

Nähe schaffen trotz Distanz: Herzlich willkommen im virtuellen Selbsthilfe-Café!

Austausch und Begegnung in digitalen Räumen – Erfahrungen der Selbsthilfeakademie NRW

2020 wird noch lange in Erinnerung bleiben. Der erste Lockdown infolge der Corona-Pandemie schränkte das gesellschaftliche und soziale Leben stark ein, brachte es fast zum Stillstand. Selbsthilfegruppen konnten sich nicht mehr treffen, lang geplante Tagungen und Seminare der Verbände und Organisationen mussten „von jetzt auf gleich“ abgesagt werden. Das betraf auch die Angebote der Selbsthilfeakademie NRW. Bezogen auf die Selbsthilfe fehlte der Austausch mit Gleichbetroffenen wohl am meisten. Was konnten wir tun, um die wegfallenden Austauschmöglichkeiten zu kompensieren und mit unserer Zielgruppe in Kontakt zu bleiben? Das war die Ausgangssituation für unseren Lernprozess. Die neuen Erfahrungen mit digitalen Formaten, die wir im weiteren Verlauf des Jahres machen sollten, haben nicht nur unsere Methoden und Angebote verändert und – das sei vorweggenommen – bereichert, sondern uns grundsätzlich dazu angeregt, über das Lern- und Bildungsverständnis im Kontext der Selbsthilfe nachzudenken. Beide Perspektiven wollen wir im Folgenden beleuchten.

Eine Lernplattform für die Selbsthilfe in NRW

Kernaufgabe der Selbsthilfeakademie ist, Fort- und Weiterbildungsangebote für Selbsthilfegruppen und -organisationen in Nordrhein-Westfalen zu entwickeln und durchzuführen. Gefördert auf Projektbasis von der AOK Rheinland/Hamburg und AOK NORDWEST und in Trägerschaft der Gesellschaft für Soziale Projekte des Paritätischen NRW startete das Angebot 2015 mit einer Modellphase und hat sich seitdem stetig entwickelt und etabliert. Für die Umsetzung ist die Paritätische Akademie NRW verantwortlich. Die bis März 2020 ausschließlich als Präsenzangebote durchgeführten Seminare und Workshops sind immer indikationsübergreifend ausgerichtet und für die Selbsthilfeaktiven kostenlos. Neben Fortbildungsangeboten versuchen wir als weiteren thematischen Schwerpunkt Zugänge zu Bildungseinrichtungen zu schaffen, um Selbsthilfe in gesundheitlichen Ausbildungs- und Studiengängen zu verankern.

Unsere Formate sind weniger lernzielorientiert angelegt, sondern profitieren stark vom Austausch der aus ganz Nordrhein-Westfalen kommenden Selbsthilfeaktiven. Wir konnten uns nicht vorstellen, ein vergleichbares Erlebnis mit digitalen Methoden herzustellen und befürchteten, die technischen Hürden könnten für viele

Teilnehmende ein Ausschlusskriterium darstellen. Corona bewirkte, dass wir unsere Bedenken hintanstellten und einfach damit begannen, digitale Austauschformate zu entwickeln. Wir wollten möglichst schnell eine leicht zugängliche Kontaktmöglichkeit für Selbsthilfeeaktive anbieten. So entstand das „Virtuelle Selbsthilfe-Café“.

Startschuss für das virtuelle Selbsthilfe-Café

Wir legten einen virtuellen Konferenzraum an, entwarfen kleine Anleitungen für den Einstieg (stetig erweitert und verbessert) und versandten eine Einladung über unsere Verteiler. Austausch, Begegnung und das Experimentieren mit dem neuen Format sollten im Mittelpunkt stehen. Ein Programm, feste Themen oder andere Vorgaben sahen wir dabei eher als hinderlich an. Das hätte zudem unseren Planungsaufwand vergrößert und den spontanen Start erschwert.

