

Checkliste „Zusammenarbeit in der Gruppe“

☐ Besprechen, warum wir in der Selbsthilfegruppe sind ✓

- ☐ Will ich andere Betroffene kennenlernen, Netzwerk bilden?
- ☐ Suche ich Erfahrungs- und Wissensaustausch mit anderen Betroffenen?
- ☐ Benötige ich emotionale Unterstützung?
- ☐ Will ich einen anderen Umgang mit der Krankheit lernen?
- ☐ Habe ich Interesse an Informationen zur Krankheit?
- ☐ Suche ich Informationen zur Gesundheitsversorgung (Therapien, Rehabilitationsmöglichkeiten)?
- ☐ Benötige ich Informationen zu sozialrechtlichen Themen?

☐ Rahmenbedingungen für die Gruppentreffen klären ✓

- ☐ Wer soll in der Gruppe teilnehmen dürfen (Betroffene, Angehörige)?
- ☐ Wie lang sollen unsere Treffen dauern – z. B. 2-3 Stunden?
- ☐ Wie oft sollen unsere Treffen stattfinden – z. B. wöchentlich, oder alle 14 Tage?
- ☐ Wo treffen wir uns zukünftig? Raum oder Videokonferenz oder hybrid (beides)
- ☐ Wie viele Mitglieder soll die Gruppe haben – z. B. 6-12 Personen?
- ☐ Soll eine Liste der Gruppenmitglieder geführt werden?
- ☐ Anforderungen im Hinblick auf Barrierefreiheit klären

☐ Die Inhalte der Gruppentreffen abstimmen ✓

- ☐ Sprechen wir über die richtigen Themen – oder gehen Themen unter?
- ☐ Trauen sich alle, ihre Ideen und Wünsche zu äußern?
- ☐ Fühlen sich alle Gruppenmitglieder in ihren Bedürfnissen wahrgenommen?
- ☐ Sollen weitere besondere Wünsche berücksichtigt werden?

☐ Wichtige Aufgaben verteilen ✓

- ☐ Wer lädt zu den nächsten Treffen ein?
- ☐ Wer ist für den Raum zuständig?
- ☐ Wer ist für das Videokonferenz-System und andere technische Geräte zuständig?
- ☐ Wer pflegt die Kontakt-/Verteilerliste?
- ☐ Wer ist Ansprechperson für neue Mitglieder?
- ☐ Wer übernimmt Aufbau und Pflege von Internet- oder Social Media-Auftritt (inkl. presserechtliche Verantwortung)?
- ☐ Wer ist für die Finanzen der Gruppe zuständig (Einnahmen, Ausgaben Belege sammeln)?
- ☐ Soll ein Gruppenkonto eingerichtet und geführt werden?

☐ Regeln für die Gruppentreffen vereinbaren ✓

- ☐ Zusagen einhalten
- ☐ Verbindlichkeit bei Übernahme von Verantwortung
- ☐ Offenes Gesprächsklima herstellen
- ☐ Probleme direkt ansprechen
- ☐ Konflikte einvernehmlich lösen

☐ **Regeln für die Gruppe klären und dokumentieren** ✓

- ☐ Wie schaffen wir es, dass sich alle in den Gesprächen wohlfühlen?
- ☐ Wie treffen wir gemeinsame Entscheidungen?
- ☐ Wollen wir über Fragen nach Mehrheit abstimmen?
- ☐ Verabredungen sollen einhalten werden
- ☐ Probleme direkt ansprechen
- ☐ Konflikte einvernehmlich lösen
- ☐ Welche Folgen entstehen, wenn Gesprächsinhalte unberechtigt „nach außen“ getragen werden?

☐ **Auf den Datenschutz achten** ✓

- ☐ Jedes Mitglied sollte vor Eintritt in die Gruppe bestätigen, daß alle Daten und Gespräche dem Datenschutz und Verschwiegenheit unterstehen

☐ **Umgang mit Konflikten klären** ✓

- ☐ Werden in den Gesprächen (Persönlichkeits-)Grenzen überschritten?
- ☐ Haben wir Verständnisprobleme – z. B. Sprache?
- ☐ Müssen wir immer einer Meinung sein?
- ☐ Wie gehen wir mit Hilflosigkeit um? Unterstützen wir uns gegenseitig?
- ☐ Brauchen wir externe Unterstützung – z. B. Moderation bei Konflikten etc.?