



Bundesvereinigung  
Lebenshilfe e.V.  
Raiffeisenstraße 18  
35043 Marburg

Tel.: 06421 - 491 0  
Fax: 06421 - 491 167

[bundesvereinigung@lebenshilfe.de](mailto:bundesvereinigung@lebenshilfe.de)  
[www.lebenshilfe.de](http://www.lebenshilfe.de)



# Kultursensible Selbsthilfegruppen gründen

Eine kommentierte Checkliste



## Inhalt

Einleitung – Kultursensible Selbsthilfegruppen gründen .....	S. 3-4
Phasenmodell.....	S. 5
Checkliste.....	S. 6-7
Tipps und Hinweise	
1. Vorbereiten und planen .....	S. 9
2. Projektantrag stellen .....	S. 11
3. Wartezeit nutzen .....	S. 12
4. Beginn des Projektes .....	S. 13
5. Selbsthilfegruppe fortführen.....	S. 16
Raum für Ihre Notizen.....	S. 18

# Kultursensible Selbsthilfegruppen gründen

Selbsthilfegruppen bieten eine Möglichkeit zum Informationsaustausch, zur Selbstreflexion und dadurch zur individuellen Entlastung im Alltag. Selbsthilfe hilft Menschen mit Behinderung und ihren Angehörigen dabei, ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Daher sind Selbsthilfeszusammenschlüsse teilhabende und gesundheitsfördernd und ein fester Bestandteil der gesundheitlichen Versorgung in Deutschland. Bei der Betrachtung der Selbsthilfelandchaft fällt auf, dass nur wenige Angehörige von Menschen mit Behinderung und Migrationshintergrund an regulären Selbsthilfegruppen teilnehmen. Grund hierfür ist nicht ein fehlendes Bedürfnis nach Selbsthilfe und Austausch. In Modellprojekten hat sich gezeigt, dass die betroffenen Familien entsprechende Angebote nutzen, wenn diese sowohl den Aspekt Behinderung als auch den Aspekt Migrationshintergrund berücksichtigen.

## Kultursensible Angebote gestalten

Um der Vielfalt unserer Gesellschaft gerecht zu werden, reicht es nicht, vorhandene Selbsthilfestrukturen für Angehörige von Menschen mit Behinderung und Migrationshintergrund zu öffnen. Es ist vielmehr notwendig, eine Form der Selbsthilfe zu etablieren, die kultursensible und zielgruppengerechte Rahmenbedingungen in den Fokus rückt. Dazu gehören nicht nur muttersprachliche Übersetzungen, sondern beispielsweise auch professionelle Begleiter\*innen der Zusammenkünfte, die als „Navigator\*innen“ durch die Behindertenhilfe führen und Orientierung bei der Inanspruchnahme von Unterstützungsangeboten bieten. Professionelle Begleiter\*innen sollten Netzwerke und Kontakte zu Fachreferent\*innen und Mitarbeitenden von Beratungsstellen haben, um die Betroffenen über weitere Angebote informieren zu können und gegebenenfalls Referent\*innen für die Selbsthilfetreffen zu gewinnen.

## Entlastung und Normalisierung im Alltag

Gerade Menschen mit Behinderung und Migrationshintergrund sowie deren Angehörige haben mit mehrdimensionalen Ausgrenzungserfahrungen – sowohl von Seiten ihrer Herkunftsgemeinschaft als auch von Seiten der Mehrheitsgesellschaft – zu tun: Sprachbarrieren, Informationslücken und unterschiedliche Ängste erschweren den Zugang zu bereits vorhandenen Angebotsstrukturen. Zielgruppengerechte Selbsthilfeangebote minimieren die Hürden, sodass die kultursensiblen Angebote angenommen werden können. Sie bieten ein Stück Entlastung und Normalität für die Familien. Sie fördern das Ankommen und die Anbindung an die sozialen Strukturen in Deutschland. Sie schaffen Gemeinschaft und bieten Halt für die Betroffenen. Gemeinsame Aktivitäten fördern ein Wir-Gefühl und holen die Mitglieder aus Isolation und Hilflosigkeit heraus. Selbsthilfegruppen können das Selbstwertgefühl stärken und damit der gesamten Familie helfen. So sagt eine Teilnehmende: „Als Mutter eines behinderten Kindes benötige ich Gleichgesinnte zum Austausch. Alle haben die gleichen Probleme. Das Vertrauen ist sofort da und ich fühle mich wohl.“ Daher unterstützt die Bundesvereinigung Lebenshilfe e.V. den Aufbau von kultursensiblen Selbsthilfegruppen in Deutschland.

