

GRUPPENGRÜNDUNG

Angehörige von Krebsbetroffenen

Neue Selbsthilfegruppe für Betroffene

Warendorf, 01.10.2010: Wenn Menschen die Diagnose Krebs erhalten, ändert sich von jetzt auf gleich alles. Die Diagnose Krebs macht Angst. Vor allem den Betroffenen selbst, aber auch den Angehörigen und Freunden. Der Alltag, die Gefühls- und Gedankenwelt werden auf den Kopf gestellt, viele Fragen tauchen auf, und alle Beteiligten müssen sich auf die neue Situation einstellen und den Alltag neu organisieren.

Die besondere Rolle der Angehörigen

Angehörige von Krebsbetroffenen spielen in dieser Zeit eine besondere Rolle. Sie sind die wichtigste Stütze für die Betroffenen, sowohl in emotionaler Hinsicht als auch in rein praktischen Angelegenheiten. Informationen müssen eingeholt und Entscheidungen getroffen, die medizinische und wenn nötig auch die pflegerische Versorgung muss organisiert werden. Eine zeit- und kräftezehrende Angelegenheit, bei der Angehörige oftmals ihre eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund stellen. Dazu kommt die Sorge um die Zukunft und die Angst um den möglichen Verlust des geliebten Menschen.

In dieser schwierigen Zeit ist es wichtig, dass sich Angehörigen Wege suchen, um mit der Situation umgehen zu können und um Kraft zu schöpfen, die sie für die Begleitung der Betroffenen brauchen. Eine Möglichkeit ist es, sich mit Menschen auszutauschen, die in der gleichen Situation sind und wissen, was es heißt, wenn durch die Diagnose Krebs das Leben aus den Fugen gerät.

Austausch mit Gleichbetroffenen

Auch Monika, deren Mann vor knapp drei Jahren an Krebs erkrankt ist, hat die Erfahrung gemacht, dass der Austausch mit Gleichbetroffenen hilft. Sie hat sich nach der „Schockdiagnose“ („Wir sind von ganz hoch bis ganz tief gefallen!“) einer Selbsthilfegruppe in Münster angeschlossen. Hier hat sie gemerkt, dass sie mit ihren Sorgen nicht alleine ist: „Die Offenheit und der Austausch mit Gleichbetroffenen haben mir geholfen. Das Gefühl, nicht alleine zu sein und verstanden zu werden, haben mir Kraft und Mut gegeben.“ Neben dem Gefühl, verstanden zu werden, hat sie viele wertvolle Informationen für die Begleitung ihres Mannes erhalten. Zum Beispiel Informationen über unangenehme Nebenwirkungen der Chemotherapie und den Umgang damit, aber auch viele weitere medizinische Tipps. Außerdem, so Monika, könne in der Gruppe über Themen gesprochen werden, über die

Angehörige nicht mit der erkrankten Person sprechen können oder wollen. Ihr Fazit: „Durch die Krebsdiagnose ändert sich das Leben. Das Leben läuft nicht immer rund, aber ich habe gelernt, Krisen zu meistern. Trotz allem lohnt es sich, noch Einiges auf den Weg zu bringen und den Kopf nicht in den Sand zu stecken. Dabei haben mir die Treffen der Selbsthilfegruppe sehr geholfen. Und wenn man noch Glück hat, so wie ich, dann kristallisieren sich noch wertvolle Freundschaften heraus.“

Positive Erfahrungen

Mit diesen positiven Erfahrungen hat sie sich entschlossen, nun eine Selbsthilfegruppe für Angehörige von Krebsbetroffenen im Kreis Warendorf zu gründen. Sie wird dabei unterstützt von Markus, den sie in der Münsteraner Selbsthilfegruppe kennengelernt hat. Auch Markus hat erlebt, dass durch die Krebserkrankung seiner Frau die Welt plötzlich zusammenbrach, der Austausch in der Gruppe aber weiterhalf: „Ich fühlte mich von Freunde und Bekannten oft nicht verstanden bzw. die Krankheit wurde von denen leicht abgetan mit den Worten, das wird schon wieder, ihr müsst stark sein, ihr müsst kämpfen, aber jetzt ist ja alles überstanden.“ Diese Aussagen brachten mir gar nichts. Ich habe mir Leute gesucht, die dasselbe wie ich durchgemacht haben. Ich fühle mich von diesen Leuten verstanden, wir sprechen eine Sprache.“

Mögliche Themen bei den Treffen

In der neuen Selbsthilfegruppe sollen alle Themen angesprochen werden, die Angehörige von Krebsbetroffenen beschäftigen. Auch das Thema Partnerschaft gehört nach Ansicht von Monika und Markus dazu. Neben dem Austausch untereinander ist es beiden wichtig, dass hin und wieder Profis zu den Treffen eingeladen werden, um Fachinformationen zu erhalten, die für die Begleitung der Erkrankten wichtig und hilfreich sind. „Wir können uns gut vorstellen, Profis aus der Krebsberatung, der Hospizbewegung, von Betreuungsvereinen, der Pflege – und Wohnberatung und natürlich Mediziner*innen zu dem ein oder anderen Thema einzuladen. Je mehr fachliche Informationen wir als Angehörige erhalten, umso besser können wir begleiten.“

Das 1. Treffen

Das erste Treffen der Selbsthilfegruppe ist für den 22. Oktober geplant, danach sollen die Treffen jeden vierten Donnerstag im Monat in den Räumlichkeiten der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf an der Waterstroate 6 in Warendorf stattfinden. Angesprochen werden Angehörige von Krebsbetroffenen, die mit den erkrankten Personen im gleichen Haushalt

leben. Interessierte können sich melden bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf unter der Telefonnummer 02581 46 799 88 oder unter selbsthilfe-warendorf@paritaet-nrw.org

SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE KREIS WARENDORF

Waterstroate 6

48231 Warendorf

Telefon: 02581 46 799 88

Email: selbsthilfe-warendorf@paritaet-nrw.org

Homepage: www.selbsthilfe-warendorf.de

ANSPRECHPARTNERINNEN:

Sabine Tenambergen & Christiane Vollmer

SPRECHZEITEN:

Montag bis Donnerstag 9.00 - 12.00 Uhr

Dienstag 14.00 - 15.30 Uhr

Donnerstag 15.00 - 17.00 Uhr

und nach Vereinbarung