Wir starteten Ende März in einem wöchentlichen Rhythmus, immer dienstags von 17.00 bis 18.30 Uhr. Unsere Sorgen, was die technischen Hürden anbelangte, blieben weitgehend unbegründet. Natürlich gab es auch Probleme, nicht allen fiel der Start leicht. Insgesamt waren wir jedoch erstaunt, wie viele Menschen – oft als völlige Neueinsteiger und unabhängig vom Alter – sich in kurzer Zeit auf die neue Kommunikationsform eingestellt hatten. Es half, dass wir das Café ausdrücklich als Ort zum Lernen und Ausprobieren beworben hatten. Da war es nicht schlimm, wenn etwas nicht klappte.¹ Wir vermuten, dass vor allem zu Beginn der Pandemie das Bedürfnis nach alternativen Austauschmöglichkeiten die Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen, deutlich förderte. Der pragmatische und niederschwellige Ansatz machte es uns und den Café-Gästen zudem leicht. Praktisch war auch, dass die Teilnehmenden begannen, sich gegenseitig zu unterstützen. In der Regel waren – vor allem zu Beginn – zwischen 15 und 25 Personen dabei. Später und bei manchen Themen auch mehr, einmal beinahe 100. Da waren wir aber zum Glück schon etwas routinierter! Als sehr hilfreich erlebten wir, dass sich eine kleine Gruppe von Stammgästen bildete, die häufiger oder gar regelmäßig dabei waren, sodass wir nicht jedes Mal komplett neu starten mussten. Das ermöglichte einen vertraulichen und lockeren Umgangston, an dem sich neu Hinzukommende orientieren konnten. Obwohl (oder gerade weil) wir kein festes Programm auf der Tagesordnung hatten, entwickelte sich das Selbsthilfe-Café zu einem sehr effektiven Lernort. Wir jedenfalls lernten eine Menge und unterstellen, dass es auch vielen Gästen beim Einstieg in digitale Welten erfolgreich Starthilfe gab. Am Anfang ging es vor allem um die Technik und Funktionen im virtuellen Konferenzraum, später auch um viele andere Themen – dazu kommen wir aber noch. Nach und nach entwickelte sich eine gewisse Nähe unter den Gästen im virtuellen Raum. Damit hatten wir gar nicht gerechnet.

Moderation auf Augenhöhe

Weil sowohl Format als auch Technik für viele neu waren, spielte die Moderation eine wichtige Rolle. Eine herzliche Begrüßung, die Einführung in die Funktionen,

das Klären von technischen Fragen oder ein beherztes Stummschalten, um Störgeräusche zu unterbinden, gehören zum Standard. Daneben wirkt die Moderation sehr auf die Stimmung. Stress und Anspannung übertragen sich schnell. Hier hat sich die Arbeit im Moderatorenduo sehr bewährt. Es ist deutlich entspannter, wenn Aufgaben wie Chatbetreuung oder Gesprächsmoderation in verteilten Rollen übernommen werden. Außerdem war es uns wichtig, nur so viel wie nötig und so wenig wie möglich zu steuern. Gleichwertigkeit der Café-Gäste im Umgang miteinander, uns eingeschlossen, war dabei unser Anspruch. Hier half auch das „Selbsthilfe-Du“, welches sich rasch etablierte. Nicht nur dadurch änderte das Selbsthilfe-Café unser Verhältnis zu „unserer Zielgruppe“. Wir verließen teilweise unsere gewohnte Rolle als Projektmitarbeiter*innen, der Kontakt zu vielen Café-Gästen intensivierte sich und wurde persönlicher.