## Die kommentierte Checkliste

Mit dieser Checkliste möchte die Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V. Menschen, die eine Selbsthilfegruppe gründen möchten und Mitarbeitenden von Diensten und Einrichtungen der Behindertenhilfe eine erste Orientierung bieten. Diese Arbeitshilfe wurde für die kultursensible Selbsthilfe im Bereich der Behindertenarbeit entwickelt. Ihre Übertragung oder Modifizierung ist auch auf andere Bereiche der Selbsthilfe möglich. Die vorliegende Checkliste entstand im Projekt „Migration–Behinderung–Selbsthilfe“ der Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V. Kooperationspartner waren die Lebenshilfe Berlin, die Lebenshilfe Frankfurt und die Lebenshilfe Köln.

Im Folgenden werden die markanten Gründungsphasen einer kultursensiblen Selbsthilfegruppe aufgezeigt. Die anschließende Checkliste ermöglicht es, die Arbeitsbereiche in den jeweiligen Gründungsphasen schnell zu erfassen und die dazugehörigen Fragen für die Bearbeitung zu nutzen. Die Kommentare unter „Tipps und Hinweise“ kondensieren die wertvollsten Erfahrungen aus der Arbeit an den drei Standorten des Projektes „Migration–Behinderung–Selbsthilfe“.

# Phasenmodell



# Checkliste

## Eine kultursensible Selbsthilfegruppe gründen

### 1. Vorbereiten und planen

#### Konzeptentwicklung.....

- Was wollen wir machen?
- Wie wollen wir vorgehen?
- Wen wollen wir erreichen?
- Haben wir Zeit für die Evaluation der Einzelschritte eingeplant?
- Wofür braucht es eine Finanzierung?
- Gibt es einen Vordruck oder ein Beispiel für ein Konzept?

#### Recherche zu Umfeld und Zielgruppe.....

- Wer lebt in der Nachbarschaft, in der die Selbsthilfegruppe entstehen soll?
- Wo halten sich welche Gruppen von Menschen auf?
- Welche Sprachen sprechen sie?
- Welche Zielgruppen erreichen wir bereits mit unseren Angeboten?
- Welche Angebote von uns nehmen die Menschen mit Migrationshintergrund nicht wahr?
- Wo gibt es schon gute Zugänge oder Schlüsselpersonen für Menschen mit Migrationshintergrund?

#### Recherche zu Finanzierungsmöglichkeiten.....

- Wo kann ich mir Informationen dazu holen?
- Welche Möglichkeiten der Finanzierung gibt es?
- Welche Fristen gibt es für die Antragsstellung bei den jeweiligen Geldgebern?
- Gibt es Vordrucke für die Antragsstellung auf der Homepage der Förderer?

### 2. Projektantrag stellen.....

- Haben wir den Projektantrag verständlich, kurz und offen genug formuliert?
- Haben wir genug Mittel eingeplant und beantragt?
- Gibt es mögliche Kooperationspartner\*innen?
- Wenn ja, gibt es eine Kooperationsvereinbarung oder eine Absichtserklärung von Unterstützer\*innen?

### 3. Wartezeit nutzen .....

- Nutzen wir verschiedene Projektphasen, beispielsweise Leerläufe, optimal?
- Welche Tätigkeiten können wir vor der Bewilligung schon in die Wege leiten?

### 4. Beginn des Projektes

#### Gewinnung von professionellen Begleiter\*innen.....

- Haben wir ein Team, das alle nötigen kultursensiblen Kompetenzen abdeckt?
- Haben wir professionelle Begleiter\*innen?
- Welche Kompetenzen sollten professionelle Begleiter\*innen der Selbsthilfegruppe (z. B. Gruppenleiter\*in, Sprachmittler\*in, externe Referent\*in) mitbringen?

#### Öffentlichkeitsarbeit und Gewinnung von Teilnehmenden.....

- Wie informieren wir zielgruppengerecht über das Angebot?
- Was können wir tun, damit das Angebot die Zielgruppe direkt erreicht?
- Wie gewinnen wir Teilnehmende?

#### Start der Selbsthilfegruppe.....

- Setzen wir Maßnahmen um, die zu einer Teilnahme an den ersten Treffen motivieren?
- Wie setzen wir das Projekt erfolgreich in Gang?
- Was sollten wir besonders bei den ersten Treffen beachten?

