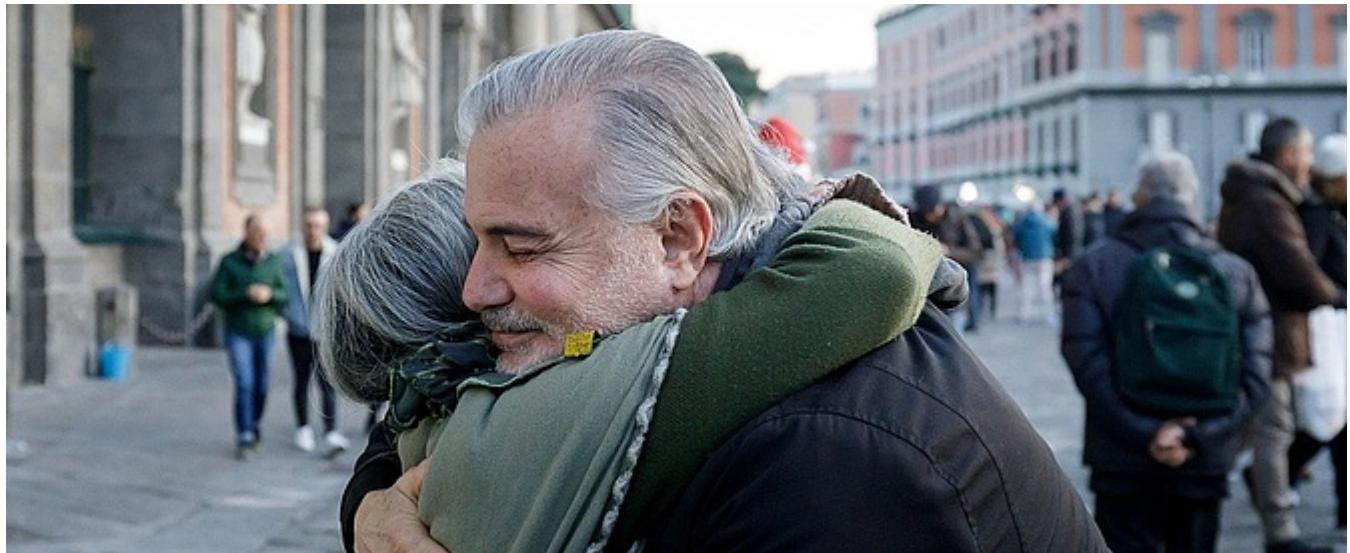


FÜR EIN GEMEINSCHAFTLICHES GRUPPENLEBEN IN DER SELBSTHILFE

31. August 2020 Erstellt von Carolin Schulz, Referentin Verbandskommunikation



Ein ewig spannendes Thema in Selbsthilfegruppen ist die Frage nach der „richtigen“ Form von Leitung und Moderation. Es ist die Suche nach Ideen und Methoden, die tatsächlich den essenziellen Anliegen und den wirklichen Ressourcen von Selbsthilfegruppen gerecht werden. Unser Dozent Klaus Vogelsänger berichtet über die Bedürfnisse, Visionen und neue Wege der Selbsthilfe.

Meine Erfahrungen mit vielen Selbsthilfegruppen sind, dass der essenzielle Sinn, die wirkliche Ausrichtung häufig nicht neugierig und ressourcenorientiert thematisiert wird. Viele Gruppen folgen der Idee, dass schon der gemeinsame Austausch von Menschen, die eine ähnliche Lebenssituation erleben, bereichernde Erfahrungen und nährende Lebenshilfen ermöglicht.

Dem stimme ich unbedingt zu, würde aber entschieden auf die Qualität, die tiefere Intention und bewusste Ausrichtung der Gruppenprozesse schauen. Da braucht es Neugier und einen lebendigen, kreativen und auch fokussierten Entwicklungsprozess in den Gruppen, um herauszuarbeiten, was wirklich dazu beiträgt, dass Menschen einen selbstverantwortlichen und selbstbewussten Umgang mit ihrer jeweiligen Lebensrealität entwickeln können.

