

# In-Gang-Setzer: Stützen für neue Selbsthilfegruppen

Aus Dänemark kam der Impuls, der Paritätische NRW entwickelte daraus ein bundesweites Projekt

Die Anfangsphase in einer Selbsthilfegruppe empfinden viele Menschen als eine Zeit der Unsicherheit. Den an Selbsthilfe Interessierten fehlen oft die kommunikativen Fähigkeiten, um eine neue Gruppe auf den Weg zu bringen. Für viele Interessierte stellt deshalb eine Startbegleitung eine große Ermutigung dar. Diese Unterstützung muss dem Gedanken der Selbsthilfe entsprechen und nachhaltig zur Selbsthilfe aktivieren. Aus Dänemark kam hierzu der Impuls der In-Gang-Setzer. Der Paritätische NRW hat bei seiner Selbsthilfe-Kontaktstelle im Kreis Steinfurt seit 2005 die Idee weiterentwickelt, darauf basiert ein bundesweites Projekt.

## Neuer Weg der Unterstützung

„In-Gang-Setzer“ umschreibt ein methodisches Konzept zur Selbsthilfeunterstützung. Ausgangsthese: Mitglieder von Selbsthilfegruppen und mit Selbsthilfe vertraute Ehrenamtliche finden eine besondere, hilfreiche Akzeptanz bei den Menschen, die sich in einer Gruppe engagieren (möchten). In-Gang-Setzer erhöhen so die Chancen für ein stabiles Selbsthilfeengagement.

Die Herausforderung besteht darin, sich hilfreich in den Gruppenprozess einzubringen, ohne sich einzumischen und Potenziale zu verschütten. Die In-Gang-Setzer dürfen sich in keiner Weise in den themenbezogenen Austausch einbringen; Inputs zum Anliegen der Gruppe sind strikt verboten. Die inhaltliche Abstinenz ist Schutz für die In-Gang-Setzer wie für die Gruppen. Die In-Gang-Setzung muss den Boden bereiten für eine Gruppe, die nach einer zeitlich begrenzten Begleitung selbstständig ihren eigenen Weg geht. Für diese Aufgabe werden die In-Gang-Setzer geschult und regelmäßig begleitet.

## Ermutigende Zwischenbilanz

In 2007/08 führten die – zu dem Zeitpunkt nur – acht Kontaktstellen insgesamt 66 In-Gang-Setzungen durch. 25 Gruppen hatten psychische Erkrankungen und Probleme zum Thema: Ängste, Panik, Depressionen, Trennung, Suizid. Überraschend groß war mit 14 Gruppen der Bereich der Angehörigen-Gruppen (Depression, Behinderte, Demenz). Möglicherweise besteht hier ein besonderer Unterstützungsbedarf, gerade mit Blick auf die demografische Entwicklung.

Neue Gruppen kommen häufig nicht zustande, weil es an einer Person fehlt, die bereit ist, in der Anfangsphase die Initiative zu ergreifen bzw. Verantwortung zu übernehmen. Der Ansatz der meisten Kontaktstellen ist reaktiver Art: Nur wenn ein Initiator vorhanden ist, wird eine Gründung unterstützt. So kommt es vor, dass der eindeutige Wunsch vieler Betroffener nach einer Selbsthilfegruppe folgenlos bleibt. Hier eröffnet der Ansatz der In-Gang-Setzung neue Perspektiven.

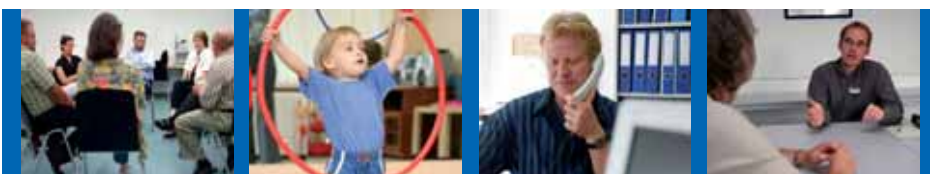
## Ausblick

Das Projekt In-Gang-Setzer erfährt große, bundesweite Aufmerksamkeit, wie u. a. die Auszeichnung des Bundesverbandes der Betriebskrankenkassen für „vorbildliche Selbsthilfeförderung 2008“ deutlich macht. Die Kreativität des Projektes, neue Wege der Selbsthilfeunterstützung zu gehen, wurde als preiswürdig hervorgehoben.

Das Projekt läuft bis Ende 2010 und soll Antworten auf Fragen ermöglichen wie:

- Erweist sich die Methode als hilfreich für die Begleitung von Selbsthilfegruppen; wird sie von den an Selbsthilfe interessierten Menschen angenommen?
- Welche Themen eignen sich für eine In-Gang-Setzung?
- Kann dieser Ansatz zu einer Entlastung der Selbsthilfe-Kontaktstellen beitragen?
- Ist dies ein Weg, neuen Zielgruppen den Zugang zur Selbsthilfe zu erleichtern (Migrantinnen/Migranten, junge Menschen)?

Gegenwärtig ist der Ansatz eng mit den Kontaktstellen verbunden. Aufgrund von Anfragen von Selbsthilfeorganisationen wird geprüft, ob die Methode auch dort hilfreich sein kann. Gleiches gilt für die Frage, inwieweit dieses Vorgehen generell bei der Aktivierung von Bürgerengagement hilfreich sein kann.



## In-Gang-Setzer

Zurzeit sind 22 Selbsthilfe-Kontaktstellen aus sechs Bundesländern am Projekt In-Gang-Setzer beteiligt, allein zehn aus NRW (Bielefeld, Detmold, Emsdetten, Gütersloh, Krefeld, Lünen, Minden, Moers, Paderborn, Recklinghausen). Träger des Projektes ist der Paritätische NRW, finanziert wird es von den Betriebskrankenkassen (BKK).

In-Gang-Setzer sind ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen der Kontaktstellen:

- Sie stehen zeitlich begrenzt den Gruppen in der Startphase zur Seite.

- Sie unterstützen die Teilnehmer/-innen dabei, als Gruppe zueinander zu finden und achten auf die Rahmenbedingungen.
- An der inhaltlichen Arbeit der Gruppe beteiligen sie sich nicht.

Die Kontaktstellen wählen die für eine In-Gang-Setzung infrage kommenden Gruppen aus und sind für Anwerbung sowie Begleitung der In-Gang-Setzer verantwortlich. Deren Schulung übernimmt die Projektleitung.

*„Wenn der Wind des Wandels weht, bauen die einen Mauern, andere Windmühlen.“  
(China)*

## Kontakt

Der Paritätische NRW  
Andreas Greiwe  
Fachberater Selbsthilfe -Kontaktstellen  
☎ (0 25 72) 95 35 66  
andreas.greiwe@paritaet-nrw.org