Serie: Selbsthilfegruppen kennenlernen

Netzwerk für Familien mit Diabetes-Kindern

Mit diesem Artikel stellt das Netzwerk für Familien mit Diabetes-Kindern ein erfolgreiches Beispiel für die gelingende Kooperation zwischen Klinik St.Hedwig, KISS und den Selbsthilfegruppen vor:

Das Diabetes-Team der Klinik St. Hedwig und die Selbsthilfegruppe arbeiten zusammen um die Kinder und ihre Familien fit für den Alltag zu machen.

Die Idee zu einem Jahrestreffen zwischen „alten Hasen" und „Neumanifestierten" wurde in intensiven Gesprächen zwischen Selbsthilfeerfahrenen sowie mit den fachkundigen Mitarbeitern des Diabetes-Teams geboren.

Ausgangspunkt dafür war die Beobachtung, dass der Besuchsdienst von Vertretern der Selbsthilfegruppe in der Klinik im Rahmen des stationären Aufenthalts bei der Manifestation nur sporadisch in Anspruch genommen wird. Im Vordergrund steht zu diesem Zeitpunkt die medizinische Versorgung des betroffenen Kindes sowie die Befähigung der Familie, baldmöglichst gut versorgt mit den wesentlichen Informationen rund um Diabetes in den neuen Alltag nach Hause entlassen zu werden. Die Erfahrungen zeigten, dass es Familienmitgliedern in den ersten Wochen und Monaten nach der einschneidenden Diagnose oft schwer fällt, über die eigenen Empfindungen, Ängste und Sorgen offen zu reden. Gelingt dies im guten Freundes- und Bekanntenkreis noch leichter, so stellt die Herausforderung, sich ebenfalls betroffenen, aber eben fremden Menschen zu öffnen, eine schier unüberwindbare Hürde dar.

Vertrauensbasis bilden

Zu Beginn eines neuen Jahres erfolgt nun schon zum dritten Mal die Einladung an alle Neumanifestierten des Vorjahres durch das Diabetes-Team der Klinik St. Hedwig, zu dem in der intensiven Betreuungsphase nach der Diagnosestellung ein enger Kontakt und eine Vertrauensbasis aufgebaut wurde. Über das bestehende Selbsthilfenetzwerk werden alle Familien, die bereits im Netzwerk aktiv sind, eingeladen.

Die Treffen finden in den Räumlichkeiten der Klinik – im Mitarbeiterspeisesaal sowie der Bewegungshalle – statt. Auch hier treffen die Erstlingsteilnehmer auf ein bekanntes Umfeld. Diese vertraute und geschützte Umgebung erleichtert den Neumanifestierten die Kontaktaufnahme mit (noch) unbekannten Familien.

Erfahrungsaustausch hilft

Schwerpunkte des Neulingstreffens sind das gegenseitige Kennenlernen der Familien, Eltern und Kinder, miteinander ins Gespräch kommen, Erfahrungen

austauschen und das beruhigende Gefühl zu spüren, mit der Diabetes-Erkrankung nicht alleine zu sein.

Zur Eröffnung des Abends werden verschiedene Spiele zum Kennenlernen angeboten. Mit der lockeren Vorstellungsrunde verfliegen anfängliche Scheu und Zurückhaltung ganz geschwind. Namenssticker helfen, die vielen neuen Namen im Gedächtnis zu behalten. Eine Landkarte visualisiert mittels Klebeetiketten den Herkunftsort der anwesenden Familien. Damit wird die Übersicht erleichtert, andere betroffene Familien in der näheren Umgebung zu finden.

Der zweite Teil des Abends hat zum Ziel, rege miteinander ins Gespräch zu kommen. In Kleingruppen werden unterschiedliche Themen bearbeitet, zum Beispiel „Erfahrungen rund um die Diabetes-Manifestation", „Positives & Verbesserungsbedarf im Klinikbetrieb und familiären Umfeld" oder „Selbsthilfe – eine wichtige Unterstützung im Diabetes-Alltag?!". Dabei entwickeln sich meist intensive Gespräche zwischen allen Teilnehmern. Von den individuellen Erfahrungen kann jeder profitieren und manchmal ist es schon hilfreich, eine als schwierig empfundene Situation im Diabetes-Alltag nur aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten.

