

# Was machen In-Gang-Setzer\*innen?

Wenn neue Selbsthilfegruppen entstehen, dann helfen Ehrenamtliche bei Kennenlernen und Moderation!

In-Gang-Setzer\*innen sind ehrenamtlich Helfende, die Selbsthilfegruppen in der Gründung oder in schwierigen Phasen begleiten und „in Gang“ halten. Sie können Selbsthilfegruppen Orientierung und Sicherheit vermitteln, ohne zu bevormunden. Sie kennen sich mit Gruppen aus und unterstützen die Teilnehmenden darin, mit Hilfe der Gruppe ihre Lebenssituation besser zu bewältigen.

In-Gang-Setzer\*innen sind keine Ansprechperson für das jeweilige Thema der Selbsthilfegruppe. Dies ist allein Sache der Teilnehmenden, die von dem Thema selbst betroffen sind und so von ihren eigenen Erfahrungen berichten können.



## Was In-Gang-Setzer\*innen tun

- ✓ an festgelegten Gruppentreffen teilnehmen
- ✓ das Kennenlernen fördern
- ✓ Vertrauen aufbauen
- ✓ Moderieren
- ✓ Orientierung und Sicherheit geben
- ✓ Selbstorganisation fördern
- ✓ Die Gruppe verlassen, wenn sie eigenständig funktioniert

## Was In-Gang-Setzer\*innen nicht tun

- ☞ die Gruppe organisieren (Raumbuchung, Termine verwalten, Mitglieder finden)
- ☞ Beratung außerhalb der Gruppenzeiten leisten
- ☞ als Selbstbetroffene beim Gruppenthema „mitreden“
- ☞ Krisen managen
- ☞ als feste Leistung in der Gruppe verbleiben