



Deutsche
Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e.V.

Mit uns für alle – Selbsthilfe bringt sich ein

42. Jahrestagung vom 13. – 15. Juni 2022 in Bremen

Workshop 1:

**Was bedeutet Partizipation in der Begleitung
und Unterstützung von Selbsthilfegruppen?**

Leitung:

Götz Liefert,

Coaching, Supervision, Mediation
& Fortbildung, Berlin

Helga Schneider-Schelte,

Dipl. Sozialpädagogin und Familientherapeutin,
Supervisorin (DGSv), Berlin

www.dag-shg.de

Im Workshop wurde herausgearbeitet, dass Selbsthilfeunterstützer*innen in folgenden Phasen Selbsthilfegruppen dabei unterstützen können, ihre jeweiligen Herausforderungen unter Einbeziehung aller Beteiligten zu bewältigen:

In der **Gründungsphase** einer Selbsthilfegruppe geht es darum, dass die Beteiligten sich auf gemeinsame Ziele und eine Arbeitsweise verständigen, die von allen getragen wird und die Verantwortung für verschiedene Aufgaben und Rollen auf möglichst viele verteilt. Selbsthilfeunterstützer*innen können bei einer Begleitung dieser Phase dazu beitragen, dass dies gelingt. Kommt es nicht dazu, besteht die Gefahr, dass Initiator*innen und Gründer*innen von Selbsthilfegruppen zu viel Verantwortung übernehmen und eine aktive Beteiligung aller Gruppenmitglieder am Gruppengeschehen in den Hintergrund gerät.

In der **Gärungs- und Klärungsphase** einer Gruppe kann es zu Situationen kommen, in der eine Selbsthilfegruppe auf Unterstützung von außen angewiesen ist. Kann sie diesen Bedarf deutlich machen und Selbsthilfeunterstützer*innen in die Gruppe holen, kann ein entsprechender Auftrag formuliert werden, die bestehenden Schwierigkeiten unter Beteiligung aller Gruppenmitglieder zu bearbeiten.

In Phasen der **Bilanzierung und Neuorientierung** brauchen Selbsthilfegruppen häufig Unterstützung von außen, um sich neu orientieren zu können. Gerade wenn langjährige Gruppensprecher*innen oder Leiter*innen die Gruppe verlassen gilt es sich Zeit und Raum zu nehmen, um Bilanz zu ziehen und genau zu überlegen, wie und ob es in der jeweiligen Gruppe weiter gehen kann. Hier sind Selbsthilfeunterstützer*innen gefragt, diesen Prozess bei Bedarf rechtzeitig zu unterstützen. Zur Vorsorge können Selbsthilfegruppen auch regelmässige Bestandsaufnahmen ihrer Gruppenarbeit vornehmen, wie sie zum Beispiel das bayrische Modell von Gruppeninventuren ermöglichen.

In der **Abschiedsphase** geht es darum, wie eine Selbsthilfegruppe sich auflöst oder sich von einzelnen Gruppenmitgliedern verabschiedet. Abschied ist ein Thema, dem in Selbsthilfegruppen oft nicht der angemessene Raum gegeben wird. Oft verlaufen Abschiede sogar auf eine Art und Weise, die bei den Beteiligten Verletzungen hervorrufen können. Selbsthilfeunterstützer*innen können in dieser Phase – soweit das eine Gruppe wünscht – dazu beitragen, dass Abschiede und Auflösungen „gelingen“, indem angemessene Abschiedsrituale mit den damit verbundenen Würdigungen des Gruppengeschehens entwickelt werden.

Neben einem intensiven Erfahrungsaustausch zu den o.g. Gruppenphasen entwickelten die Workshopteilnehmer*innen zu relevanten Gruppensituationen kleine Rollenspiele, die im Plenum vorgespielt wurden. Diese machten sehr eindrucksvoll deutlich, vor welchen Herausforderungen Selbsthilfegruppen manchmal stehen und wie sie bewältigt werden können.