

Neue Selbsthilfegruppe für taubblinde und höresehbehinderte Frauen in NRW gegründet

Am 22.10. fand im Haus der Technik in Essen im Rahmen des Projektes „Taubblind sein – Selbsthilfe leben lernen“ ein Frauentag speziell für taubblinde und höresehbehinderte Frauen statt. Rosa Schneider, eine erfahrene Trainerin für Selbstbehauptung, führte nach einer herzlichen Willkommensrunde durch die Veranstaltung.

Frau Schneider machte von Beginn an deutlich, dass es an diesem besonderen Tag vor allem um die individuelle Entdeckung der eigenen Stärken und Ressourcen gehen sollte. Nach einer Kennenlernrunde, bei der sich alle mit Namen, Wohnort und bevorzugter Kommunikationsform vorstellten, gab es mehrere kleine Gruppenspiele zur Auflockerung und Einstimmung in den Tag. Durch die vielen kleinen Gruppen-Aufgaben wurde der Austausch untereinander spielerisch ermöglicht und die ersten Kontaktaufnahmen unter den einzelnen Teilnehmerinnen gefördert. So mussten sich z.B. bei einer Aufgabe immer Paare finden, deren Duftfläschchen identisch war. Das ging natürlich nur durch viel Schnuppern, Ausprobieren und Vergleichen ;) Die Assistenten waren natürlich immer mit dabei und unterstützen, wo sie konnten. Die Spiele wurden mit viel Neugierde und Offenheit umgesetzt machten den Beteiligten viel Spaß. Durch den Einsatz von Gebärdensprach-Dolmetschern und Schriftdolmetschern war die Kommunikation für alle Frauen nahezu barrierefrei, egal welche Kommunikationsform bevorzugt wurde. Ein tolles Erlebnis, wenn man sonst im Alltag von Barrieren und Hürden umgeben ist! Rosa Schneider zeigte den Frauen vor allen Dingen auch, wie sie trotz doppelter Sinneseinschränkung ihren Standpunkt behaupten und Grenzen aufzeigen können. Dazu hatte sie einige Tricks auf Lager, wie etwa das Greifen in die sogenannte „Drosselgruppe“ zur Abwehr eines Angreifers. Diese Tricks wurden natürlich mit großem Interesse aufgenommen und geübt.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen wurden die 21 Frauen in 4 kleinere Gruppen aufgeteilt. Hier war es nun das Ziel, herauszufinden, ob gemeinsame Interessen bestehen, und ob man sich auf Basis einer Selbsthilfegruppe demnächst in regelmäßigem Turnus treffen und austauschen möchte. Gemeinsame Themen wie Reisen, Schminke, Mode, Sicherheit, Selbstverteidigung, Isolation, Gewalterfahrung etc. kamen auf und wurden eifrig diskutiert. Alle waren sich einig: Der Bedarf nach Austausch ist hoch! Das Fazit am Ende lautete natürlich: Ja, wir wollen uns weiterhin treffen und austauschen und eine Selbsthilfegruppe gründen!

Einige Frauen nutzen die Gelegenheit und appellierten an die ganze Runde, wie wichtig Selbstachtung und Selbstbewusstsein für taubblinde Frauen ist. Sie machten den Frauen Mut, ihre Bedürfnisse und Rechte einzufordern und auch dafür zu kämpfen. Dafür gab es eine große Runde Applaus! Zum Abschluss wurden die Teilnehmerinnen gebeten, einen Kreis zu bilden, und einander lobend auf die Schulter zu klopfen. Erst alle einmal bei ihrer linken Nachbarin, und dann noch einmal bei der rechten Nachbarin. Dies sorgte für ausgelassene Stimmung und gut durchblutete Schultern! Mit vielen Eindrücken und neugewonnenen Kontakten ging es für die Teilnehmerinnen dann wieder auf die Heimreise. Bis zum nächsten Treffen!

Kerstin Reker (Teilnehmerin)

Zum Projekt:

„Taubblind sein – Selbsthilfe leben lernen“ ist ein mehrjähriges Projekt der AOK Nordwest, AOK Rheinland/Hamburg und der Deutschen Gesellschaft für Taubblindheit, die dieses Projekt in Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern aus der Selbsthilfe umsetzt (Landesverband der Taubblinden NRW e.V., Verein Leben mit Usher-Syndrom e.V., NetzwerkBüro Frauen und Mädchen mit Behinderung/chronischer Erkrankung NRW).

Ziel ist die Aktivierung und Stärkung der familienorientierten Selbsthilfe für von Taubblindheit Betroffene und deren Angehörige in NRW.