

Leitung in Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen zeichnen sich durch eine basisdemokratische Struktur aus. Alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen sind gleichberechtigt und sowohl für sich selbst und ihre Wünsche und Bedürfnisse sowie auch in jeweils gleichem Masse für die Gruppe insgesamt verantwortlich.

Entscheidungen, die sich auf die Arbeit der ganzen Gruppe auswirken, treffen alle Gruppenmitglieder gemeinsam, zum Beispiel wo und wie oft die Treffen stattfinden oder ob neue Mitglieder aufgenommen werden

Jede Gruppe benötigt zum erfolgreichen gemeinsamen Arbeiten auch etwas Organisation. So ist zum Beispiel wichtig, dass der Raum immer rechtzeitig offen ist und die Miete bezahlt wird, dass sich jemand für Fragen von Interessenten und Interessentinnen als Kontaktperson zur Verfügung stellt, dass jemand Absenz-Meldungen von Gruppenmitgliedern entgegennimmt, die Gesprächsleitung übernimmt oder auch Getränke besorgt. Jede einzelne dieser Tätigkeiten ist für eine konstruktive Arbeit der Selbsthilfegruppe wichtig

Die Aufteilung der verschiedenen oben genannten Funktionen auf mehrere Mitglieder empfiehlt sich. Sie hat vor allem den Vorteil, dass die Verantwortung für die Gruppe möglichst breit auf viele Schultern verteilt ist und alle zum Miteinander beitragen. Innerhalb der Gruppe wird auf diese Weise der Austausch zwischen Geben und Nehmen gefördert, von dem sowohl die Gruppe als auch ihre einzelnen Mitglieder profitieren. Denn wenn Einzelne sehr viel an Einsatz und Engagement bringen, die Mehrzahl hingegen passiv bleibt und nur die für sich wichtigen Informationen aus den Gruppentreffen ziehen will, hat dies Auswirkungen auf die ganze Gruppe: Bei manchem Teilnehmer oder Teilnehmerin kann es zu Überlastung und Frustration kommen, während sich andere gar nicht in die Gruppe eingebunden fühlen. Offen ausgetragene oder verdeckte, unterschwellige Konflikte sowie die Auflösung der Gruppe können Folgen dieses Ungleichgewichts sein.

Selbsthilfegruppen haben Selbständigkeit und Unabhängigkeit ihrer Mitglieder zum Ziel. Deshalb bemühen sie sich um einen Rahmen, in dem ein gleichberechtigter Umgang möglich ist. Da wir uns in unserem Denken und Handeln mehr oder weniger unbewusst an Autoritäten orientieren, kann es sein, dass der Wunsch zu leiten oder geführt zu werden aufkeimt. Die prinzipielle Gleichberechtigung der Mitglieder von Selbsthilfegruppen ist oft eine neue Situation: Jede und jeder Einzelne ist gefordert, eigene Bedürfnisse, Erfahrungen, Fähigkeiten und Wünsche selbst einzubringen.

In verschiedenen Phasen der Gruppenarbeit scheinen einzelne Mitglieder ganz selbstverständlich in eine Leitungsrolle hineinzuwachsen. Das geschieht, weil es gerade in schwierigen Situationen für alle leichter ist, gewohnte Verhaltensweisen beizubehalten, als herauszufinden, wie eine gleichberechtigte Arbeit möglich ist.

Wenn nun ein Mitglied diese Leitungsrolle übernimmt, passiert dies nicht nur, weil es bereit ist, die Rolle zu übernehmen, sondern auch, weil der Rest der Gruppe das Leitungsverhalten gewünscht und zugelassen hat. Die Leitungsrolle eines Mitglieds der Selbsthilfegruppe ist deshalb immer das Ergebnis einer Entwicklung, an der alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen der Gruppe beteiligt sind.

Die Mitglieder können einer solchen Entwicklung zumindest teilweise vorbeugen, indem sie bei ihrer gemeinsamen Arbeit von Anfang an darauf achten, die oben genannten Aufgabenbereiche gleichmässig auf alle zu verteilen.

Dennoch werden im Gruppenprozess immer wieder Situationen entstehen, in denen so genannte Leitungsphänomene auftreten. Das ist normal. Mit etwas Geduld und Energie können diese Phänomene gemeinsam aufgelöst und die Gleichberechtigung der Selbsthilfegruppen-Mitglieder realisiert und stabilisiert werden. Wenn die Teilnehmenden dabei alleine nicht weiterkommen und jemanden von aussen hinzuziehen möchten, können sie sich gerne **an das Zentrum Selbsthilfe wenden**: Wir bieten Gruppenberatungen an, in denen die Gruppe dabei unterstützt wird, bestehende Konflikte zu klären und neue Lösungen zu finden.