



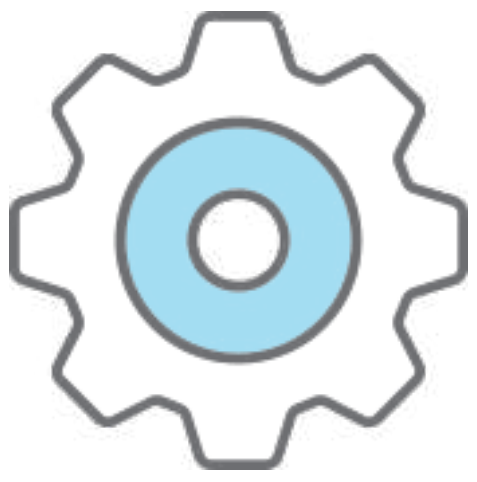
Arbeitshilfe virtuelle Selbsthilfegruppentreffen

Das Corona-Virus hat in den vergangenen Wochen unser Leben verändert. Viele neue Gesetze und Vorschriften schränken uns stark ein. Vor allem Menschen mit gesundheitlichen und/oder sozialen Problemen treffen die Einschränkungen sehr. Weil Gruppenmitglieder sich nicht mehr persönlich treffen können, wachsen Unsicherheit und Ängste. Durch den Austausch über virtuelle Medien können sich Menschen in ähnlichen Lebenssituationen trotzdem treffen und gleichzeitig die gesetzlichen Bestimmungen einhalten.

Aufgabe der themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen ist es, eine Brücke zwischen virtuellen und realen Selbsthilfegruppentreffen zu bauen. Es ist notwendig, entsprechende Beratungen und Weiterbildungen anzubieten und auch eine Arbeitshilfe für virtuelle Selbsthilfegruppen bereitzustellen.

Damit die Qualität der virtuellen Gruppen gewahrt ist, müssen klare Regeln erstellt werden.

Wir danken dem deutschen Paritätischen Gesamtverband, www.paritaet.org, dass das Nationale Netzwerk Selbsthilfe, kurz NANES, die Arbeitshilfe für die Planung und Organisation virtueller Treffen von Selbsthilfegruppen als Grundlage für diese Regeln verwenden darf.



1. Planung/Vorbereitung

Art der Konferenz wählen:

- Telefonkonferenz (nur Audio)
- Videokonferenz (mit Kamera)
- Verknüpfung Audio und Video

Anbieter wählen:

JITSI MEET – <https://jitsi.org/jitsi-meet/>

Ist ein kostenfreies Computer-Programm, das einfach zu handhaben ist und bei der keine Daten der Nutzer (oder gar des Rechners) gesammelt werden. Sie ist auf jedem online-fähigen Gerät (Mobiltelefon, Tablet usw.) einsetzbar. Jedoch gibt es ab 5 Nutzern Probleme bei der Übertragung. Nur in englischer Sprache verfügbar.

ZOOM <https://www.zoom.us>

Kann kostenlos genutzt werden, jedoch sind die Online-Konferenzen mit 40 Minuten beschränkt. Bei der kostenpflichtigen Version können Online-Meetings ohne zeitliche Beschränkung durchgeführt werden. Zoom stand in der Kritik, nicht DSGVO-konform zu sein, die neue kostenpflichtige Version ist DSGVO-konform.

EYESON - <https://www.eyeson.com>




Kein Download notwendig, kann direkt im Browser (Internet) verwendet werden. Leider nicht so viele Funktionen wie zB. Zoom. Keine sichere Netzwerkverbindung. Kostenpflichtig.

SKYPE - <https://www.skype.com>

Kostenpflichtig, mehrere NutzerInnen sind schwierig zu verwalten.



2. Die TeilnehmerInnen

-  Teilnahme mit Identifikations-Nummer (ID) und Passwort versehen (verschlüsseln).
-  Nur Teilnehmende einladen, die auch zu realen Gruppentreffen kommen (Vertrauensbasis, Datenschutz)
-  Teilnehmende entscheiden bei virtuellen Selbsthilfegruppentreffen über angezeigten Namen (eine anonyme Teilnahme sollte möglich sein), Abstimmung mit allen Teilnehmenden zu Beginn des Treffens.