### 5. Selbsthilfegruppe fortführen

#### Kontinuierliche Arbeit.....

- Erreichen wir mit unserem Angebot die Teilnehmer\*innen und treffen wir ihre Themen?
- Was ist wichtig, um eine stetige Teilnahme zu ermöglichen?
- Was ist dabei die Rolle der Gruppenleitung?

#### Umgang mit Schwierigkeiten .....

- Setzen wir Maßnahmen um, die einen konstruktiven Umgang mit Konflikten ermöglichen?
- Wie lösen wir Konflikte innerhalb der Gruppe?
- Was können wir tun, wenn Teilnehmende nach ein-, zweimaliger Teilnahme nicht mehr erscheinen?

# Tipps und Hinweise

## 1. Vorbereiten und planen

### Konzeptentwicklung

Bevor Sie die konkrete Planung und Umsetzung der neuen Selbsthilfegruppe angehen, erstellen Sie ein detailliertes Konzept. Es wird Ihnen helfen, an Ihren Zielen festzuhalten und diese umzusetzen. Im Folgenden finden Sie dazu Hinweise, was Sie bei der Konzeption einer kultursensiblen Selbsthilfegruppe beachten können.

Setzen Sie sich Kurzzeit-Ziele und planen Sie Zeit für eine Überprüfung von diesen Kurzzeit-Zielen ein, um gegebenenfalls schnell Veränderungen in der Praxis vornehmen zu können.

### Recherche zum Umfeld und zur Zielgruppe

#### **Potenzielle Mitglieder besser kennenlernen**

Ihre Selbsthilfegruppe sollte spezifisch auf Bedarfe der Teilnehmenden ausgerichtet sein, um Teilnehmende zu erreichen und zu gewinnen. Dabei müssen die Möglichkeiten des Sozialraumes berücksichtigt werden. Dazu gehören beispielsweise die Sprache, der Zeitpunkt und der Ort für die Treffen der Selbsthilfegruppe.

#### **Schlüsselpersonen gewinnen**

Befragen und gewinnen Sie muttersprachliche Schlüsselpersonen, die Ihnen zu den Bedarfen Auskunft geben, als Türöffner agieren und gegebenenfalls die Selbsthilfegruppe begleiten können. Schlüsselpersonen ermöglichen Zugang zu unterschiedlichen Gruppen. Sie können einen Vertrauensbonus besitzen und Milieus erreichen, die sonst schwer erreichbar sind.

#### **Mit Beratungsstellen kooperieren**

Nutzen Sie Kontakte zu Beratungsstellen für Menschen mit Migrationshintergrund in Ihrer Ortschaft für Kooperationen, z. B. um das Angebot Ihrer kultursensiblen Selbsthilfegruppe vorzustellen. Die Mitarbeitenden und Berater\*innen der Beratungsstellen können ebenfalls Schlüsselpersonen sein, die entweder Teilnehmende vermitteln oder als Referent\*innen in der Selbsthilfegruppe tätig sein können. Insbesondere Mitarbeitende von Beratungsstellen für Menschen mit Migrationshintergrund erhalten als Unterstützende viel Vertrauen von Seiten der Familien.

## Recherche zur Finanzierung

### Informationen zusammentragen

Verschaffen Sie sich beispielsweise auf den Internetseiten unten genannter Förderer einen Überblick insbesondere über Fristen und Voraussetzungen. Nutzen Sie ggf. Vordrucke der Förderer für Projektanträge.

### Organisationen die Selbsthilfeprojekte fördern

- Aktion-Mensch-Projektförderung im Bereich Beratung, Begleitung Selbsthilfe
- Selbsthilfeförderung der Krankenkassen.  
Einen Überblick gibt der GKV Spitzenverband:  
[https://www.gkv-spitzenverband.de/krankenversicherung/praevention\\_selbsthilfe\\_beratung/selbsthilfe/selbsthilfe.jsp](https://www.gkv-spitzenverband.de/krankenversicherung/praevention_selbsthilfe_beratung/selbsthilfe/selbsthilfe.jsp)
- Stiftungen, beispielweise:  
Franz-Beckenbauer-Stiftung: [www.beckenbauer-stiftung.de](http://www.beckenbauer-stiftung.de)  
Freudenberg-Stiftung: [www.freudenbergstiftung.de](http://www.freudenbergstiftung.de)  
Heidehof Stiftung GmbH: [www.heidehof-stiftung.de](http://www.heidehof-stiftung.de)  
Software-AG-Stiftung: [www.sagst.de](http://www.sagst.de)  
Kompetenzzentrum für Integration NRW (deutschlandweit):  
[www.kfi.nrw.de/kontakt/index.php](http://www.kfi.nrw.de/kontakt/index.php)

