

BARMER

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

B.A.G
SELBSTHILFE

AKTIVE MITGLIEDER GESUCHT

SELBSTHILFE DER ZUKUNFT

**Kompetenzschulungsreihen –
Eine Möglichkeit zur Aktivierung von Mitgliedern**



Inhalt

S. 3__ Kompetenzschulungsreihen – Eine Möglichkeit zur Aktivierung von Mitgliedern

S. 3__1 Fachkompetenz – worum geht es dabei?

S. 4__2. Kompetenzerweiterung im Kompetenzfeld „Moderation“

S. 4__3. Die Kompetenzschulungsreihe „Moderation“ der BAG SELBSTHILFE

S. 6__4. Dokumentation der Kompetenzschulungsreihe „Moderation“ der BAG SELBSTHILFE

S. 6__ Planung

S. 6__ Vorbereitung

S. 7__ Umsetzung

S. 8__ Nachbereitung

S. 9__5. Checkliste: 5 Punkte, die bei der Durchführung von Kompetenzschulungsreihen in der Selbsthilfe beachtet werden sollten

S. 9__ 1. Wählen Sie ein Thema aus, das gut zu Ihrer Zielgruppe passt

S. 9__ 2. Seien Sie inklusiv!

S. 10__ 3. Wählen Sie für die Durchführung einen überschaubaren zeitlichen Rahmen

S. 10__ 4. Kommunizieren Sie mit den Teilnehmenden und seien Sie offen für konstruktive Kritik

S. 10__ 5. Sorgen Sie für ausreichend Praxis und Abwechslung

Kompetenzschulungsreihen – Eine Möglichkeit zur Aktivierung von Mitgliedern

Mitgliedergewinnung, Mitgliederbindung und Mitgliederaktivierung sind wichtige Themen für die Selbsthilfe. Dabei steht die Selbsthilfe vor diversen Hürden. Gerade der Bereich des Ehrenamtes ist für die Selbsthilfearbeit von enormer Bedeutung. Durch den Wandel in Arbeits- und Bildungswesen ist es gerade für junge Menschen oftmals schwierig die zeitlichen Ressourcen und die konstante Motivation aufzubringen ein Ehrenamt dauerhaft zu bekleiden. Die BAG SELBSTHILFE hat sich im Rahmen des Projektes „Selbsthilfe der Zukunft“ in den letzten Jahren schon mit viele verschiedenen Ansätzen beschäftigt, wie man das Mitwirken in der Selbsthilfe allgemein und für junge Menschen im Speziellen attraktiver gestalten könnte. Dabei hat sich unter anderem gezeigt, dass es für viele, insbesondere junge Menschen attraktiv ist, über das Engagement in der Selbsthilfe auch zusätzliche Kompetenzen zu erlangen, was über die Selbsthilfe hinaus dann wiederum einen persönlichen Nutzen und Anerkennung im Umfeld bringen kann.

Die vorliegende Arbeitshilfe beschäftigt sich daher mit dem Aspekt der Kompetenzvermittlung als Instrument zur Mitgliedergewinnung und Mitgliederaktivierung in der Selbsthilfe.

1 Fachkompetenz – worum geht es dabei?

Unter Fachkompetenz, Sachkompetenz, Fachkenntnis, Fachkunde, Sachkunde, Fachwissen, Hardskill versteht man die Fähigkeit, berufstypische Aufgaben und Sachverhalte den theoretischen Anforderungen gemäß selbständig und eigenverantwortlich zu bewältigen. Die hierzu erforderlichen Fertigkeiten und Kenntnisse bestehen hauptsächlich aus Erfahrung, Verständnis fachspezifischer Fragen und Zusammenhängen sowie der Fähigkeit, diese Probleme technisch einwandfrei und zielgerecht zu lösen.¹

Gerade der Bereich der Kompetenzerweiterung bietet eine gute Möglichkeit, die Arbeit in der Selbsthilfe attraktiver zu gestalten. Die Menschen, die sich in der Selbsthilfe engagieren, können sich so auch selber fortbilden und verschiedene Skills erlernen, die ihnen auch abseits ihres Engagements von Nutzen sein können. Solche Kompetenzschulungsreihen können auch gezielt für bestimmte Zielgruppen konzipiert werden (z.B. für junge Selbsthilfeaktive).