Das Selbsthilfe-Café wird zum Themen-Café

Nach einigen Wochen des Ausprobierens überlegten wir, ob inhaltliche Anstöße oder Impulse helfen könnten, um dem Austausch mehr Richtung und Tiefe zu verleihen. Zugleich wollten wir den offenen und ungezwungenen Charakter der Selbsthilfe-Cafés bewahren und uns selbst nicht in die „Anbieterrolle“ bringen. So entstand die Idee, die Café-Gäste stärker einzubinden. Wir fragten ab, welche Themen die Teilnehmenden interessieren würden und schlugen den Themengeber*innen vor, ihr Wunschthema im Café selbst vorzustellen. Die Bereitschaft dafür war von Anfang an groß, klappte aber auch nicht immer. Die Themengeber*innen gestalteten kleine Inputs und Beiträge, manchmal auch mit einer Präsentation. Oder wir starteten mit einem kleinen „Talk“. Wir achteten darauf, dass die Beiträge zeitlich begrenzt blieben. Sie sollten anregen und Impulse für die nachfolgende Gesprächsrunde geben, die im Mittelpunkt bleiben sollte. Im Vorfeld standen wir als Ansprechpartner*innen zur Verfügung, hielten uns aber sonst zurück. Manchmal wurden wir um ein Feedback gebeten oder haben einen kleinen Probelauf durchgeführt, um technische Fragen bei der Bildschirmfreigabe auszuräumen. Der persönliche Erfahrungshintergrund der Vortragenden, die eigene Geschichte und die Auseinandersetzung mit dem Thema, spielten dabei eine wichtige Rolle. Das durfte ruhig persönlich und subjektiv sein. Perfektion dagegen war nicht erforderlich.

Für Themen, die nicht von Selbsthilfeaktiven vorgestellt wurden, haben wir teilweise externe Gäste eingeladen. Zum Beispiel eine Blogautorin, eine Sozialwissenschaftlerin oder eine Mitarbeiterin der Telefonseelsorge. Dabei war uns wichtig, dass diese keine herausgehobene Rolle einnahmen. Es ist aber nicht unbedingt notwendig, jemanden für einen Startbeitrag zu finden. Der Einstieg klappt auch so recht gut. Kleine Abfragen über die Chatfunktionen oder über das Whiteboard eignen sich ebenfalls gut als Starthilfe.

Die „Themencafés“ starteten nach den Sommerferien 2020. Wir wechselten in einen 14-tägigen Rhythmus. Auf Wunsch vieler Berufstätiger verlegten wir den Beginn eine Stunde nach hinten. Es landeten eine Menge Themen auf der „Menükarte“:

vom „Tagebuchschreiben bei chronischen Krankheiten“ über den Umgang mit der aktuellen Corona-Krise und der Situation in den Gruppen, „Nachhaltigkeit und Wirksamkeit in der Selbsthilfe“, „Barrieren und Barrierefreiheit“, „Interkulturalität“, „Umgang mit psychisch labilen Menschen und Krisen in Selbsthilfegruppen“ bis zur „Digitalisierung als Chance für die Selbsthilfe“. Ein Ausflug in die Forschung fand seinen Platz: Wir luden eine Soziologin zum Gespräch ein, über deren Recherchen im Bereich der „Kommunikation in Selbsthilfegruppen“ wir gestolpert waren. Das war ziemlich spannend! Auch Themen, die einem im Kontext von Selbsthilfe schon eher „durchgenudelt“ vorkommen, erhielten durch die erfahrungsbasierte und erfrischende Form neue Impulse.

Die Vorbereitungen für die Cafés fielen eher kurz und sparsam aus. Dank des digitalen Konferenzraums, der Anreise und Buchung überflüssig machte, sowie der digitalen Kommunikationswege mittels Info-Mailings und Facebook-Gruppe war kein langer Vorlauf erforderlich, was uns eine spontane Arbeitsweise erlaubte. Über bereits stattgefundene und bevorstehende Termine und Themen informierten wir auf einem dafür eingerichteten Padlet (eine digitale Pinnwand).

Von Beginn an war das Publikum sehr gemischt: Vorstandsmitglieder von Landes- oder Bundesverbänden, Mitglieder örtlicher Selbsthilfegruppen, ehrenamtlich Selbsthilfeaktive und hauptamtliche Selbsthilfeunterstützende. „Digitale“ traf auf „analoge“ Selbsthilfe. Der digitale Raum sorgte für eine größere, überregionale Reichweite. Immer wieder nahmen Gäste aus anderen Bundesländern teil. Das war für uns eine echte Bereicherung und ermöglichte auch neue Erfahrungen. Sonst erlebten wir diese Vielfalt eher weniger bei Selbsthilfeveranstaltungen. Digitale Orte scheinen sich dafür gut zu eignen. Der Zugang ist einfach, ein Klick genügt, die Anreise entfällt.

