

Intro: Herzlich Willkommen bei seko on air. Der Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.

*Irena Težak:* Hallo und herzlich Willkommen! Heute hören Sie die Ehrenamtsbeauftragte der Bayerischen Staatsregierung, Eva Gottstein, im Gespräch mit meiner Kollegin und Gastmoderatorin Theresa Keidel. Viel Spaß.

*Theresa Keidel:* Frau Gottstein, ich freue mich, dass ich Sie heute besuchen darf. Sie sind ja Ehrenamtsbeauftragte der bayerischen Staatsregierung und haben jetzt seit drei Jahren Erfahrung. Zwei Jahre davon waren jetzt schon Pandemie. Also eine sehr, sehr schwierige Zeit, auch fürs Ehrenamt. Was waren denn so Ihre persönlichen, größten Herausforderungen in dieser Zeit?

*Frau Gottstein:* Ja, leider hat Corona diese Zeit geprägt. Die meiste Zeit. Natürlich habe ich mich am Anfang erst etwas einarbeiten müssen und hatte Gott sei Dank schon die nötigsten Kontakte, bevor die Kontaktbeschränkungen eingetreten sind. Ich habe hier dann schon festgestellt, mit jeder Infektionsschutzmaßnahmen-Verordnung, dass man hilflos war zunächst einmal. Das es etwas ganz Neues war, dass die Regelungen natürlich in einer gewissen fast Panik getroffen werden mussten. Und deswegen war es dann schon für mich eine Herausforderung. Und ich denke aber auch, die Staatsregierung ist dann nach und nach darauf eingegangen, hier ganz klar auch immer an die Ehrenamtlichen zu denken und in dem Fall wirklich auch an die Selbsthilfegruppen, die von den Kontaktbeschränkungen natürlich extrem betroffen waren. Und es war einfach kontraproduktiv.

*Theresa Keidel:* Das stimmt. Wir haben auch sehr viel Beratungsnotwendigkeit gehabt, um Menschen, die in der Selbsthilfe weiter aktiv werden wollten, zu beraten, wie sie sich überhaupt noch treffen können. Manche Gruppen haben sich in Schrebergärten getroffen, manche unter Autobahnbrücken, manche Selbsthilfegruppen sind auch auf Online umgestiegen. Das ist aber nicht allen geglückt. Das ist doch ein schwieriges Thema. Jetzt sind Sie drei Jahre im Amt. Wie schaut denn eigentlich so ein ganz normaler, wenn es das überhaupt gibt, ein ganz normaler Arbeitsalltag bei Ihnen aus oder Arbeitstag aus?

*Frau Gottstein:* Es ist immer spannend, seit ich im Landtag bin. Und natürlich jetzt auch als Ehrenamtsbeauftragte. Es war in den Corona Zeiten jetzt teilweise sehr viel, Video-Konferenzen, was mir persönlich auch meinem Temperament, auch meinem Umgang mit anderen eher nicht entgegengekommen ist. Allmählich geht es voran, dass ich Besuche machen kann, auf jeden Fall im Freien. Ganz unterschiedlich ist der Tag. Das heißt, ich versuche natürlich nicht zu früh anzufangen, der Abend kann lang werden. Und es wechselt ab zwischen Auswärtsterminen, Begegnungen hier im Büro. Aber es hat immer mit Menschen zu tun, und das ist einfach schön.

*Theresa Keidel:* Das glaube ich Ihnen. Sie haben ja auch eine ganz schöne Reihe, nämlich das Ehrenamt der Woche, stellen Sie immer vor. Das lese ich immer sehr interessiert. Haben Sie noch so andere Projekte geplant, jetzt, 2022, wo Sie sagen, Sie wollen neue Schwerpunkte setzen?

*Frau Gottstein:* Also wir haben festgestellt, dass es ganz gut ist, wenn man, wie soll ich sagen, die mittlere Ebene des Ehrenamts vielleicht mehr trifft. Das heißt, natürlich hat man

bei verschiedenen Anlässen mit den Vorstandsvorsitzenden, vor allem der großen Organisationen regelmäßig Kontakt. Aber es gibt in meinen Augen auch so eine mittlere Ebene, also noch über der Basis, also bezirksmäßig organisiert oder themenmäßig organisiert. Und da habe ich vor, hier noch mehr darauf zuzugehen, indem man sagt, wir treffen uns zu einem Gespräch und tauschen uns aus. Das ist also eine Möglichkeit, denke ich, noch mehr auch zu würdigen. Insgesamt versuche ich im Rahmen dieses Ehrenamts der Woche das eben nicht nur auf die Homepage zu stellen, sondern jetzt auch, vielleicht bei jedem dritten, wenn nicht sogar jeden zweiten Ehrenamt auch kurz vor Ort zu erscheinen, die Leute auch mal persönlich kennenzulernen. Weil ich gemerkt habe, diese Wertschätzung, die in dem Fall nicht in meiner Person, sondern in meinem Amt besteht, tut den Leuten gut und das möchte ich einfach machen. Das ist für mich eine gute Möglichkeit, den Respekt der bayerischen Staatsregierung weiterzugeben.

