

## Von den Erfahrungen der In-Gang-Setzer lernen

In-Gang-Setzer werden nicht nur vor ihrem Engagement als vorübergehende Begleiter von Selbsthilfegruppen geschult, sondern auch währenddessen kontinuierlich begleitet - in Form von Einzelgesprächen, moderierten Austauschtreffen und Workshops mit Dozentinnen. Dabei sind diese Lerneinheiten keine „Einbahnstraßen“. Vielmehr nutzen Kontaktstellen und Projektmitarbeiter sie, um die praktischen Erfahrungen der In-Gang-Setzer aufzunehmen und in die konzeptionelle Weiterentwicklung einzuspeisen. Besonders die überregionalen Workshops für bereits aktive In-Gang-Setzer sind für die Projektmitarbeiter eine Gelegenheit, konkrete Erfahrungen der Umsetzung an unterschiedlichen Standorten kennenzulernen. Anschließend wird gemeinsam reflektiert, welche Erfahrungen eher der Besonderheit z.B. der Standorte (Stadt, Land o.ä.) geschuldet sind und auf welche Erfahrungen die In-Gang-Setzer zukünftig durch konzeptionelle Ergänzungen passend vorbereitet werden können.

Die vorgelagerte Basis-Schulung wird von den In-Gang-Setzern mehrheitlich als eine Phase beschrieben, in der sie ein intensives gegenseitiges Kennenlernen und motivierendes Lernen erlebt haben. Die In-Gang-Setzer fühlen sich auf ihre neue Aufgabe gut vorbereitet. Gleichzeitig erwarten viele ihre erste Gruppenbegleitung auch mit Spannung.

Häufig genannte Sorgen, Bedenken und Fragen vor den ersten Begleitungen sind: „Werde ich meiner Rolle als In-Gang-Setzer gerecht?“ „Kann ich mich immer thematisch heraushalten?“ „Kann ich darauf verzichten, Ratschläge zu geben?“ „Gelingt es mir, die Gruppenmitglieder zu aktivieren?“ „Gebe ich rechtzeitig Aufgaben ab, wenn Gruppenmitglieder zunehmend selbst aktiv werden.“ „Werde ich mich in Konfliktsituationen rechtzeitig daran erinnern, auf die Kontaktstelle zu verweisen?“ „Wann und wie soll ich mich verabschieden?“ u.ä.

In-Gang-Setzer erleben – ähnlich wie Initiatoren und Sprecher neuer Gruppen – insbesondere bei den ersten Begleitungen als Herausforderungen, „dafür sorgen zu müssen, dass zu Beginn der Treffen jeder kurz zu Wort kommt, ehe ein Thema vertieft wird“, oder „Teilnehmer zu begrenzen, die oft das Wort ergreifen und ausschweifend sprechen“, oder „mit Teilnehmern umzugehen, die nur kritisieren“, oder „zu schlichten, wenn Gruppenmitglieder immer wieder miteinander streiten“, oder auch „wenn kein Gespräch entsteht“ oder „Teilnehmer plötzlich nicht wiederkommen“.

Diese Erlebnisse werden nicht übergangen, sondern gemeinsam aufmerksam betrachtet. Die Fragen danach, wie In-Gang-Setzer sich in diesen konkreten Situationen verhalten haben, welche alternativen Verhaltensweisen möglich gewesen wären, ob und was beim nächsten Mal neu ausprobiert werden kann, dürfen nicht zu einer Überfrachtung der Verantwortung als In-Gang-Setzer führen. Kontaktstellen und Projektmitarbeiter erinnern in den begleitenden Lerneinheiten In-Gang-Setzer immer wieder an eine „Kern-Botschaft“ aus den Anfängen dieses Konzepts: „Es kommt auf Dich als In-Gang-Setzer an, aber es hängt nicht alles von Dir ab.“ Sie wirkt entlastend und ermutigt sowohl zu Behutsamkeit und Zurückhaltung in schwierigen Situationen als auch dazu, sich geduldig in der neuen Rolle auszuprobieren.

In der ersten Zeit ihres Engagements äußern In-Gang-Setzer oft den Wunsch, ganz konkrete Anweisungen und methodisches Werkzeug an die Hand zu bekommen, so nach dem Motto „Wenn Fall A eintritt, wende B an.“ Es braucht Zeit, bis sie merken, dass es keine Pauschallösungen gibt, weil sich die Anforderungen in den konkreten Situationen zwar ähneln, aber nicht gleich sind.

Den Wunsch nach mehr Rollensicherheit haben wir z.B. in der Form aufgegriffen, dass wir in die begleitenden Lerneinheiten den Anteil an Übungen erhöht haben, mit denen erlebnisnah typische Gruppensituationen aufgegriffen werden. Auch der Umfang der vorbereitenden Basisschulung wurde von 26 auf 32 Stunden ausgeweitet, um praktischen Übungen mehr Raum zu geben. Das konkrete Vorgehen als In-Gang-Setzer sollte im Rahmen der Konzeption dieses Unterstützungsansatzes zur jeweiligen Gruppensituation und zur Person des In-Gang-Setzers passen. Gerade die praktischen Übungen sind eine gute Möglichkeit zu vermitteln, dass es in den konkreten Situationen i.d.R. nicht eine

einzig „richtige“ Handlungsweise gibt, sondern verschiedene Wege möglich sind.

Diese Ergänzungen im Schulungskonzept tragen ihre Früchte in Bezug auf Kompetenz und Freude der In-Gang-Setzer in ihrem Engagement. Diesen Eindruck vermitteln viele Statements erfahrener In-Gang-Setzer: „Ich habe mit der Zeit gelernt, dass es ein breites Spektrum an Problemlösungen gibt.“, „Ich weiß nun, dass jede Gruppe anders ist, und es von vielen Faktoren abhängt, ob eine Gruppe weiter besteht.“, „Ich weiß mittlerweile, dass ich Toleranz lernen kann.“, „Ich habe gemerkt, dass Gelassenheit oft hilft.“, „Es macht mir große Freude, zu erleben, wie Menschen zueinander finden und sich etwas geben können.“, „Ich merke auf einmal, dass ich anderen etwas geben kann, von dem ich vorher nichts wusste.“ „Ich bin selbstbewusster geworden und kann dadurch den Gruppen mehr Sicherheit geben.“ „Ich freue mich, wenn Gruppen mich einladen zu bleiben, aber ich freue mich noch mehr, wenn sie selbständig weiter gehen.“

© Karin Marciniak, November 2015