Der digitale Schub für unsere Seminarangebote

Den digitalen Schub, den wir durch die Selbsthilfe-Cafés erfahren hatten, setzten wir direkt in die Planung von weiteren Online-Angeboten um. Schon bald konnten die ausfallenden Präsenzangebote, zumindest teilweise, mit alternativen Online-Seminaren aufgefangen werden. Achtsamkeitstrainings, Resilienz-Workshops, Seminare zur Moderation von Online-Gruppentreffen, sogar Fotografie-Workshops ließen sich digital nicht nur denken, sondern auch kreativ umsetzen. Die Anmeldezahlen und auch das Feedback der Teilnehmenden zeigten, dass wir auf einem guten Weg waren.

Dabei haben wir gelernt, „digital“ weder als das schlechtere noch bessere „analog“ zu denken, sondern als eigenständige Disziplin mit Vor- und Nachteilen. Präsenzangebote können nicht eins zu eins in Online-Angebote übersetzt werden. Mehr Pausen, andere Methoden, Warm-ups und Spiele zum Auflockern, Abwechslung und Bewegung sind notwendig und erfordern ein anderes Planen. Unsere anfängliche Einschätzung, mehr als 90 Minuten online seien nicht zumutbar, revidierten wir. Mittlerweile machen wir Online-Angebote als mehrteilige Reihe wie auch ganztägige Veranstaltungen. Oder kombinieren Präsenz mit digitalen Treffen.²

Ganz sicher werden digitale Formate die Präsenzangebote im Fortbildungsbereich nie ersetzen. Aber online/digital hat uns bereichert, methodenstärker, flexibler, kreativer und offener gemacht.

Selbstbestimmtes Lernen in neuen Formaten

Im Kern aber geht es nicht allein um Digitalisierung und virtuelle Lernräume. Die Erfahrungen im Selbsthilfe-Café lassen uns fragen, wie Weiterbildungsangebote für die Selbsthilfe vielleicht anders oder angemessener gestaltet werden können. Menschen, die sich in der Selbsthilfe engagieren und aktiv mitmischen, nur als Empfänger*innen für extern aggregiertes Wissen zu sehen, geht dabei aus unserer Sicht in die falsche Richtung.

Das Selbsthilfe-Café hat in kleinem Maßstab gezeigt, wie das aussehen könnte. Es ist vergleichsweise einfach zu organisieren, bringt viele unterschiedliche Personen und Perspektiven zusammen, vereint lockeren Austausch, Begegnungen und Voneinanderlernen auf eine angenehme und leichte Art miteinander. Im Selbsthilfe-Café sind die Rollen nicht festgelegt: Jede*r kann ein Thema einbringen und einen Beitrag gestalten. Ergebnisse und Ziele sind vorab nicht festgelegt. Die Zugangsvoraussetzungen sind nicht allzu hoch, jede*r bringt sich mit eigenen Interessen und Kompetenzen ein. Hier ist vieles möglich!