1 <https://educalingo.com/de/dic-de/fachkompetenz>

2. Kompetenzerweiterung im Kompetenzfeld „Moderation“

Ein typisches Beispiel für die Kompetenzerlangung im Rahmen der Selbsthilfe ist die Moderation von Treffen und Sitzungen. Die Fähigkeit wird in der Selbsthilfe oftmals benötigt, kann aber auch abseits davon in vielen Feldern des beruflichen und privaten Lebens zum Tragen kommen.

Andererseits muss auch konsterniert werden, dass viele Menschen, die den Weg in die Selbsthilfe gefunden haben, gerade dadurch in ihrem Engagement ausgebremst werden, dass stets andere Personen die Moderation übernehmen oder dass sie sich schlichtweg nicht zutrauen, selbst zu moderieren.

Das Fehlen von Kompetenzen kann somit geradewegs zur Demotivation und Demotivierung von Mitgliedern führen.

Der Schlüssel zur Aktivierung in der Selbsthilfe und der Steigerung der Attraktivität der Selbigen liegt dann in der Kompetenzschulung.

In der Folge soll hier eine Kompetenzschulungsreihe, welche die BAG SELBSTHILFE im Jahr 2021 durchgeführt hat vorgestellt werden. Darauf aufbauend soll es in dieser Arbeitshilfe darum gehen, wie man als Selbsthilfeverband eine erfolgreiche Kompetenzschulungsreihe durchführen kann, wie diese strukturiert werden kann und worauf bei der Umsetzung zu achten ist.

3. Die Kompetenzschulungsreihe „Moderation“ der BAG SELBSTHILFE

Die BAG SELBSTHILFE hat im Rahmen des Projekts „Selbsthilfe der Zukunft“ von Mai bis Juni 2021 eine solche Kompetenzschulungsreihe zum Thema „Moderation“ durchgeführt. Diese wurde in fünf Onlinekursen in wöchentlichen Abständen durchgeführt und richtete sich speziell an junge Selbsthilfeaktive.

Die Kompetenzschulungsreihe wurde von einer externen Expertin und einem Mitarbeiter der BAG SELBSTHILFE durchgeführt. Der Inhalt setzte sich dabei aus fünf verschiedenen Themenblöcken zusammen:

- 1.** Grundlagen der Kommunikation
- 2.** Formen von Meetings und Teamentwicklung
- 3.** Die Rolle des Moderierenden als Führungskompetenz
- 4.** Moderationstechniken und Fragearten
- 5.** Anwendung der erlernten Moderationstechniken

Die Kurse setzten sich aus theoretischen Teilen, in welchen den Teilnehmenden das Wissen über Kommunikation, Moderationstechniken etc. vermittelt wurde und interaktiven Teilen zusammen, wo das erlernte Wissen direkt angewendet werden sollte. Der Fokus lag darauf, dass sich die Teilnehmenden nach Abschluss der Kompetenzschulungsreihe sicherer in Situationen, die gute Kommunikation oder Moderation erfordern fühlen und das gelernte Wissen direkt in ihrem Arbeitsalltag praktisch anwenden können. Für die Teilnehmenden, die sich darüber hinaus, noch tiefer mit den theoretischen Aspekten von Kommunikation und Moderation beschäftigen wollten, wurde nach jeder Sitzung ein detailliertes, vertiefendes Handout zu den behandelten Themen zur Verfügung gestellt.

Nach Abschluss der Kompetenzschulungsreihe erhielten die Teilnehmenden ein Zertifikat von der BAG SELBSTHILFE, welches ihnen die erfolgreiche Teilnahme bescheinigt.

Zertifikate für erfolgreich abgeschlossene Fortbildungen, die auch für Bewerbungen im beruflichen Kontext genutzt werden können, sind generell sehr reizvoll für Mitglieder und andere Selbsthilfeaktive. Neben dem praktischen Nutzen für etwaige Bewerbungen, sind Zertifikate auch Teil einer funktionierenden Willkommenskultur.



Abb. Das BAG SELBSTHILFE Zertifikat

4. Dokumentation der Kompetenzschulungsreihe „Moderation“ der BAG SELBSTHILFE

Die Kompetenzschulungsreihe zum Thema „Moderation“ sollte nicht nur dazu dienen jungen Aktive in der Selbsthilfe neue „Hardskills“ für ihren beruflichen und privaten Alltag näherzubringen, sie soll auch als Blaupause für die Mitgliedsverbände der BAG SELBSTHILFE dienen um diesen, bei der Durchführung eigener Kompetenzschulungsreihen, als Hilfe-stellung zu dienen. Dafür folgt an dieser Stelle eine detaillierte Dokumentation der Arbeitsschritte, von der Planung hin zur Umsetzung und Nachbereitung der Kompetenzschulungsreihe.

