



Zehn In-Gang-Setzer aus dem Emsland, Steinfurt und Osnabrück nehmen an der Weiterqualifizierung teil. Renate Linn aus Paderborn (l.) und Organisatorin Ingrid Dülm von der KoBS (2. v. l.) führen die Tagungen durch. PR-Foto

Tipps für die Gruppe

Weiterqualifizierung der **In-Gang-Setzer** – Gute Selbsthilfe

Meppen (eb) – Kürzlich trafen sich zehn ehrenamtliche In-Gang-Setzer der Selbsthilfe Kontaktstellen Emsland, Steinfurt und Osnabrück zum ersten Teil einer Weiterqualifizierung, die mit einem zweiten Wochenende Mitte November abgeschlossen sein wird.

„Selbsthilfegruppen zu gründen, Interessierte zu beraten und zu vermitteln ist eine zentrale Aufgabe der Selbsthilfe-Kontaktstellen“ so Ingrid Dülm von der Kontakt- und Beratungsstelle im Emsland (KoBS). „Unsere personellen und zeitlichen Ressourcen lassen es aber leider nicht zu, eine Gruppe in der Startphase intensiver zu begleiten und bei mehr als einem oder zwei Treffen dabei zu sein. Um diese für neue Gruppen schwierige Anfangsphase zu bestehen, gibt es die In-Gang-Setzer“.

Seit etwa zehn Jahren besteht das Projekt, das bereits ebenso lange von den Betriebskrankenkassen gefördert wird.

Bundesweit beteiligen sich inzwischen mehr als 30 Kontaktstellen. Die KoBS Emsland ist 2008 in das Projekt eingestiegen und hat zurzeit fünf aktive In-Gang-Setzer, die in Papenburg, Meppen und Lingen neue Gruppen unterstützen. Sie helfen den Gruppenteilnehmern, Vertrauen aufzubauen, miteinander ins Gespräch zu kommen und geben Anregungen und Tipps für die Gestaltung der Gruppentreffen. Wenn ihre Aufgabe erfüllt ist und die Gruppe sich stabilisiert hat, ziehen sich die In-Gang-Setzer zurück.

Mit der Aufbauschulung an zwei Wochenenden werden erfahrene In-Gang-Setzer darauf vorbereitet, auch in bereits länger bestehenden Gruppen „für frischen Wind zu sorgen“. Oft schleichen sich im Laufe der Zeit Gewohnheiten ein, die ein hilfreiches Arbeiten in der Gruppe erschweren. Teilnehmer beklagen zum Beispiel die fehlende klare Struktur der Treffen, Gruppenleiter fühlen sich überfordert und die Gruppe sucht nach neuen

Anregungen und Möglichkeiten, ihre Gruppentreffen lebendiger zu gestalten.

Nach der Weiterqualifizierung haben diese Gruppen jetzt die Möglichkeit, mit der Kontaktstelle vor Ort zu klären, ob der zeitlich begrenzte Einsatz eines In-Gang-Setzers für die Gruppe hilfreich sein kann. Der Einsatz der emsländischen In-Gang-Setzer erfolgt in enger Absprache und mit fachlicher Unterstützung der KoBS. In regelmäßigen Arbeitstreffen werden schwierige Situationen besprochen und gemeinsam wird an Lösungen gearbeitet.

Ingrid Dülm schätzt das Engagement der ehrenamtlichen Mitarbeiter sehr und betont die gute Zusammenarbeit. „Bei der Größe des Landkreises ist es fast unmöglich, neue Gruppen so intensiv zu begleiten, wie es eigentlich nötig und sinnvoll wäre. Die In-Gang-Setzer machen eine tolle Arbeit und sind nicht nur für die Gruppen, sondern auch für mich in der Kontaktstelle eine Bereicherung.“