

Fast wie eine Inventur in einem Unternehmen

Ganz wie eine Inventur in einem Unternehmen läuft die Gruppeninventur dann doch nicht ab, sondern ist ein Workshop-Angebot für alle Mitglieder einer Selbsthilfegruppe, die eine Bestandsaufnahme machen wollen. Die Gruppen können damit ihre Arbeit weiterentwickeln und reflektieren. „Feststellen was läuft gut, was ist wunderbar, was wollen wir unbedingt beibehalten, was stärkt uns. Aber vielleicht auch herauszufinden wo Veränderungsbedarf ist, wo vielleicht auch Unzufriedenheit ist.“, erklärt Lisbeth Wagner von KISS Regensburg. Hier ist auch eine der sieben Kontaktstellen, wo die Gruppeninventur in Bayern durchgeführt wird. Wagner leitet die Workshops für die Gruppeninventur am Standort in Regensburg.

In den Workshops werden die drängendsten Themen der Selbsthilfegruppe angesprochen und regen damit den Prozess an, auch nach der Gruppeninventur an den offenen Fragen weiterzuarbeiten. Ganz wichtig ist auch die Stärkung der Gruppe. „Dieses Feuer und die Begeisterung für die Selbsthilfe am Laufen zu halten. Das Feuer nicht nur neu zu entfachen, sondern einfach auch hinzugucken und zu sehen was da brennt und wie die Menschen für ihre Sache brennen.“, sagt Wagner und erklärt wie wichtig es ist die ehrenamtliche Leistung zu würdigen und in den Vordergrund zu stellen, damit diese nicht vergessen wird.

Angebot für die ganze Gruppe, nicht nur für die Gruppenleiter*innen

Eine der Stärken der Gruppeninventur ist, dass die Workshops für alle Mitglieder der Gruppe gestaltet sind und nicht nur für die Gruppenleiter*innen. Die Idee der Gruppeninventur kam der Fortbildungsreferentin und Geschäftsführung von Seko Bayern, Theresa Keidel, als sie feststellte, dass zu Fortbildungen meistens nur die Gruppenleiter*innen und Aktive kommen. „Mir kam die Idee, dass es eigentlich gerade im Sinne des Generationswechsels und um auch junge Menschen in die Selbsthilfe zu gewinnen, sinnvoll wäre der ganzen Gruppe eine Chance zu geben. Nicht erst, wenn sie in der Krise ist, sondern sozusagen vorbeugend“, sagt Keidel. Möglichst einmal im Jahr wollte sie erreichen, dass die Gruppen mit einer guten Begleitung die Chance haben zu schauen, was gut läuft und was verbessert werden kann. Ohne die Arbeit der Aktiven abzuwerten.

Als die Gruppeninventur zum ersten Mal im Dezember 2016 im Internet ausgeschrieben wurde, waren in wenigen Tagen alle Termine ausgebucht. Im kommenden Jahr 2020 geht das Programm in die vierte Runde. In den letzten Jahren wurden insgesamt 54 Gruppeninventuren durchgeführt, 443 Personen waren daran beteiligt (3 Termine finden dieses Jahr noch statt). Im nächsten Jahr sind 23 Termine an 7 Standorten in ganz Bayern (Hersbruck, Rosenheim, München, Nürnberg, Würzburg, Mühldorf und Regensburg) geplant.

So läuft die Gruppeninventur ab

Der Workshop dauert ungefähr drei bis vier Stunden und wird von der Selbsthilfekontaktstelle aus einer anderen Stadt begleitet. Die Gruppe fährt also gemeinsam zur Gruppeninventur hin. Nach dem Workshop kann sich die Gruppe noch mit der örtlichen Gruppe zum gleichen Thema austauschen oder etwas Schönes unternehmen wie eine Stadtführung machen. „Gerade so ein gemeinsamer Ausflug kann die Gruppe sicher nochmal zusammenschweißen.“, erklärt Keidel. Und hat einen weiteren Vorteil, wie Keidel bemerkt. „Die andere Kontaktstellenmitarbeiter*in, die sie begleitet, ist einfach eine neutrale Person.“ Dann können die Gruppenmitglieder freier miteinander sprechen, besonders bei Problemen. Ist die Gruppe nicht so mobil, gibt es seit diesem Jahr die sogenannte

„Gruppeninventur dahoam“. In diesem Fall fährt die Moderator*in zum Ort der Gruppe. 6 der 23 Termine im Jahr 2020 werden in diesem Format stattfinden.