### Fördermittelberatung

Lebenshilfe-Organisationen können sich an die Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V. wenden, um eine Fördermittelberatung zu erhalten. Kontakt: <https://www.lebenshilfe.de/ueber-uns/bundesgeschaeftsstellen/beratung-foerdermittel/>

Hören Sie sich um, ob Lebenshilfen Ihnen ggf. Projektanträge von ähnlichen Projekten zur Orientierung zur Verfügung stellen. Innerhalb des eigenen Verbandes werden möglicherweise Projektanträge weitergegeben. Gerne können Sie sich auch bei der Bundesvereinigung e. V. nach möglichen Musteranträgen erkundigen.

## 2. Projektantrag stellen

### Offene Formulierungen verwenden

Im Antrag ermöglicht beispielsweise eine offene Formulierung zu Herkunft der zu erreichenden Zielgruppe und zum Startdatum der Selbsthilfegruppe eine höhere Flexibilität, die Sie brauchen könnten, wenn die Gruppenteilnehmenden im Vorfeld noch nicht feststehen. Auch ein Hinweis auf eine offene Herangehensweise des Projektes kann Druck in der Umsetzung nehmen und bedarfsgerechte Anpassungen im Projektverlauf unterstützen.

### Befürwortungsschreiben einreichen

Wenn Sie beispielsweise auf der örtlichen Ebene arbeiten, könnten Sie die zuständigen Mitarbeitenden auf der Landesebene um ein Befürwortungsschreiben bitten, um die Notwendigkeit kultursensibler Selbsthilfegruppen in Ihrer Region zu unterstreichen.

### Großzügiger planen

Kalkulieren Sie im Projektantrag mehr Zeit und Geld ein als für übliche Selbsthilfegruppen. Bei kultursensiblen Angeboten können aufgrund folgender Bedarfe Mehraufwände auf Sie zukommen:

- Sprachmittler \*innen bei den Treffen
- Übersetzungen für Werbematerialien
- langfristige Gruppenleitung (erfahrungsgemäß wird diese von Menschen mit Migrationshintergrund verstärkt gewünscht)
- Netzwerkarbeit: Etablierung neuer Kooperationen
- Öffentlichkeitsarbeit
- Austausch mit anderen Selbsthilfeprojekten
- Treffen und Veranstaltungen außerhalb der Einrichtungen
- Zugang und Gewinn von Teilnehmenden
- umfangreicher Beratungs- und Informationsbedarf
- Möglichkeiten der Betreuung für Kinder
- Verpflegung bei den Treffen

## 3. Wartezeit nutzen

### **Die Zeit zwischen Antragsstellung und Bewilligung nutzen**

Nutzen Sie die Zeit, um Netzwerke aufzubauen und Partner\*innen zu suchen. Gute Netzwerke und Mitstreitende sind wichtig. Die Netzwerkarbeit erfordert Kontinuität und Zeit. Besonders bei kultursensiblen Projekten hat sich eine Vernetzung mit anderen Trägern, Organisationen und lokalen Selbsthilfeorganisationen für Migrant\*innen als sinnvoll erwiesen.

Netzwerke können genutzt werden:

- zur Bekanntmachung der Selbsthilfegruppe
- für den Zugang zu schwer erreichbaren Zielgruppen
- zur Teilnehmergewinning
- für den Erfahrungsaustausch über Methoden und Herangehensweisen sowie zur Inspiration
- für kollegiale Fallbesprechungen
- für gemeinsame Aktionen
- zur Abgrenzung und Schärfung des Profils der Selbsthilfegruppe
- um professionelle Begleiter\*innen für das Projekt zu finden
- zur Gewinnung von Referent\*innen für Gruppentermine oder Veranstaltungen

## 4. Beginn des Projektes

### Gewinnung von professionellen Begleiter\*innen

#### **Kompetenzen von Sprachmittler\*innen und professionellen Begleiter\*innen**

Sprachmittler\*innen können als Bindeglied zwischen Gruppenleitung und Gruppenmitgliedern fungieren. Professionelle Begleiter\*innen (Gruppenleitung und Sprachmittler\*innen) sollten sich regelmäßig über aktuelle Entwicklungen in der Selbsthilfegruppe austauschen, um die Gruppendynamik zu erfassen und möglichen Missverständnissen vorzubeugen. Professionelle Begleiter\*innen sollten sich regelmäßig fortbilden. Bei den Begleiter\*innen sind folgende Charakteristika besonders hilfreich:

- interkulturelle Kompetenz
- Sprachkompetenzen
- eigener Migrationshintergrund
- Wissen zu gesetzlichen Anspruchsgrundlagen
- Moderationskompetenzen
- Netzwerkkompetenz

#### **Aufgaben und Rollen klar definieren**

Die Rolle der Gruppenleiter\*in sollte zu Beginn klar definiert werden, um den Zuständigkeitsbereich eindeutig umreißen und kommunizieren zu können. Bei zusätzlich anwesenden Sprachmittler\*innen sind auch deren Rollen eindeutig zu umreißen und mit der Gruppenleitung zu besprechen.

# Öffentlichkeitsarbeit und die Gewinnung von Teilnehmenden

## In die Öffentlichkeit gehen

- Bitten Sie Schlüsselpersonen darum, Werbung für Ihre Selbsthilfegruppe zu machen. Suchen Sie z. B. größere Begegnungsstätten auf und sprechen Sie dort mit Leitungspersonen und Mitarbeitenden über das Angebot.
- Sprechen Sie ruhig mehrmals und direkt potenzielle Teilnehmende an und laden Sie sie ein. Sprechen Sie beispielsweise Teilnehmende an, die bereits andere Dienstleistungen ihrer Organisation nutzen. Selbsthilfevereine von und für Menschen mit Migrationshintergrund betonen die Generierung von Teilnehmenden über ihre vorherige Beratungsarbeit und mehrmalige telefonische Einladungen vor dem ersten Treffen.

## Zielgruppenspezifische Ansprache

Verteilen Sie Informationen in den Sprachen ihrer Zielgruppe (zum Beispiel Deutsch und Türkisch) in migrantenspezifischen Einrichtungen und gegebenenfalls in fremdsprachigen Medien – auch wenn Beiträge in muttersprachlichen Zeitschriften und digitalen Medien meistens nur bestimmte alters- und geschlechtsspezifische Zielgruppen erreichen. Denn die Erfahrung zeigt, dass sich Angebote dann auch über Mund-zu-Mund-Propaganda weiter verbreiten. Zu beachten ist auch, dass einige ältere Menschen nicht lesen können und junge Menschen mit Migrationshintergrund teilweise nur Deutsch lesen und schreiben. Das bedeutet, dass man diese Zielgruppen nur mündlich, auf Deutsch oder über Multiplikatoren erreicht.

# Start der Selbsthilfegruppe

## Es den Mitgliedern so leicht wie möglich machen

- Organisieren Sie eine erste Veranstaltung als niedrigschwellige Kontaktmöglichkeit. Dies kann unter anderem eine Einladung zu einem gemeinsamen Essen (oder anderen Event) sein. Bei Folgetreffen ist es möglich, die Teilnehmer\*innen um Mithilfe bspw. beim Buffet zu bitten.
- Wählen Sie Ort, Zeitpunkt und Themen anhand der Bedürfnisse der Teilnehmer\*innen aus.
- Suchen Sie nach guten Referent\*innen mit Migrationshintergrund zu den jeweiligen Themen, denn sie können als Vorbild dienen und das Selbstwertgefühl der Teilnehmenden stärken.

## Für eine vertrauensvolle Atmosphäre sorgen

- Sprechen Sie in der Selbsthilfegruppe zu Beginn über Regeln und visualisieren Sie diese.

Auf diese Regeln sollte immer wieder hingewiesen werden.

Bspw.: Freiwilligkeit, Selbstbestimmung, Verschwiegenheit, keine politischen und religiösen Themen, respektvoller Umgang, Regelmäßigkeit, Pünktlichkeit, Redner\*innenfolge, Gleichberechtigung zwischen allen Teilnehmenden, Mehrheitsentscheidungen bei Beschlüssen

- Führen Sie Rituale mit den Teilnehmer\*innen ein, um Sicherheit zu geben – beispielsweise gemeinsam essen, Befindlichkeitsabfrage etc.
- Erklären Sie, was eine Selbsthilfegruppe in Deutschland ist und wie Teilnehmer\*innen davon profitieren können.
- Sprechen Sie zu Beginn über rechtliche und finanzielle Themen, die die Teilnehmenden einbringen. Verweisen Sie jedoch auf die professionelle Beratung in den Beratungsstellen. Denn oft ist es den Teilnehmenden zu Beginn wichtig, finanzielle und rechtliche Fragen zu klären. Erst danach können Sie sich für emotionale Themen öffnen.
- Grenzen Sie die Möglichkeiten und Aufgaben der Selbsthilfegruppe von anderen Angeboten ab (z. B. professionelle Erziehungsberatung, Migrationsberatung etc.).