Offene, selbstbestimmte oder selbstorganisierte Lernsettings³, in denen Selbsthilfeakteur*innen die von ihnen als wichtig erachteten Fragen einbringen, an Lösungen basteln, verschiedene Meinungen entwickeln und miteinander diskutieren, stehen für eine andere Art des Lernens. Dazu gehört, dass sich die Veranstaltenden zurücknehmen und Raum schaffen beziehungsweise Raum lassen für Ideen, Initiativen und Themen der Teilnehmenden. Und sich vor allem für gute und verlässliche Rahmenbedingungen verantwortlich fühlen, nicht für die Inhalte. Wer selbst Bildungsangebote, Seminare oder Workshops gestaltet, weiß, das ist nicht so einfach, wie es klingt. Die meisten von uns sind mit altbekannten und eher frontal ausgerichteten Lernumgebungen groß geworden. Wir erwarten, dass uns jemand mit ausgewiesener Expertise vorab bekannt gegebene Inhalte vermittelt. Dicke Tagungsmappen signalisieren eine hohe Ergebnisausbeute und das festgelegte Programm sorgt für die Gewissheit, von Überraschungen verschont zu bleiben. Selbstorganisierte Lernumgebungen irritieren den so konditionierten Orientierungssinn. Es gibt kaum vertraute Anhaltspunkte. Der Zuwachs an Wissen ist ungewiss, zumindest was Tagungsmappen angeht. Überraschungen gehören zum Konzept, Leiter*innen sucht man vergeblich. Als Moderator*in oder Veranstalter*in vor einer großen Gruppe von Menschen zu stehen, virtuell oder in Präsenz, ohne die Sicherheit des gewohnten Fahrplans, ohne den*die nächste(n) Referierenden anzukündigen, das braucht vor allem eines: Vertrauen. Vertrauen darauf, dass alle, die gekommen sind, etwas mitgebracht und beizutragen haben. Und zugleich wissen alle, die schon einmal bei einem Barcamp mitgemacht haben, das funktioniert nicht nur, das macht sogar immens viel Spaß.

Kompetenzen made by Selbsthilfe

Fortbildungsangebote in der Selbsthilfe sollen das richtige Handwerkszeug und die nötigen Kompetenzen vermitteln, die Selbsthilfeaktive für ihre Arbeit nutzen und gebrauchen können. Als Selbsthilfeakademie haben wir in den letzten Jahren viele spannende Angebote auf den Weg gebracht und dafür auch ein gutes Feedback der Teilnehmenden erhalten. Aber ganz grundsätzlich gefragt: Warum glauben wir überhaupt, dass Selbsthilfeaktive etwas im herkömmlichen Sinn lernen müssen, um ihre Arbeit „besser“ ausführen zu können? Gehen wir hier nicht mit einem klassischen Bildungsverständnis in eine Gruppe, die uns eigentlich zeigt, wie kollaboratives Lernen geht? Warum lernen wir nicht mehr *von* der Selbsthilfe oder zumindest *mit* ihr, anstatt etwas *für* sie zu organisieren?

Wenn wir davon ausgehen, dass in den verschiedenen Erfahrungsfeldern der Selbsthilfe eine Menge an Kompetenzen, Fähigkeiten und Wissen generiert wird, dann fragen wir weiterhin, warum diese Schätze nicht stärker genutzt und als Grundlage für Lernangebote gesetzt werden. Das mag daran liegen, dass wir uns schwertun, die nicht leicht greifbaren und heterogenen Wissenskontexte aus den verschiedenen Selbsthilfeformen in klassische Schulungsformate zu packen.

Gerade deshalb könnten sich kollaborative und selbstorganisierte Lernarrangements, die darauf abzielen, diese Wissensbestände in Bewegung und in Austausch zu bringen, zu reflektieren und weiterzuentwickeln, deutlich besser für die Belange der Selbsthilfe eignen. Sie würdigen die dort generierte Expertise und setzen auf das Lernen mit- und voneinander.

Probleme sind komplex und mehrdeutig

Es gibt noch mehr triftige Gründe, das Lernen von und miteinander – als Peer-to-Peer-Lernen⁴ oder kollaboratives Lernen – zu stärken. Viele Problemstellungen, für die wir Fortbildungen anbieten, sind keine einfach zu lösenden Gleichungen. Es geht nicht um Vereinheitlichung und *ein* Curriculum oder den *einen*, richtigen Weg, sondern um Diversität und Vielfalt. Niemand käme auf die Idee, ein Selbsthilfemodell als einzigen und qualitätsgesicherten Weg beschreiben zu wollen. Das bedeutet, es gibt keine eindeutigen, sondern mehrdeutige Lösungsszenarien. Das seit Jahren in vielen Seminaren behandelte Problem fehlender Nachwuchskräfte für Gruppenleitungen oder Vereinsvorstände von Selbsthilfeverbänden ist da ein gutes Beispiel. Wenn Arbeitshilfen hier gelegentlich eine Strategie in Aussicht stellen, die bei Befolgung zum Erfolg führen soll, gehen die Ursachen wie auch mögliche Lösungen ins Unendliche. Mit ungewissem Ausgang.