Die Erwartungen der Gruppen an den Workshop sind laut Keidel ganz verschieden. „Manche Gruppen finden es einfach mal gut, gemeinsam zu reflektieren und machen sich gar nicht so viele Gedanken. Die lassen das einfach auf sich zukommen.“ So ging es auch Dr. med. Anton Wartner, der eine Selbsthilfegruppe für Depressionserkrankte in Arnstorf leitet. Im Juni 2018 nahm die Gruppe in Regensburg zusammen an einer Gruppeninventur teil. Als Gruppenleiter suchte er aktive Supervision, weil er dachte, diese wäre für die Gruppe nützlich. Bestimmte Erwartungen an den Workshop hatte Wartner nicht. „Aber die Vorstellung, dass eine geschulte Person von außen auf das Gruppengeschehen, die Gruppendynamik, einen Blick wirft und uns dann Reflexion bietet, war so verlockend.“, sagt Wartner.

Alle Gruppenmitglieder konnten während der Inventur ihre Rolle in der Gruppe reflektieren und neu bewerten. Wartner war überrascht wie aktiv sich die Gruppe ins Gespräch einbrachte. Gleichzeitig konnte dieser seine Rolle als Arzt und Mensch in der Gruppe reflektieren. „Dieses falsche Rollenverständnis, wenn es denn eines gab, korrigieren. Dass ich als Arzt angesprochen werde und nicht als Mensch.“, erklärt Wartner. Die Gruppe gab ihm die Rückmeldung ihn als Mensch zu sehen. Das Gruppenerlebnis lohnte sich auf jeden Fall für alle und bleibt unvergesslich.

Auch Elona Posch wollte wissen, wo die Gruppe steht, als sie mit ihrer Selbsthilfegruppe Chronischer Schmerz aus Regensburg vor zwei Jahren das erste Mal an einer Gruppeninventur teilnahm. „Ich hab die Gruppe im Oktober 2015 ganz neu gegründet und dann 2017, als das erste Mal diese Inventur angeboten wurde, das gerne wahrgenommen, um für mich als Gruppenleiterin festzustellen: Mache ich alles richtig oder gibt es Dinge, die ich verbessern kann?“, erklärt Posch. Die Gruppenmitglieder gaben ihr sehr positives Feedback.

Die Erfahrungen von Wartner und Posch decken sich auch mit der Gesamtbewertung von 2018. Da haben sich fünf große Themenbereiche herauskristallisiert: Kommunikation und Gruppenregeln, Struktur und Rahmenbedingungen, Gruppenleitung und Aufgabenverteilung, Konflikte und Streit und Öffentlichkeitsarbeit.

Neue*r Gruppenleiter*in gesucht

Immer kommen aber auch Gruppenleiter*innen mit einem konkreten Anliegen zur Gruppeninventur. „Manche Gruppen kommen auch mit einem ganz gezielten Anliegen. Beispielsweise hatten wir bei einer Gruppeninventur einen Gruppensprecher, der sehr schwer erkrankt war und wusste, dass er die Gruppenleitung nicht mehr lange machen kann“, sagt Keidel.

Posch machte mit ihrer Gruppe letztes Jahr noch einmal eine Gruppeninventur wegen einem ähnlichen Anliegen. „Ich hatte festgestellt, dass ich mich überlastet fühlte durch die viele Arbeit in der Gruppe. Durch das Ansprechen der Probleme haben wir dann aber auch Mitglieder gefunden, die mich jetzt aktiv unterstützen, sodass ich jetzt nicht mehr ganz so stark belastet bin“, erzählt Posch zufrieden. Auch bei Wartner entwickelte sich durch die Gruppeninventur eine neue Vertreterin, die ihn bei seinen Aufgaben als Gruppenleiter entlastet.

Ein voller Erfolg

Die Gruppeninventur hat sich für beide Selbsthilfegruppen eindeutig gelohnt. „Ich bin sehr froh, dass wir das wahrgenommen haben und muss sagen, es hat nochmal zusätzlich den Zusammenhalt in der Gruppe gestärkt“, schwärmt Posch. Ihre Gruppe nahm zusätzlich Tipps mit, die Abende noch abwechslungsreicher zu gestalten und wie man am besten mit Meinungsverschiedenheiten in der Gruppe umgeht. Wartner machte es nach der Inventur noch mehr Spaß die Gruppe zu leiten, seitdem er weiß, dass ihn alle Mitglieder als Mensch statt als Arzt in der Gruppe wahrnehmen.

Am Ende der Gruppeninventur erhält jede Gruppe ein Art Kartenspiel, das den Gruppenmitgliedern weitere Impulse geben soll. Es kann nämlich passieren, dass die Gruppe auch mit offenen Fragen nach Hause fährt. Oder die Gruppe kommt im nächsten Jahr einfach wieder.

Andrea Schöne