*Theresa Keidel:* Jetzt ist ja Selbsthilfe ein besonderer Teil des Ehrenamtes. Da geht es um betroffene Menschen von Erkrankungen, die sich aber trotzdem für andere engagieren oder auch Angehörige von Betroffenen. Haben Sie da Berührungspunkte? Haben Sie Selbsthilfe auch schon selbst kennenlernen müssen, muss man ja fast sagen, wenn es Probleme gab?

*Frau Gottstein::* Also ich habe in meinem familiären Umfeld bisher Gott sei Dank keine Berührungspunkte damit gehabt, weil eben Krankheiten ausgeblieben sind. Bis jetzt Gott sei Dank, das muss man immer wieder betonen. Ich habe in den 80er Jahren, da war ich noch ganz normale Beratungslehrerin in einer Realschule den Sucht-Arbeitskreis für die Region zehn aufgebaut und habe natürlich später als Schulleiterin auch dann gewusst, es gibt diese Selbsthilfegruppe und ja, da habe ich meinen Teil dazu beigetragen. Aber wie gesagt, meine erste Erfahrung war damals in Mitte der 80er Jahre und natürlich kennt man inzwischen in meinem Alter dann auch Freundinnen, Kolleginnen, die bei Krebs Selbsthilfegruppen sind, wo ich auch merke, dass in dem Bereich es sehr selbstverständlich geworden ist.

*Theresa Keidel:* Das stimmt. Gerade in den 70er Jahren sind viele Selbsthilfegruppen entstanden im Bereich von chronischen Erkrankungen. Sie haben das Thema Sucht erwähnt. Es ist ja eigentlich sozusagen die Basis gewesen, wo die Selbsthilfebewegung entstanden ist. Und ich denke, Sucht ist tatsächlich so ein Thema, wo viele sagen, die Selbsthilfe ist wie ein Medikament für mich, ich brauche das jede Woche, sonst kann ich nicht mehr weiter. Irgendwie auch trocken bleiben und abstinenz bleiben. Also eine ganz wichtige Funktion. Ich würde gern von Ihnen noch mal hören. Haben Sie denn so persönliche Tipps? Es gibt ja immer wieder Leute, die sagen, Sie gehen jetzt in Ruhestand und wollen sich ehrenamtlich engagieren. Oder Sie haben eine chronische Erkrankung und wollen eine Selbsthilfegruppe gründen oder beitreten. Was sind so Ihre Tipps? Wenn sich jemand jetzt ganz neu ehrenamtlich engagieren will, was muss er beachten oder einfach los und rein?

*Frau Gottstein:* Also ich habe heute zwei Leute getroffen, die mich das gefragt haben, die eben so im Gespräch geäußert haben: Na ja, ich würde mich jetzt eigentlich ganz gern ehrenamtlich beteiligen, ich bin hier frisch zugezogen. Ich bin froh, dass ich darauf hinweisen kann inzwischen, dass es in der ganzen Fläche Bayerns entweder ein Freiwilligenzentrum gibt, ein Bürgerzentrum, im Landratsamt kann man Fragen. Ich stelle fest, dass sogar ganz kleine Gemeinden sich inzwischen einen Minijobber oder eine Minijobberin leisten, die dafür

sorgt, dass eben das Ehrenamt zusammenkommt. Also derjenige, der etwas sucht, wird darauf hingewiesen, was man machen kann. Also ich denke, es sind so die entscheidenden Fragen. Natürlich, wie viel Zeit habe ich und möchte ich das regelmäßig machen oder kann ich mich auch unregelmäßig einbringen? Aber wie gesagt, wir haben hier Gott sei Dank schon viele Organisationen flächendeckend in Bayern, die eigentlich helfen.

*Theresa Keidel:* Und im Bereich Selbsthilfe gibt es ja auch die Selbsthilfe- Kontaktstellen, wo sich auch Bürgerinnen und Bürger hinwenden können, die eben vielleicht eine neue Erkrankung haben. Und da unterstützen eben auch diese regionalen Einrichtungen, die genauso wie die freiwilligen Zentren usw. ja oft eben auch in Trägerschaft zum Beispiel von einem Wohlfahrtsverband sind. Sie sitzen ja hier im Sozialministerium im Erdgeschoss, es gibt da eben Selbsthilfegruppen im Gesundheitsbereich, da hatten wir es schon über Sucht und auch zum Beispiel Krebs. Aber es gibt auch Initiativen und Selbsthilfegruppen im Sozialbereich, alleinerziehende Migrantengruppen. Wie wichtig schätzen Sie da das die Selbsthilfe ein? Also wenn sich da Menschen mit einem sozialen Thema auch zusammenschließen.

