

Selbsthilfegruppe „Oase für chronisch Kranke“

Interview mit Frau Rika Stückrath

Rika Stückrath ist 45 Jahre alt und chronisch krank. Unter anderem leidet sie unter einem chronischen Schmerzsyndrom, Gelenkrheuma, Arthrose und einer chronischen Borreliose. Bereits als Kind hatte sie orthopädische Probleme durch Fehlstellungen beider Hüften, der Knie und der Wirbelsäule. Dadurch sind schon früh chronische Schmerzen entstanden. Die gelernte Erzieherin hat aufgrund ihrer Hüft- und Knieprobleme eine Umschulung zur Sozialpädagogin absolviert, ist jedoch seit 2009 berentet. Von 2007 – 2009 leitete sie eine Selbsthilfegruppe für chronisch Schmerzkranken in Lüneburg. Im Sommer 2018 gründete sie in Schermbeck die Selbsthilfegruppe „Oase für chronisch Kranke“.

1. Wieso haben Sie sich dazu entschlossen, eine Gruppe für chronisch Kranke zu gründen, in der sich alle Menschen treffen können, egal wie alt sie sind oder welche Erkrankung sie haben?

Ich habe nicht nur eine chronische Erkrankung, sondern gleich mehrere. Daher möchte ich mich nicht nur über eine bestimmte Erkrankung unterhalten, sondern über die verschiedenen Erkrankungen bzw. das Gesamtbild und die Auswirkungen dessen und wie man dem begegnen kann. Ich habe festgestellt, dass es manchen genauso geht, mehrere Erkrankungen zu haben oder bei manchen noch keine Diagnose steht oder es für diese Erkrankung keine Selbsthilfegruppe gibt. Ich dachte, es gibt genug Selbsthilfegruppe für z.B. Rheumaerkrankte, ich wollte das Ganze offener gestalten, denn die sozialen und psychischen Folgen und Probleme sind ähnlich und auch wie man dem innerlich begegnen kann. Ich fühlte mich nie richtig aufgehoben bei einer Selbsthilfegruppe, die nur eine meiner Erkrankungen anspricht, vielleicht geht es manchen ähnlich. Und jeder hat mit Folgen der chronischen Erkrankung zu kämpfen, egal wie alt jemand ist und braucht Zuspruch. Je nach Alter sind die Probleme vielleicht etwas anders gelagert oder haben andere soziale und berufliche Auswirkungen, die aber doch für jeden anderen chronischen Erkrankten nachvollziehbar sind und junge können von älteren Gruppenmitgliedern lernen und umgekehrt.

2. Wie ist der Name Ihrer Gruppe entstanden?

Ich habe überlegt, was das Ziel dieser Selbsthilfegruppe sein soll und was ansprechend wirken könnte. Sie soll Hilfe bieten inmitten der Wüstenerfahrung einer chronischen Erkrankung, die Selbsthilfegruppe soll zur Oase werden. In einer Oase in der Wüste kann man sich erholen, bekommt Nahrung, Stärkung und Zuspruch durch andere und deren Gemeinschaft. Das soll auch diese Austauschgruppe bieten.

3. Was ist das Besondere an Ihrer Selbsthilfegruppe?

Wie ich auch schon erwähnt habe, die Selbsthilfegruppe ist nicht auf eine bestimmte Erkrankung gerichtet, sondern für Menschen, egal welcher chronischer Erkrankung und ist damit offener gestaltet und kann viele Menschen ansprechen. Zudem lege ich den Schwerpunkt, auf das was helfen kann, nicht auf die Probleme und was einen noch mehr herunterziehen kann.

Am Schluss jeder Gruppenveranstaltung sinnen wir über einen nachdenkenswerten Spruch, ein Lied oder Gedicht nach, das ich mitbringe. Jeder bekommt als Erinnerung daran auch etwas mit nach Hause. Das kann ein Lesezeichen mit dem Spruch sein oder eine Karte. Auch das soll ermutigen, seinen Weg mit der Krankheit zu gehen und darüber nachzudenken und wenn nötig, die Richtung zu wechseln.

Die Selbsthilfegruppe trifft sich jeden 1. und 3. Freitag im Monat von 11.00 Uhr – 12.30 Uhr (außer in den Sommerschulferien) im Evangelischen Gemeindehaus, Kempkesstege 2 in Schermbeck. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Rika Stückrath unter der Telefonnummer: 02853 49 79 932 oder per E-Mail: rika_stueckrath@web.de an.