

Neue Mitglieder in Selbsthilfegruppen

Neue Mitglieder sichern den Fortbestand und die Weiterentwicklung einer Selbsthilfegruppe. Damit ihre Aufnahme in die bestehende Gruppe sowohl von den bisherigen als auch von den neu hinzukommenden Mitgliedern positiv erlebt wird, sollten ein paar Dinge beachtet werden.

Wer sich einer bereits bestehenden Selbsthilfegruppe anschliesst, trifft meistens auf gewachsene Beziehungen unter den Gruppenmitgliedern, auf bestimmte Gruppenregeln, Werte und Umgangsformen. Diese prägen das Klima der Gruppe und bilden ein eigenes Gefüge, in das der oder die Neue sich nach und nach einleben wird. Zunächst müssen sich beide Seiten gegenseitig kennen lernen. Dazu brauchen alle Beteiligten Zeit und die Bereitschaft, sich zu öffnen.

In der bestehenden Gruppe kann sich diese Bereitschaft am besten entwickeln, wenn alle Gruppenmitglieder mit der Aufnahme eines neuen Mitglieds einverstanden sind und sich niemand überrumpelt fühlt. Die Gruppe sollte sich deshalb Zeit für die Entscheidung nehmen, ob sie sich für neue Mitglieder öffnen will und wie sie diese integrieren möchte.

Wie oft sollen neue Mitglieder aufgenommen werden?

In zahlreichen Selbsthilfegruppen ist es üblich, dass neue Mitglieder unangemeldet zum Gruppentreffen erscheinen können. Sie haben über einen Hinweis in der Tageszeitung, ausliegende Flyer, über eine Beratungsstelle oder Bekannte von dem Treffen erfahren. Wenn eine Selbsthilfegruppe Ort und Zeitpunkt ihres Treffpunktes bekannt macht, wird sie zu jedem Zeitpunkt mit einer Besucherin oder einem neuen Mitglied rechnen müssen. Dies ist eine sehr unkomplizierte Variante und kann neuen Mitgliedern den Zugang zur Selbsthilfegruppe erleichtern. Für die bestehende Gruppe kann ein dauernder Neuzugang von Mitgliedern aber auch zu Unzufriedenheit führen. Gruppenmitglieder, die schon lange in der Gruppe sind, kommen zu kurz und haben unter Umständen das Gefühl, auf der Stelle zu treten und immer wieder von vorne beginnen zu müssen. Einige fühlen sich vielleicht auch nicht frei, offen über Dinge zu sprechen, die besonderes Vertrauen in der Gruppe erfordern. Eine gute Alternative zur dauernden Aufnahme von neuen Mitgliedern ist die Variante von gelegentlichen Aufnahmetreffen. So könnte beispielsweise einmal monatlich oder jedes Vierteljahr ein offenes Infotreffen stattfinden, zu dem alle Interessenten/innen, die sich in der Zwischenzeit gemeldet haben, eingeladen werden.

Wie verläuft die Aufnahme in die Gruppe?

Es gibt Selbsthilfegruppen, in denen sich die Kontaktperson mit dem oder der Interessierten zunächst alleine trifft, um genauere Informationen über die Arbeit und die Ziele der Selbsthilfegruppe zu geben und Fragen zu beantworten. Auf diese Weise kann einerseits die Hürde, zum ersten Gruppentreffen zu kommen, verringert werden. Andererseits ist die Chance grösser, dass diejenigen, die dann auch in die Gruppentreffen kommen, wirklich mitarbeiten möchten. Andere Selbsthilfegruppen informieren das neue Mitglied entweder vor oder nach dem ersten Gruppenbesuch ausführlich am Telefon und besprechen so offene Fragen oder auch Anfangsschwierigkeiten. Hilfreich kann es auch sein, wenn die neue Person für eine gewisse Zeit eine Patin oder einen Paten als Ansprechpartner oder Ansprechpartnerin aus der Gruppe erhält.

Als Grundstein für einen guten gemeinsamen Start ist es wichtig, dass das neue Mitglied in der ersten Sitzung bewusst willkommen geheissen wird. Wie viel Raum das neue Mitglied in dem Treffen einnehmen möchte, ist sehr unterschiedlich: Die einen haben das Bedürfnis, endlich über ihre Situation zu sprechen, während andere zuerst die restlichen Mitglieder kennen lernen möchten, bevor sie von sich berichten. Eine Vorstellungsrunde der bestehenden Mitglieder hilft der neuen Person, sich zu orientieren und sich ein Bild von der Gruppe zu machen.

Für die Selbsthilfegruppe ist es wichtig, dass sich Neue nach einer gewissen Zeit, etwa nach 2 bis 5 Treffen, klar für oder gegen die Gruppenteilnahme entscheiden. Unklare Gruppenmitgliedschaften, die die Gruppe dann auch nicht mitverantworten, belasten die Selbsthilfegruppe und versperren den Platz für neue Mitglieder, die regelmässig mitmachen möchten.

Kann die Selbsthilfegruppe beschliessen, keine Neuen aufzunehmen?

Es gibt Situationen, in denen eine Selbsthilfegruppe auf eine stabile Zusammensetzung angewiesen ist, etwa wenn sich die Gruppe gerade intensiv mit einem Thema oder einem Konflikt auseinandersetzt. Dann ist die Aufnahme von neuen Mitgliedern nicht ratsam. Da Treffen in zu grossen, unüberschaubaren Gruppen für die Teilnehmenden unbefriedigend sind, sollte die Gruppe je nach Zielsetzung ausserdem ihre Mitgliederzahl nach oben begrenzen. Bei Gesprächsgruppen empfiehlt sich beispielsweise eine Obergrenze von 12 Personen, damit untereinander vertrauensvolle Beziehungen wachsen können und ein intensiver Austausch möglich ist.

Die Entscheidung, keine weiteren Mitglieder aufzunehmen, fällt vielen Selbsthilfegruppen schwer. Doch eine Gruppe, die zu viele oder zu einem ungünstigen Zeitpunkt uneingeschränkt Mitglieder aufnimmt und sich auf diese Weise überfordert, kann später wahrscheinlich weder für die bestehenden Mitglieder noch die neuen Mitglieder eine Hilfe sein. Interessierte können an **das Selbsthilfezentrum** verwiesen werden. Wir kennen vielleicht eine Gruppe, die noch Mitglieder sucht oder **bieten Unterstützung** bei einer Neugründung an.