denn nicht jedem fällt es leicht, sein Anliegen öffentlich zu machen. Wer erklärt schon gern einer wildfremden Person, dass eine Brustamputation bevorsteht? Oder dass der Partner alkoholabhängig ist?

Wir stellen hier vier Webseiten von Tübinger Selbsthilfegruppen vor. Es ist keine wertende Auswahl, sondern es werden Präsentationen mit unterschiedlichen Schwerpunkten beschrieben:

Treffpunkt Krebs – Diskretion und Ästhetik



Anonymität im Netz – Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen, sind meist sehr froh darüber.

Vertreter und Vertreterinnen der Selbsthilfegruppen wissen das und bieten zum Teil aufwändig gestaltete und informative Internetauftritte an. Irene Gust und

Britta Rochier, Kontaktpersonen von *Treffpunkt Krebs*, einer Selbsthilfegruppe für jüngere Krebspatientinnen, legen Wert auf einen ästhetisch gestalteten, individuellen Auftritt. www.treffpunktkrebs.de bietet zudem eine Fülle von weiterführenden Artikeln, Buchtipps und Links zum Thema Krebs. Fotos, persönliche Texte und künstlerische Gestaltungselemente geben der Seite eine Note, die zu einem angemessen diskreten und dennoch persönlichen Umgang mit der schwerwiegenden Diagnose Krebs passt.

Werbeanzeigen gibt es keine. „Mit uns nicht!“ erklären Irene Gust und Britta Rochier: „Wir nehmen grundsätzlich keine Gelder und Unterstützung von Pharmakonzernen und Unternehmen mit Interessenkonflikten (wie Tabak-, Chemie-, Kosmetikindustrie)... Wir kooperieren nicht mit medizinischen Verbänden... Wir lehnen ein leistungsbetontes, dynamisch-jugendliches Bild vom Leben mit Krebs ab, ebenso wie das bewusst (und oft ausschließlich) positiv dargestellte Erleben der Krankheitserfahrung.“ *Treffpunkt Krebs* kommuniziert außerdem über die Internetplattform Twitter.

AA-Tübingen – Anonymität als Gruppenprogramm

Ganz anders, wirklich anonym, geht es auf der Seite der Anonymen Alkoholiker Tübingen zu. Eigentlich haben die verschiedenen Meetings der AA-Tübingen gar keine eigene Seite, sondern sind als Unterbereich auf der deutschlandweiten Seite www.anonyme-alkoholiker.de zu finden. Vor schlichtem blauen Hintergrund, ohne Fotos oder Dekorationen, erhält man die notwendigen Informationen: Die Entstehungsgeschichte der Anonymen Alkoholiker, die Philosophie der Bewegung, Hinweise auf AA-Literatur und eine interaktive Karte der Gruppen in Deutschland. Klickt man sich durch, kommt man zur Zusammenstellung der Tübinger Gruppen und stellt überrascht fest, dass man an jedem Tag der Woche an einem AA-Meeting in Tübingen teilnehmen kann. Sogar eine englischsprachige Gruppe gibt es.

Werbung und Links gibt es ebenfalls nicht, denn das widerspricht den Maximen der Anonymen Alkoholiker, die völlig unabhängig und unbeeinflusst ihre Arbeit für die Genesung alkoholkranker Menschen tun wollen. Dafür aber gibt es verschiedene Onlinemeetings für Menschen, die aus gesundheitlichen, regionalen oder beruflichen Gründen nicht an den



regulären Gruppenabenden teilnehmen können. Onlinemeetings gibt es zu verschiedenen Themen: Es gibt lockere Chatrooms, Onlinegruppen speziell für Frauen oder auch für Menschen, die sich über ihre Suchterkrankung noch nicht sicher sind.

Eine Seite die Mut macht – Stottererselbsthilfe Tübingen



Sehr persönlich wiederum ist die Seite der Stotterer Selbsthilfe Tübingen gestaltet. Und dies mit voller Absicht, denn die Initiatoren wollen andere Stotterer heraus aus der Isolation und hinein in eine engagierte Gruppe holen. So stellt sich M. den Besuchern der Seite ganz konkret vor: „Seit über 18 Jahren besuche ich die Selbsthilfegruppe in Tübingen. Es war damals ein eigenartiges Gefühl, sich auf den Weg zu machen und nicht zu wissen, was einen erwartet. Ich war positiv überrascht. In all den Jahren habe ich den Schritt nie bereut ... Ich habe interessante Menschen kennen gelernt, viel über das Stottern gehört und gelernt, in Übungen und im Erfahrungsaustausch deutlich meinen Redefluss verbessert und viele gesellige Stunden mit der Gruppe ... erlebt. Von Beruf bin ich Maschinenbauingenieur, verheiratet und Vater von zwei Töchtern“.

Thomas Schneider, Kontaktperson der Tübinger StottererSelbsthilfe und verantwortlich für die Webseite erklärt: „Wenn Neue heute zu uns in die Gruppe kommen, dann in fast allen Fällen nach einer ersten Information über die Internetseite. Deshalb ist uns die Gestaltung und Pflege auch sehr wichtig. Die Seite soll Mut und Lust auf die Gruppe machen.“ Neben einer Fülle von Fakten und Links zu anderen Stotterer-Seiten gibt es sogar eine ganze Reihe von Stottererwitzen.

www.stottern-tuebingen.de

Kooperation mit der Uni – Angehörigengruppe Tübingen

Zuletzt noch ein Blick auf die Seite der Angehörigengruppe Psychisch Kranker in Tübingen. Diese Seite steht unter dem Logo der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, da die Gruppe seit mehr als 15 Jahren von Fachpflegepersonal der Klinik angeleitet wird. Zum Schutz ihrer Privatsphäre wollen die Gruppenmitglieder nicht an die Öffentlichkeit gehen. Deshalb gibt es kaum persönliche Angaben oder gar Fotos. Es gibt eine sachliche Beschreibung der Gruppenangebote und der Ziele der Arbeit.

Allerdings werden die Besucher der Seite von den Fachkräften sehr individuell angesprochen: „Wir besprechen mit Ihnen Frühwarnzeichen ... Wir wissen, welch schwere Bürde Sie als Angehörige eines psychiatrisch

erkrankten Familienmitglieds zu tragen haben... Wir klären Sie über die Psychopharmaka und auch über deren Nebenwirkungen auf...“ Hinzu kommt eine Terminübersicht, die Adresse des Treffpunkts und mehrere Kontaktadressen. Links und Hinweise auf Zusatzinformationen gibt es auf einer Extraseite. Im Gästebuch kann man persönliche Eindrücke hinterlassen. So schreibt eine Besucherin: „*Früher hielt ich das "sehen,-dass-man-nicht-alleine-steht-mit-dem-Problem" für eine Floskel, die mir eigentlich nichts sagte. Erst seit ich es selbst erfahren habe, weiß ich diese Hilfe zu schätzen.*“

www.angehoerigengruppe-tuebingen.de

Viele weitere Tübinger Selbsthilfegruppen bieten über eigene Internetseiten wichtige Informationen über Krankheitsbilder, Behandlungsmethoden, Landes- und Bundesverbände und vieles andere an. Die Adressen können in der Selbsthilfedatenbank der Kontaktstelle unter dem jeweiligen Gruppeneintrag nachgeschlagen werden:

www.sozialforum-tuebingen.de.

Hiltrud Schwenzer