3. Organisatorisches

Eine/n Verantwortlichen für die Organisation des Gruppentreffens bestimmen

Gruppenregeln aufstellen wie zum Beispiel verbindliche An- und Abmeldung der Teilnehmenden, Einhaltung der Gesprächsregeln

Dauer des Treffens festlegen

Moderator / Moderatorin festlegen.

Zustimmung von allen Beteiligten bezüglich Datenschutz, Gruppenregeln etc. einholen
– Formular siehe Anhang

Themen vor dem Gruppentreffen abstimmen.



4. Durchführung

Blitzlichtrunde zu Beginn und zum Ende des virtuellen Gruppentreffens. Jede/r berichtet in wenigen Worten über die persönliche Situation und die Erwartungen an das Gruppentreffen. Dabei kann man zu bestimmten Themen Gesprächsbedarf anmelden.

Moderator/Moderatorin verweist auf die festgelegten Gesprächsregeln (siehe Anhang) und fordert die Einhaltung bei Bedarf ein.



5. Nachbereitung

Probleme/Anregungen während des virtuellen Gruppentreffens dokumentieren und bei der nächsten Planung bzw. Durchführung berücksichtigen.



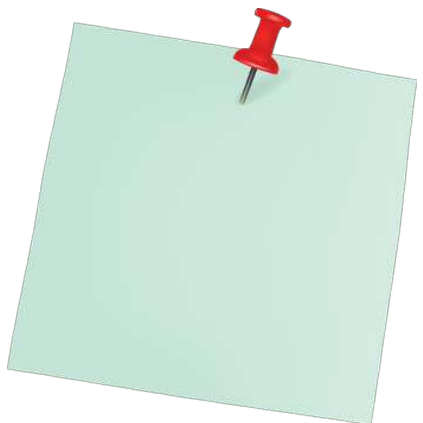
6. Links

<http://www.der-paritaetische.de/schwerpunkt/digitalisierung/webzeugkoffer/faq/wie-organisiere-ich-eine-videokonferenz/>

<https://www.kiss-stuttgart.de/austausch-alternativen/>

<https://www.bag-selbsthilfe.de/internetbasierte-kommunikation/>

<https://pad.systemli.org/p/digitalisierte-selbsthilfe-keep>



7. Anhänge

Datenschutzrechtliche Einwilligung zur Teilnahme an einem Selbsthilfegruppentreffen per Video bzw. Telefon

Gruppenregeln



Gruppenregeln

Es spricht immer nur eine Person, in der „Ich-Form“, klar und deutlich. Individuelle Gefühle werden wahrgenommen, ausgesprochen und gezeigt werden und werden von den GruppenteilnehmerInnen wahrgenommen.

Durch aktives Zuhören können Missverständnisse und Konflikte geklärt werden; bei Unklarheiten vergewissern, ob Aussagen richtig verstanden wurden.

Ratschläge und Bewertungen sind nicht erwünscht - es gibt kein „richtig“ und kein „falsch“. Oft hilft es, von eigenen Erfahrungen zu berichten und so Feedback zu geben bzw. einzufordern.

„Warum - Fragen“ sind nicht erwünscht, da sie nicht zu Problemlösungen führen.

„Störungen“ werden zugelassen.

Verschwiegenheit und Vertrauen hat höchste Priorität. Dies wird von den Teilnehmenden vor dem Treffen schriftlich zugesichert, ebenso wie Toleranz, Respekt und Verlässlichkeit untereinander.



Gruppenregeln

Screenshots oder Audioaufnahmen von den Gruppentreffen sind nicht erlaubt! Jede teilnehmende Person bestätigt zusätzlich noch einmal schriftlich die Einhaltung dieser Vorgabe.

Dritte (z.B. Familienmitglieder) dürfen den Bildschirm während des Treffens nicht einsehen.

Hintergrundgeräusche vermeiden; hierfür Mikrofon stumm schalten, solange nicht gesprochen wird.

Außenstehenden gegenüber wird Stillschweigen über die Inhalte der Gruppengespräche bewahrt (Verschwiegenheitspflicht).