*Frau Gottstein:* Also ich denke, einfach, aufgrund der gesellschaftlichen Entwicklung von der Großfamilie zur Kleinfamilie ist das das Pendant, was wir brauchen. Also ich habe selber meine vier Kinder in ganz Deutschland und auch im Ausland verstreut und sehe zum Beispiel an meiner Tochter in Bielefeld, wenn du allein bist, auch in dem Fall alleinerziehend und nicht jeder diese 500 Kilometer Oma und Opa immer überwinden kann, dann ist es die Hilfe, die man braucht. Und ich denke, es war ein gewisser Ersatz und das sind wir glaube ich auch als Gesellschaft gefordert, das zu unterstützen, was dieses Haus ja hier auch macht als Sozialministerium, weil eben, das hat man ja denke ich, an der Pandemie jetzt auch festgestellt. Der Mensch ist kein Einzelwesen, ist nicht singulär gestaltet, sondern ist ein soziales Wesen. Und ich denke, da ist es einfach ganz wichtig, dass wir hier andere Formen haben. Und da ist eben die Selbsthilfe ein ganz wichtiger Bereich. Muss deswegen natürlich, das ist auch wieder mein Job, auch in dem Bereich vom Staat unterstützt werden, weil wir brauchen zu solchen Ehrenämtern auch immer Hauptamt sonst ist die Nachhaltigkeit nicht gegeben.

*Theresa Keidel:* Das ist unsere Erfahrung. Dass Selbsthilfe und Ehrenamt unterstützt werden muss und auch einen Rahmen braucht, wo es entstehen kann. Ja, ich denke, das ist aber jetzt doch in den letzten 20 Jahren immer besser geworden in dem Bereich. Und ich glaube, da können wir ganz froh sein, dass wir dadurch diesen Weg auch jetzt in Bayern auf einen guten Weg des Ganze gebracht haben.

*Frau Gottstein:* Wir haben ja gerade in den Haushaltsverhandlungen oder am Ende der Haushaltsverhandlungen und da bin ich schon auch, sehr beruhigt, dass wir hier in diesem Bereich auch im Ehrenamtsbereich... Ich gehe davon aus, dass da jeder zustimmen wird, wenn wir hier das Ehrenamt und eben auch die Organisationen, die natürlich steuern, dieses Ehrenamt, wie eben auch die Seko unterstützen können.

*Theresa Keidel:* Ja, dann bin ich schon fast am Ende unseres Interviews angekommen. Wir haben noch die Idee gehabt, dass wir fünf Satzanfänge Ihnen auf den Weg geben, die sie vervollständigen. Da habe ich ein paar Satzanfänge vorbereitet und sie vervollständigen einfach immer den Satz: Ich bin dankbar für:

*Frau Gottstein:* Für jeden, der sich freiwillig in seiner Freizeit für das Gemeinwohl engagiert.

*Theresa Keidel:* Gemeinschaft kann entstehen:

*Frau Gottstein:* Wenn jeder den jeweils anderen ernst nimmt und seine Stärken und Schwächen akzeptiert und respektiert.

*Theresa Keidel:* Ehrenamtliches Engagement in Bayern braucht:

*Frau Gottstein:* Gute Rahmenbedingungen, verlässliche Rahmenbedingungen. Und dazu gehört auch, dass das Hauptamt das Ehrenamt unterstützt.

*Theresa Keidel:* Selbsthilfe ist für mich:

*Frau Gottstein:* Mit eine ganz wichtige Grundlage für unsere Existenz. Und ohne diese Selbsthilfe, die ja immer auch dem Menschen wieder zeigt, dass er auch selber ein bisschen aus diesem Sumpf, egal welcher Art er sich befindet, rauskommt. Das ist mit das Entscheidende für das Fortbestehen einer guten Gesellschaft.

*Theresa Keidel:* Und zum 20-jährigen Jubiläum wünsche ich, Seko Bayern:

*Frau Gottstein:* Weiterhin den Mut und die Kraft für die Selbsthilfe in Bayern einzutreten. Und dass die Seko den Ideenreichtum und die Laune behält, den sie eindrucksvoll die ganzen letzten Jahre und auch jetzt gerade bewiesen hat.

*Outro:* Bis zum nächsten Mal bei seko-on-air, dem Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.



*on air*