Wichtig für das Gelingen des Netzwerkabends ist dabei immer, dass alle Teilnehmer freiwillig an den verschiedenen Aktivitäten teilnehmen. Deshalb entscheidet jeder selbst, inwieweit er sich öffnet oder gegebenfalls lieber eine Auszeit für sich in Anspruch nimmt. Schließlich drehen sich die Gespräche mitunter um emotional stark belastende Themen.

Die abschließende Feedback-Runde bietet jedem Teilnehmer die Möglichkeit, seine Meinung zum Ablauf des Abends, zu den Inhalten sowie zu seiner persönlichen Einschätzung, inwiefern die Selbsthilfe mit dem bestehenden Netzwerk für den Einzelnen nützlich ist, mitzuteilen.

Für die Organisatoren des Neulingstreffens war es an dieser Stelle in den vergangenen Jahren sehr motivierend zu erfahren, dass es gelungen war, Ängste und Unsicherheiten im Zusammenhang mit Selbsthilfe abzubauen. Und bei den Besuchern, die zum ersten Mal an einem Netzwerktreffen teilgenommen haben, war die Freude und Erleichterung darüber spürbar, die gefühlte Hürde überwunden und den Kontakt zu Selbsthilfeaktiven gefunden zu haben.

Selbsthilfe kann lustig sein

Wenn dann bei der Verabschiedung von Teilnehmern ein fröhliches „Das war ein toller Abend!" oder „Ich wusste gar nicht, dass Selbsthilfe so lustig sein kann! Ich komm' bestimmt wieder zum Netzwerktreffen." geäußert wird, ist das sowohl für das Diabetes-Team der Klinik St. Hedwig in Regensburg als auch für die Netzwerkverantwortlichen eine schöne Bestätigung, die motiviert, den eingeschlagenen Weg gemeinsam fortzusetzen.

Und so wird bei der Verabschiedung ein ehrliches „Auf Wiedersehen" bekräftigt – und zwar bei einem der nächsten Netzwerktreffen.

Herzlich bedanken möchte ich mich an dieser Stelle beim gesamten Diabetes-Team der Klinik St. Hedwig in Regensburg, bei der Klinikleitung für die Möglichkeit zur Nutzung der Räumlichkeiten, für die köstliche und reichhaltige Verpflegung anlässlich des Neulingstreffens sowie für die Unterstützung und Förderung des Selbsthilfenetzwerks für Familien mit Diabetes-Kindern in allen Belangen. Und ein dickes Dankeschön auch an alle Familien, die bereits seit längerer Zeit im Selbsthilfenetzwerk aktiv sind und ohne deren persönliches Engagement der Erfolg dieses Abends nicht möglich wäre!

Marianne Magg

Porträt des Netzwerks für Familien mit Diabetes-Kindern:

- 1996 gegründete Selbsthilfegruppe unter dem Dachverband des Diabetikerbunds Bayern.
- Über 100 Familien aus dem Raum Regensburg, Oberpfalz, Niederbayern sind im Netzwerk-Mail-Verteiler sind registriert.
- Circa 10 – 15 Familien mit Kindern und Jugendlichem im Alter zwischen einem und 18 Jahren besuchen regelmäßig die Gruppentreffen. Themenvorträge rund um Diabetes bei Kindern & Jugendlichen im Wechsel mit Ausflügen und Freizeitaktivitäten für die ganze Familie
- Unverbindliche und freiwillige Teilnahmemöglichkeit
- Vertrauensvolle und freundliche Atmosphäre bei den Gruppentreffen, die von fröhlichem Lachen und ehrlichen Gesprächen geprägt ist.

Weitere Informationen

Informationen rund ums Neulingstreffen und zur Selbsthilfe geben gerne das Diabetes-Team der Klinik St. Hedwig sowie
Marianne Magg
Netzwerk für Familien mit Diabetes-Kindern
Marienstr. 16, 93152 Nittendorf
Tel. 09404 641457
Email: jannimagg@aol.com