Planung

Bevor mit der eigentlichen Planung begonnen werden konnte, musste erstmal ein geeignetes Thema gefunden werden. Dabei stand die Frage des Nutzens für die potentiellen Teilnehmenden im Fokus. Da diese Coaching-Reihe ausschließlich für junge Aktive in der Selbsthilfe gedacht war, musste ein Thema gefunden werden, welches für diese Zielgruppe geeignet ist. Hier wurde dann das Thema „Kommunikation & Moderation“ ausgewählt. Generell ist wichtig, dass man sich im Vorhinein überlegt welche Inhalte für die ausgewählte Zielgruppe im Kontext ihrer aktuellen Situation passend sein könnte, damit die Schulungsreihe gewinnbringende Resultate erzielt.

Im Anschluss daran wurde ein Coach gesucht, die mit ihrer Expertise die Kompetenzschulungsreihe leiten sollte. Ihr wurde ein Mitarbeiter der BAG SELBSTHILFE zu Seite gestellt, der sich um die organisatorischen Aspekte und die Betreuung der Teilnehmenden kümmern sollte. Wenn Expertise zum ausgewählten intern im Verband vorhanden ist, kann die Kompetenzschulungsreihe natürlich auch ohne externe Unterstützung durchgeführt werden. Auf diese Art kann man eine solche Reihe deutlich kostengünstiger umsetzen.

Vorbereitung

Hier musste zu Beginn der Umfang der Kompetenzschulungsreihe beschlossen und Termine für die einzelnen Veranstaltungen festgelegt werden. Hier wurde sich dazu entschieden das Coaching in fünf zweistündigen Sitzungen, die in wöchentlichen Abständen stattfanden durchzuführen. Die maximale Teilnehmendenzahl waren 20 Personen, da jede teilnehmende Person auch die Möglichkeit haben sollte, aktiv an der Kompetenzschulungsreihe teilzunehmen. Bei einer größeren Anzahl der teilnehmenden wäre das nicht mehr möglich gewesen. Aufgrund der Covid-19 Pandemie wurden fanden die Veranstaltungen online via Zoom statt. Auch abseits der Pandemie-Situation haben Onlinekurse den

immensen Vorteil, dass die Teilnehmenden von überall im Land aus teilnehmen konnten. Das wäre bei einer Präsenzveranstaltung nicht möglich gewesen. So hätte man viele Interessierte von der Kompetenzschulungsreihe im Vorhinein ausgeschlossen. Etwa sechs Wochen vor Beginn des ersten Kurses wurden die Einladungen an die Mitgliedsverbände der BAG SELBSTHILFE verschickt. Während der Anmeldezeit wurden die Sitzungen vorbereitet sowie und die Technik geprüft, sodass bei Beginn der Veranstaltungen alles reibungslos ablaufen konnte. Nachdem die Liste der Teilnehmenden vollständig war, erfolgte eine Abfrage der Bedarfe, sodass alle Personen den Veranstaltungen problemlos folgen konnten. In diesem Fall nahmen an den Veranstaltungen zusätzlich zwei Schriftdolmetscherinnen teil, da einige Menschen mit Hörbehinderung zum Kreis der Teilnehmenden zählten. Zu guter Letzt wurde ein E-Mail-Verteiler erstellt, um die Kommunikation innerhalb der Gruppe so einfach, wie möglich zu gestalten. Gerade bei der Vor- und Nachbereitung der Veranstaltungen sollten E-Mails an alle Beteiligten verschickt werden, um sie über das weitere Vorgehen zu informieren.

Umsetzung

Die Onlineveranstaltungen verliefen alle nach dem gleichen Muster. Mit Ausnahme der ersten Veranstaltung, die mit einer Vorstellungsrunde begann, damit sich die Teilnehmenden untereinander besser kennenlernen konnten und die Organisatoren einfacher eine Beziehung zu den Teilnehmenden aufbauen konnte, wurde vor Beginn der jeweiligen Veranstaltungen Feedback von den Teilnehmenden eingeholt, um den Ablauf ggf. anzupassen, Fragen beantwortet und organisatorische Aspekte geklärt. Darauf folgte dann eine theoretische Einführung in die Thematik des Tages ehe die Teilnehmenden dann das Gelernte praktisch anwenden konnten. Die Praxisteile setzten sich zusammen aus Gruppenarbeiten, Umfragen, Brainstorming oder auch von Planspielen, um Situationen aus dem Alltag möglichst gut nachzustellen. Jeweils nach 30 Minuten gab es immer 5-10minütige Pausen, damit die Veranstaltungen für die Teilnehmenden nicht zu anstrengend wurden und um eine lockere Atmosphäre zu gewährleisten.

