

Aufnahme von neuen Gruppenmitgliedern

Die Motive, neue Mitglieder aufzunehmen, sind vielfältig: Die Gruppe soll (wieder) wachsen und der Austausch abwechslungsreicher werden. Neue sollen frischen Wind in festgefahrene Gruppentreffen bringen und nicht zuletzt möchte man Interessierten schnell den Eintritt ermöglichen, in Erinnerung daran, wie froh man seinerzeit selber um die Gruppe war.

Mit jedem neuen Mitglied verändert sich das Gruppengeschehen, die Gruppendynamik. Je nach Phase, in welcher sich die Gruppe befindet, kann dies einen willkommenen frischen Wind bringen oder aber auch zu viel durcheinanderwirbeln, so dass sich die bisherigen Mitglieder nicht mehr wohl fühlen.

Umgekehrt können sich auch die neuen Mitglieder unwohl fühlen. Beispielsweise wenn von ihnen schon sehr viel erwartet wird. Oder wenn sie das Gefühl haben, gar nicht zu verstehen, worum es in der Gruppe gerade geht und sich nicht wirklich aufgenommen fühlen. So springen sie wieder ab. Die bisherigen Teilnehmenden sehen die Verantwortung für dauerndes Kommen und Gehen gerne bei den Neuen. Dabei übersehen sie Dinge, die sie selber tun können, um neue Mitglieder erfolgreich zu integrieren und dabei auch ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen. Hierzu auf den folgenden Seiten einige Anregungen:

Hilfreiche Voraussetzungen für die Aufnahme von neuen Gruppenmitgliedern

Die bisherigen Mitglieder müssen bereit sein, sich dem neuen Mitglied zu öffnen. Diese Bereitschaft kann die Gruppe entwickeln, wenn alle mit der Aufnahme neuer Mitglieder einverstanden sind und sich niemand überrumpelt fühlt. Die Entscheidung, ein neues Mitglied aufzunehmen, trifft die Gruppe deshalb nicht nebenbei. Sie nimmt sich Zeit und behandelt diese Frage in einem gemeinsamen Gespräch. Die Mitglieder überlegen sich z.B., was sie von einer neuen Person in der Gruppe erwarten, welches die Vor- und Nachteile der Aufnahme von Neuen sind.

Erschwerende Faktoren für die Integration von neuen Gruppenmitgliedern

In bestimmten Phasen ihrer Arbeit sind Selbsthilfegruppen auf eine stabile Zusammensetzung ihrer Mitglieder angewiesen. So zum Beispiel, wenn die Gruppe erst gerade neu gegründet wurde und die Mitglieder sich zuerst finden müssen. Auch wenn über mehrere Treffen intensiv an einem Thema gearbeitet wird oder Konflikte zu bearbeiten sind. In Zeiten grosser Nachfrage, wenn die Gruppe häufig Neue aufnimmt, kann bei den Bisherigen das Gefühl entstehen, zu kurz zu kommen. Sie müssen immer wieder dasselbe erzählen, sich auf neue Menschen einlassen und sich selber mit ihren Themen zurückstellen. Dieser Umstand kann sie daran hindern, Neue wirklich willkommen zu heissen.

So kann Selbsthilfe Zürich unterstützen

In solchen Situationen ist es häufig besser, die Gruppe vorübergehend für Neue zu schliessen. Vielen Selbsthilfegruppen fällt dieser Entscheid jedoch schwer, wissen die Mitglieder doch noch genau, wie erleichtert sie selbst waren, als sie die Gruppe gefunden haben. Eine Gruppe behindert sich jedoch möglicherweise selbst, wenn sie sich uneingeschränkt für Neue öffnet, was niemandem dient. Interessierte, welche abgewiesen werden müssen, können an Selbsthilfe Zürich verwiesen werden. Die Mitarbeitenden vermitteln Alternativen oder unterstützen bei der Gründung einer neuen Gruppe. Auch die Gruppe selber kann Selbsthilfe Zürich beiziehen bei Fragen im Umgang mit neuen Mitgliedern.

Verschiedene Wege führen in die Gruppe

Fällt in der Gruppe der Entscheid, dass sie für Neue offen ist, lohnt es sich Gedanken darüber zu machen, auf welchem Weg diese in die Gruppe finden und wie die Bedürfnisse der Bisherigen berücksichtigt werden können. Nachfolgend als Anregung einige Beispiele wie verschiedene Gruppen diesen Schritt gestalten:

Vorkontakt: Bevor eine interessierte Person zu einem Treffen kommt, findet ein Vorkontakt mit einem Gruppenmitglied statt. Dieser findet je nach Vereinbarung, welche die Gruppe dazu getroffen hat, per Mail, telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch statt und hat in etwa folgenden Inhalt: Fragen Sie die Person nach Beweggründen und Zielen. Finden Sie heraus, ob sie wirklich daran interessiert ist, andere Schicksale zu vernehmen und ob sie sich stark genug fühlt, sich auf den Austausch in der