Jöran Muuß-Merholz beschreibt in seinem Buch „Barcamps & Co. Peer-to-Peer-Methoden für Fortbildungen“ ausführlich, warum sich diese Methoden gut für dynamische, unsichere, komplexe und dabei in der Regel nicht klar abzuschließende Problemkontexte eignen. Das Buch sei hier zur Vertiefung des Peer-to-Peer-Ansatzes (und natürlich zur Planung von Barcamps) wärmstens empfohlen (Muuß-Merholz 2019).

Die Mischung macht's oder: Raus aus der Blase!

Die Erfahrungen aus dem Selbsthilfe-Café mit einem gemischten Publikum waren durchweg positiv und erfrischend. Warum, so fragen wir uns, finden dann viele Veranstaltungen in der Selbsthilfelandchaft in eher homogenen und abgeschotteten Settings statt? Braucht es im Gegenteil nicht mehr Diversität und Diskurs? Wie kann und soll Diskurs fruchtbar werden, wenn er in der eigenen „Blase“ stattfindet? Das gilt für die unterschiedlichen Akteure und Ebenen innerhalb der Selbsthilfe: regional und überregional, haupt- und ehrenamtlich, kleine Gruppe und großer Verband, Mitglieder und Vorstände, digital und analog und so weiter. Hier wird oft zu wenig miteinander geredet und voneinander gelernt.

Das gilt mit Blick auf eine zukünftige Perspektive auch für den Dialog zwischen dem Subsystem „Selbsthilfe“ und anderen relevanten Subsystemen aus den Bereichen Bildung, Gesundheit oder Politik, um zu einer echten Teilhabe und einem ernst zu nehmenden Diskurs zu gelangen.

To be continued: das Thema weiterdenken

Abschließend sei gesagt: Digitalisierung ist keine Lösung oder gar ein Garant für empowernde Peer-to-Peer-Lernräume. In diesem Sinn ist das virtuelle Selbsthilfe-Café für uns nicht nur deshalb interessant, weil es digital ist. Es ist interessant, weil es uns dabei hilft, neue Lernarrangements zu entwickeln. Es ist besonders, weil es horizontale Ebenen zusammenbringt und einen vertikalen Austausch ermöglicht.

Digitale Methoden und Formate können dabei helfen, diese Prozesse auf den Weg zu bringen oder zu beschleunigen. Aber sie sind Werkzeuge, nicht das Ziel. Das digitale Lernen erfordert, selbst Lernprozesse zu initiieren: kreative, kritische und experimentelle. Hier stehen wir erst am Anfang. Die Fragen von digitaler Teilhabe und wie sie angesichts einer in der Selbsthilfe deutlich werdenden Kluft zwischen digital „Angekommenen“ und „Abgehängten“ hergestellt werden kann, müssen uns beschäftigen! Unsere jüngst gemachten Erfahrungen mit digitalen Formaten haben uns gezeigt: Es geht nicht mehr um die Frage, ob wir uns damit auseinandersetzen, sondern nur noch darum, wie.