Am Ende der Veranstaltungen konnten die Teilnehmenden abermals Fragen stellen und ein Feedback zur aktuellen Sitzung geben. So konnte die Kompetenzschulungsreihe gemeinsam interaktiv gestaltet und nach den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmenden angepasst werden. Denn bei einer solchen Schulungsreihe ist es wichtig, dass die Teilnehmenden sich wohlfühlen und Spaß an der Sache haben – Es sollte hier keine Atmosphäre, wie in der Schule entstehen!

Zwischen den Veranstaltungen erhielten die Teilnehmenden jeweils via E-Mail das Handout zur letzten Veranstaltung und die genauen Informationen, wie Inhalt, Einwahldaten etc. für die kommende Sitzung. Darüber hinaus konnten sich

die Teilnehmenden natürlich auch mit Fragen, Krankheitsmeldungen etc. immer an den Mitarbeiter der BAG SELBSTHILFE wenden.

Nachbereitung

Nach Beendigung der letzten Veranstaltung und der Verabschiedung der Teilnehmenden wurden die Zertifikate, welche die erfolgreiche Teilnahme an der Kompetenzschulungsreihe der BAG SELBSTHILFE bestätigt, fertiggestellt und postalisch an die Teilnehmenden verschickt. Zum Abschluss wurde die gesamte Kompetenzschulungsreihe noch detailliert dokumentiert, um auch später nochmals Veranstaltungen in diesem Format durchsetzen zu können.

5. Checkliste: 5 Punkte, die bei der Durchführung von Kompetenzschulungsreihen in der Selbsthilfe beachtet werden sollten

Im Folgenden sind zehn Merkpunkte aufgeführt, die bei der Umsetzung von Kompetenzschulungsreihen beachtet werden sollten. Die Selbsthilfelandchaft ist sehr heterogen und die unten aufgeführten Merkpunkte sind als Vorschläge und Orientierungshilfen zu verstehen. Nicht alle dieser Merkpunkte müssen dabei für den jeweiligen Verband gleichermaßen wichtig sein, einige mögen aber gerade dadurch sehr interessant sein, weil man sie oft nicht bedenkt. Diese Liste ist aus den Erfahrungen der Umsetzung der Kompetenzschulungsreihe „Moderation“ der BAG SELBSTHILFE entstanden.

1. Wählen Sie ein Thema aus, das gut zu Ihrer Zielgruppe passt

Es gibt verschiedenste Arten an Fachkompetenzen, in welchen es sich für Selbsthilfeaktive lohnen würde, geschult zu werden. Sämtliche Ideen lassen sich natürlich nicht umsetzen. Zum einen würde das die finanziellen und zeitlichen Ressourcen Ihrer Selbsthilfeorganisation überschreiten, zum anderen können auch potentielle Teilnehmende nicht grenzenlos Zeit und Motivation für solche Fortbildungen aufbringen. Daher ist es wichtig sich gezielt Angebote zu entwickeln, die sich gut umsetzen lassen und für die ausgewählte Zielgruppe von Interesse sind. Hier kann es sinnvoll sein einige Ideen zu sammeln und durch Umfragen innerhalb ihrer Zielgruppe herauszufinden, welches Angebot aktuell am dringendsten benötigt wird. Hier ist es natürlich vorteilhaft, wenn es interne Expert*innen gibt, welche über die zeitlichen Ressourcen und die „pädagogischen“ Fähigkeiten ver-

fügt, eine solche Kompetenzschulungsreihe durchzuführen. Andernfalls muss man, wie im Fall der BAG SELBSTHILFE externe Coaches mit der Durchführung beauftragen.