Gruppe einzulassen. Fragen Sie, ob sie bereit ist und Zeit dazu hat, regelmässig an den Treffen teilzunehmen. Erzählen Sie ihr, an welchen Themen die Gruppe gerade arbeitet, welche Ziele sie hat und dass die Gruppe davon lebt, dass sich alle aktiv beteiligen. Betonen Sie, dass es sich um Laien handelt, die einander ohne Fachleute gegenseitig unterstützen und erklären Sie, wie die Moderation/Leitung geregelt ist.

Gruppen mit grosser Nachfrage: Die Gruppe wartet, bis sich mindestens drei Neuinteressierte melden und lädt diese gemeinsam zu einem Treffen ein. Oder die Gruppe lädt Interessierte zu einem Informationsabend ein und berichtet über die bisherige Gruppenarbeit. Die Interessierten legen ihrerseits ihre Wünsche und Erwartungen offen.

Erstes Treffen / Kennenlernen: Die Zeit in der Gruppe wird so eingeteilt, dass die Anliegen der Neuen und der Bisherigen angemessen zum Zug kommen: z.B. „Wir möchten uns am Anfang 20 Minuten Zeit nehmen, um uns kennen zu lernen und gehen danach zum geplanten Thema über.“ Es empfiehlt sich, Methoden zum Kennenlernen zu benutzen, welche auch für die bisherigen Mitglieder spannend und anregend sind: z.B. Gespräche in Untergruppen von zwei bis drei Personen; bestehende Mitglieder stellen anstatt sich selbst eine Kollegin, einen Kollegen vor; die Vorstellung erfolgt über Symbole wie z.B. Bilder oder Gegenstände (siehe Einstiegsmethoden).

Weitere Möglichkeiten: Die Gruppe nimmt sich am Anfang des Treffens Zeit für die neue Person. Diese schildert ihre Beweggründe und formuliert ihre Erwartungen an die Gruppe. Einige (nicht zwingend alle) bisherige Mitglieder äussern sich zu ihrer Befindlichkeit in der Gruppe. Dann nimmt die Gruppe Themen aus der Gruppe auf (nicht von den Neuen). Oder: Bei einer Vorstellungsrunde erzählen die Bisherigen weniger von ihren Problemen als vielmehr davon, was ihnen die Gruppe bedeutet, wovon sie profitieren, an welche Grenzen sie stossen, usw.

Unterschiedliche Gruppenkulturen

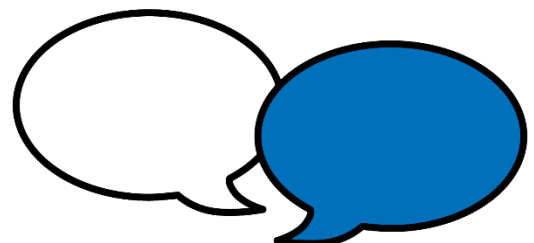
Es gibt auch Selbsthilfegruppen, deren Treffen sehr offen gestaltet werden. Deren Mitglieder – auch die neuen – teilnehmen und auch wieder fernbleiben können, wie sie wollen. In solchen Treffen unterscheiden sich der Zugang zur Gruppe und die Art der Integration von neuen Gruppenmitgliedern und auch die Gestaltung der Treffen selber von verbindlicheren Gruppentreffen. Jede Gruppe entscheidet autonom über ihre Gruppenkultur und richtet diese nach den Themen und den Bedürfnissen der Teilnehmenden aus. Die Mitarbeitenden von Selbsthilfe Zürich unterstützen die Gruppen auf Wunsch gerne dabei, ihre Gruppenkultur zu finden und Vereinbarungen zu treffen, welche sowohl den Bedürfnissen der Gruppenmitglieder wie auch denen der Neuinteressierten gerecht werden.

Folgende weitere Merkblätter stehen für die Gruppenarbeit zur Verfügung:

- Merkblatt 1: Leitfaden für Selbsthilfegruppen
- Merkblatt 2: Struktur und Ablauf eines Selbsthilfegruppentreffens
- Merkblatt 3: Gesprächsmoderation in Selbsthilfegruppen
- Merkblatt 4: Kommunikationsregeln für Selbsthilfegruppen
- Merkblatt 6: Standortbestimmungen in Selbsthilfegruppen

Alle Merkblätter finden Sie auch als Download auf unserer Website.

Hinweis: Die Weiterverwendung von ganzen Texten oder Textpassagen bedarf des schriftlichen Einverständnisses von Selbsthilfe Zürich.



SELBSTHILFEZÜRICH

August 2020