Wir sind überzeugt, dass neue Lernmodelle, wie beschrieben, gut zur Selbsthilfe und insgesamt in die Selbsthilfelandchaft passen. Diese Methoden und Formate bieten nicht nur die Chance, auf aktuelle Herausforderungen und Themen angemessen zu reagieren. Sie können darüber hinaus von der Selbsthilfe als wirkungsvolle Werkzeuge genutzt werden, um selbst Lernorte für Austausch, Dialog und Diskurs, ob analog oder digital, zu initiieren. Mit Open Space und Barcamps verschiedene Menschen, Institutionen und Perspektiven einzuladen, voneinander zu lernen. Es wird Zeit, dass die Selbsthilfe sich stärker und selbstbewusster als Bildungsanbieter und Stifter von Bildungs- und Lernorten einbringt, als nur primär selbst Adressat von Bildungsangeboten zu sein. Darüber und zu den hier beschriebenen Thesen würden wir uns eine stärkere Debatte wünschen.

Die Selbsthilfeakademie NRW bietet dafür gerne ihre Unterstützung an. Ein Treffpunkt ist schnell eingerichtet. Wir treffen uns im Netz: ein Klick, keine Anreise. Herzlich willkommen im virtuellen Selbsthilfe-Café!

Anmerkungen

- ¹ *In Gesprächen stellte sich heraus, dass die Angst, „etwas falsch zu machen“ oder „nicht mithalten zu können“, ein maßgeblicher Grund dafür zu sein schien, die Begegnung mit digitalen Austauschformen eher hinauszuzögern oder zu vermeiden.*
- ² *Online-Angebote lassen sich auch gut mit Präsenzseminaren kombinieren. Zum Beispiel als Follow-ups und Nachtreffen, in denen sich die Teilnehmenden über ihre bisherigen Erfahrungen mit den Fragestellungen aus dem Seminare austauschen können.*
- ³ *Beispiele für selbstorganisierte, kollaborative Lernformate oder Methoden sind zum Beispiel Barcamps, Open Space, Denk- oder Ideenwerkstätten. Die Teilnehmenden bestimmen selbstverantwortlich und gleichberechtigt, welche Themen aufgerufen und wie diese bearbeitet werden.*
- ⁴ *„Peer-to-Peer learning“ (Peer = Kollege/Kollegin) beschreibt eine gleichberechtigte Lernsituation, in der sich Kolleg*innen untereinander über Wissen, Ideen und Erfahrungen austauschen und mit- sowie voneinander lernen (<https://www.weiterbildungsberatung.nrw/themen/glossar/Peer-to-Peer-learning>).*

Literatur

Muuß-Merholz, Jöran: Barcamps & Co. Peer-to-Peer-Methoden für Fortbildungen. Weinheim 2019

Bernd Hoerber, Diplom-Sozialpädagoge, ist seit 2003 in verschiedenen Arbeitsfeldern der Selbsthilfeunterstützung und in Selbsthilfe-bezogenen Projekten beim Paritätischen NRW und seit 2016 als Projektleiter bei der Selbsthilfeakademie NRW tätig.

selbsthilfegruppenjahrbuch 2021

Herausgeber:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen
www.dag-shg.de

Gemeinschaftlich vertretungsbefugt:

André Beermann
Sabine Bütow
Angelika Vahrenbruck

Redaktion und verantwortlich i.S.d. § 55 Abs. 2 RStV:

Niclas Beier und Dr. Jutta Hundertmark-Mayser, NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen), Florian Czeschinski, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, Gießen, Anja Eberhardt und Dörte von Kittlitz, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover, Anne Kaiser, KOSKON NRW (Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in NRW), Mönchengladbach

Registergericht:

Amtsgericht Gießen, Vereinsregister Gießen Nr. 1344
als gemeinnützig anerkannt FA Gießen St.-Nr. 20 250 64693 v. 04.02.2021

Umschlag: Lutz Köbele-Lipp, Entwurf und Gestaltung, Berlin

Satz und Layout: Diego Vásquez, Berlin

Druck: Kössinger AG

ISSN 1616-0665

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion oder der fördernden Krankenkassen wieder. Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und der Autor*innen.

Copyright: Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des *selbsthilfegruppenjahrbuchs* wurden im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20h SGB V finanziell gefördert aus Mitteln der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Förderern:



Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine
Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto:
IBAN: DE18 5139 0000 0006 3030 05 BIC:VBMHDE5F