# 5. Selbsthilfegruppe fortführen

## Kontinuierliche Arbeit

### Termine und Themen planen

Beziehen Sie die Teilnehmer\*innen in die Terminplanung und Themensetzung der Selbsthilfegruppe ein. Seien Sie flexibel. Die Praxis zeigt, dass eine klare Kommunikation von Treffpunkten und Themen immer wieder erfolgen sollte, um Teilnehmenden bei ihrer Planung zu helfen. Planen Sie die Anzahl der Gruppenmitglieder großzügig. Teilweise werden Zusagen nicht eingehalten: In einigen Kulturkreisen werden z. B. direkte Einladungen zugesagt, um höflich zu sein. Es kommt jedoch vor, dass Menschen zusagen oder die Begriffe „vielleicht“ oder „mal sehen“ verwenden, nur um nicht absagen zu müssen. Mit der Zeit wird sich die Gruppe erfahrungsgemäß verkleinern, da einige aus verschiedenen Gründen nicht mehr teilnehmen werden.

### Raum für gemeinsame Aktivitäten und Interessen

- Versuchen Sie Ideen wie gemeinsame Feste, Freizeitaktivitäten, Reisen sowie Referent\*innen zu speziellen Themen zu realisieren. Unserer Erfahrung nach sind gemeinsame Aktivitäten für die Gruppendynamik und die Kontinuität der Zusammenkünfte sehr förderlich.
- Verteilen Sie Aufgaben auch an Gruppenmitglieder bei z. B. gemeinsamen Aktionen, denn es entlastet die professionellen Begleiter\*innen und fördert das Selbstwertgefühl der Teilnehmenden.

### Gemeinsam vorankommen

In den Selbsthilfegruppen geht es nicht nur um reinen Informationsaustausch, sondern auch um Persönlichkeitsentwicklung und Selbstreflexion. Die Gruppenleitung begleitet diese Entwicklungsprozesse.

- Beachten Sie, dass eine professionelle Gruppenleitung langfristig hilfreich ist. Dies zeigen Erfahrungen bereits existierender Selbsthilfegruppen für Angehörige von Menschen mit Migrationshintergrund und Behinderung.
- Vermitteln Sie bei Bedarf an Beratungsstellen. Die Erfahrung zeigt, dass Menschen mit Migrationshintergrund oft einen hohen individuellen Beratungsbedarf haben, den die Selbsthilfegruppe nicht abdecken kann.

## Umgang mit Schwierigkeiten

### Offen und klar kommunizieren

- Etablieren Sie eine Fehlerkultur: Gehen Sie offen mit Fehlern um, denn Fehler sind normal. Stellen Sie gemeinsame Regeln für die Gruppe auf, visualisieren Sie diese und reflektieren Sie regelmäßig die Einhaltung der Regeln.
- Beachten Sie, dass keine Beratung von Seiten der Begleiter\*innen erfolgen sollte, da Ihre Aufgabe die Moderation und Organisation der Treffen und die Förderung der Kommunikation unter den Teilnehmenden ist. Dabei hilft es, Grenzen und Möglichkeiten einer Selbsthilfegruppe von Anfang an deutlich zu kommunizieren.

### Respektvoller und sensibler Umgang

- Beugen Sie Missverständnisse durch regelmäßige Reflexionsrunden vor. Eine regelmäßige Evaluierung der Gruppendynamik und der Projekthalte ist sinnvoll.
- Reagieren Sie situativ auf Veränderungen, z. B. in der Gruppenzusammensetzung. Wenn Personen nicht mehr kommen, dann kann es beispielsweise hilfreich sein, dass nicht die Gruppenleiter\*innen den Grund erfragen, sondern eine Teilnehmende aus der Gruppe. Denn es gibt Persönlichkeiten und Kulturkreise, die aus Höflichkeit und Respekt Leitenden ihre Beweggründe nicht erläutern wollen. Ggf. kann daher über eine Vermittlung von Dritten wieder eine Brücke zur Gruppe geschaffen und eine Teilnahme ermöglicht werden.