Gerade wenn es um gesundheitliche, emotionale oder soziale Herausforderungen geht, ist es so wichtig, nicht die Opferrolle von Menschen zu pflegen, sondern eine entwicklungsorientierte Ausrichtung zu kultivieren, die sich immer mehr auf das Hier und Jetzt, auf Ressourcen und Potenziale und auf den Wunsch nach Gesundheit, Lebensfreude und Lebendigkeit bezieht. Selbsthilfegruppen sollten daher deutlich die Bedürfnisse und Visionen der Menschen in den

Mittelpunkt rücken.

Leiten oder begleiten?

Ein ewig spannendes Thema in Selbsthilfegruppen ist die Frage nach der „richtigen“ Form von Leitung und Moderation. Es ist die Suche nach Ideen und Methoden, die tatsächlich den essenziellen Anliegen und den wirklichen Ressourcen von Selbsthilfegruppen gerecht werden.

Hierarchie versus Gemeinschaft

Traditionelle, meist hierarchische Strukturen, werden noch in vielen Gruppen gelebt. Sie basieren auf der Vorstellung, dass es immer einen Menschen braucht, der die Gruppentreffen leitet und strukturiert, der also eine spezielle Verantwortung übernimmt und maßgeblich das Gruppenleben prägt und bestimmt. Ich finde die Zeit ist reif für neue Formen von Gruppenleben, in denen der Gemeinschaftsgeist und die Gruppenintelligenz gefördert werden, in denen Menschen angeregt und ermutigt werden, sich selbst als kompetente, lebens-erfahrenre und kreative Wesen zu erleben.

Braucht es immer eine Chefin / einen Chef?

Dann wandelt sich Gruppenleitung zu Gruppenbegleitung, also zu einer Form des Miteinanders, in der wirklich alle in einem Boot sitzen. Dann wird jede und jeder in seiner / ihrer Einzigartigkeit sichtbar und die Strukturen und Abläufe des Gruppenlebens sind dann Ergebnis eines gemeinschaftlichen Austausches.

Dieser Prozess ist dynamisch und an den Bedürfnissen und Notwendigkeiten der gesamten Gruppeorientiert. Und dafür braucht es keinen Chef, keine Chefin, sondern kreative Ideen und Rituale, die die Gleichwertigkeit untereinander fördern und immer wieder die vorhandenen Erfahrungen und das Wissen und die Weisheit der Gruppe nutzen.

Der Artikel ist ein Auszug aus „Die Essenz der Selbsthilfe fördern“. Lesen Sie den vollständigen Artikel auf www.vogelsaenger.org

Der Autor: [Klaus Vogelsänger](#) ist Diplom-Sozialpädagoge und renommierter Dozent im Selbsthilfebereich. Er bietet Team-, Institutions- und Gruppenberatung sowie Theaterpädagogik an.

Im Seminar der Selbsthilfekademie Sachsen „[Wer bin ich, und wenn ja, wozu ...? Klärung von \(Leitungs-\)Rollen und Funktionen in Selbsthilfegruppen](#)“ regt Klaus Vogelsänger mit lebendigen und erfahrungsorientierten Methoden an, neue Haltungen zu entwickeln und konkrete Ideen für ein gemeinschaftliches, authentisches und kreatives Gruppenleben zu erarbeiten. Hierbei stehen immer wieder die konkreten Erfahrungen und Fragen der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Seminartermine und -orte

- [11.09.2020 in Mittweida](#)
- [12.09.2020 in Dresden](#)

Zielgruppe

Mitglieder und Verantwortliche von Selbsthilfegruppen; interessierte Personen, die in der Selbsthilfe aktiv sind oder Interesse an der Arbeit in der Selbsthilfe zeigen

Hinweise

Das Seminar ist ein kostenfreies Angebot der Selbsthilfekademie Sachsen - einer Zusammenarbeit der AOK Plus - Die Gesundheitskasse für Thüringen und Sachsen, dem Paritätischen Sachsen und der parikom - Paritätisches Kompetenzzentrum für soziale Innovation.

Aufgrund der begrenzten Plätze bitten wir um eine frühestmögliche Anmeldung.

Anmeldung telefonisch unter 0351 -828 71 431 oder hier [online anmelden](#).