2. Seien Sie inklusiv!

Gerade in der Selbsthilfelandchaft ist es wichtig darauf zu achten, dass Veranstaltungen möglichst barrierefrei sind. Bei einer solchen Kompetenzschulungsreihe bietet es sich an, insofern man die Teilnehmenden noch nicht kennt, vor Beginn der Veranstaltungen nachzufragen, welche Bedarfe bei den Teilnehmenden bestehen. Je nach Indikation und Behinderungsgrad kann man dann die Veranstaltung dahingehend anpassen, darauf achten, dass keine räumlichen Barrieren vorhanden sind oder ggf. zusätzliche Unterstützung, wie z.B. Sprachdolmetscher*innen akquirieren.

Ganz grundsätzlich bietet es sich immer an, darüber nachzudenken, ob es möglich ist eine Kompetenzschulungsreihe online durchzuführen. So muss man sich keine Gedanken um räumliche Barrieren machen und für die Teilnehmenden fällt der Anfahrtsweg weg, sodass Personen aus dem gesamten Gebiet der Bundesrepublik bzw. sogar sämtliche Menschen aus der ganzen Welt mit entsprechenden Sprachkenntnissen an den Veranstaltungen teilnehmen können.

3. Wählen Sie für die Durchführung einen überschaubaren zeitlichen Rahmen

Wenn die Kompetenzschulung nicht an einem einzigen Tag stattfinden kann, sondern sich über mehrere Sitzungen erstreckt ist es wichtig passende Termine dafür zu finden. Man muss bedenken, dass die meisten Teilnehmenden neben der Kompetenzschulungsreihe auch weitere berufliche, schulische und private Verpflichtungen haben. Daher sollten die einzelnen Sitzungen nicht zu lange sein, da sie sonst schnell die Aufmerksamkeit und die Aufnahmefähigkeit der Teilnehmenden überschreitet, was dazu führt, dass diese weniger lernen oder ob des zu hohen zusätzlichen Drucks die Kompetenzschulungsreihe abbrechen.

Zu beachten ist außerdem, dass die einzelnen Sitzungen nicht in großen Zeitabständen stattfinden, da es für die Teilnehmenden sonst schwierig ist, sich an das Gelernte zu erinnern und es in den nächsten Sitzungen wieder anzuwenden. Auch bei der Terminfindung ist es sinnvoll vor Beginn mit den Teilnehmenden in Kontakt zu treten und einige Termine vorschlägt, sodass die gewählte Zeit für die meisten Teilnehmenden möglichst gut passt.

4. Kommunizieren Sie mit den Teilnehmenden und seien Sie offen für konstruktive Kritik

Gerade wenn man das erste Mal eine Kompetenzschulungsreihe durchführt kann nicht alles sofort perfekt laufen. Gerade wenn man die Gruppe der Teilnehmenden noch nicht kennt. Daher ist es sinnvoll, sich regelmäßig Feedback einzuholen. So können die Teilnehmenden ihre Wünsche äußern und die Veranstaltungen dementsprechend angepasst werden. Bei der Durchführung solcher Kompetenzschulungsreihen sollte es immer darum gehen, dass die Teilnehmenden viel lernen und mit Spaß und Elan bei der Sache sind!

Gerade im Umgang mit Menschen mit Behinderung und chronischen Erkrankungen ist es wichtig auf die verschiedenen Bedürfnisse einzugehen. Durch Feedbackgespräche kann man beispielsweise die Dauer der Veranstaltungen, die Länge und Häufigkeit von Pausen und technische Aspekte anpassen, sodass es für die Teilnehmenden möglichst angenehm ist den Veranstaltungen zu folgen.

Ganz allgemein kann man durch Feedbackgespräche viel für zukünftige Veranstaltungen lernen!

5. Sorgen Sie für ausreichend Praxis und Abwechslung

Das theoretische Wissen zu vermitteln ist wichtig, sollte aber nie einen zu großen Teil der Schulung einnehmen, da es für die Teilnehmenden sonst schwierig wird die Aufmerksamkeit aufrecht zu erhalten. Darüber hinaus sollen die Teilnehmenden Kompetenzen für den Arbeitsalltag erwerben – da eignen sich praxisorientierte Lehrinhalte deutlich besser, als reine Theorie. Es ist also sinnvoll den theoretischen Teil während den Veranstaltungen relativ kurz zu halten, anstatt ihn die Kompetenzschulungsreihe dominieren zu lassen. Stattdessen können Handouts nach den Veranstaltungen zur Verfügung gestellt werden. So können die Teilnehmende im Nachgang noch tiefer in die Materie eintauchen.