



---

## "Grundlagen der Selbsthilfe-Unterstützung NRW"

19.03.2025 in Mönchengladbach / Referenten: Anne Kaiser und Magdalena Schmidramsl

27.03.2025 in Bochum / Referent: Anke van den Bosch

[Fortbildung für die Fachkräfte der Verwaltung und Selbsthilfe-Unterstützung \(Teil 1\)](#)

[Fortbildung für die Fachkräfte der Selbsthilfe-Unterstützung \(Teil 2\)](#)

Das Grundlagenseminar richtete sich an Mitarbeiter\*innen der Selbsthilfe-Kontaktstellen und -Büros in Nordrhein-Westfalen, die relativ neu sind in der professionellen Selbsthilfe-Unterstützung. Es besteht aus zwei Tagen mit verschiedenen Schwerpunkten: Der erste Tag behandelt Strukturen und Rahmenbedingungen der Selbsthilfe in NRW, während der zweite Tag praktische Aspekte wie Information, Vermittlung und Beratung von Interessierten sowie die Unterstützung von Selbsthilfegruppen im Fokus hat. Ziel des Seminars ist es, einen Überblick über selbsthilferelevante Strukturen zu geben, die fachliche Haltung zu vermitteln und die Kompetenz in den Kernaufgaben zu erweitern.

---

## Zeitsouveränität und Selbstorganisation -

### Priorisierung, Effizienz und gelasseneres Selbstmanagement

13.03.2025 in Bochum / Referentin: Ute Korinth

[Fortbildung für die Fachkräfte der Verwaltung](#)

Zeit ist unsere wertvollste Ressource. Sie lässt sich nicht ausdehnen, egal, was wir tun. Wie können wir dafür sorgen, dass wir unser Zeit- und Selbstmanagement verbessern und uns wieder weniger getrieben fühlen? Wir leben in einer (Arbeits-) Welt, die sich immer schneller verändert. In den immer neuen Aufgaben, auch innovative Technologien hinzukommen, andere wegfallen. Die Arbeitsdichte wächst, alles wird komplexer. Deadlines, Meetings, Anfragen. Am besten alles parallel. Wir haben zu wenig Zeit für zu viele Aufgaben und vielleicht auch (zu) hohe Erwartungen an uns selbst.

Die äußeren Rahmenbedingungen lassen sich nicht so leicht ändern. Eine verbesserte Selbstorganisation und ein gutes Zeitmanagement schaffen Abhilfe. Wie können wir aus dem Reagieren und von einem Termin in den nächsten hetzen wieder ins Agieren kommen und das Gefühl haben, die Zeit wieder ein wenig mehr selbst in der Hand zu haben? Dieses Seminar versorgt die Teilnehmenden mit vielen sofort umsetzbaren Methoden. Wo sind wir anfällig für Ablenkungen und wie könnte eine effektive zukünftige Zeitplanung aussehen?

---

## Patientenbeteiligung durch Selbsthilfe (- Kontaktstellen)

24.06.2025 und 01.07.2025 online / Referenten: Jan Kassner und Gregor Bornes

[Fortbildung für die Fachkräfte der Selbsthilfe-Unterstützung](#)

### Teil I: Selbsthilfe in den Gremien des Gesundheitswesens

Als Unterstützungsstellen für Selbsthilfegruppen sind Selbsthilfe-Kontaktstellen nah dran an den Themen von Betroffenen und Patient\*innen. Daher besitzen nicht nur Selbsthilfegruppen, sondern auch die Unterstützungsstellen in vielen Gremien ein Mandat, um die Interessen der Betroffenen und Patient\*innen gegenüber Entscheidungsträger\*innen zu kommunizieren. Die Fortbildung vermittelt neben einem historischen Rückblick auf die politische Bedeutung der Selbsthilfe Grundlagen zu Mitwirkungsmöglichkeiten von Selbsthilfe(-Kontaktstellen) in den verschiedensten Gremien des Gesundheitswesens. Im Mittelpunkt stehen hierbei Gremien auf kommunaler Ebene.



## Teil II: Bedarfe der Selbsthilfe erkennen und politisch bearbeiten

Selbsthilfe findet statt, um sich und andere gegenseitig zu unterstützen. Doch reichen Austausch und gegenseitige Unterstützung häufig nicht aus. Strukturelle Defizite und Missstände in der Versorgungslandschaft schaffen sich nicht von allein ab; hier sind die Erfahrungen und die Mitwirkung von Patient\*innen erforderlich. Doch wie können Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Kontaktstellen die Defizite erkennen und benennen? Im zweiten Teil der Fortbildung sollen Strukturen erarbeitet werden, die helfen, Bedarfe von Betroffenen zu erkennen und politisch zu fassen.

---

### Schwierige Gespräche am Telefon

01.09.2025 in Köln / Referentin: Tanja Gröber

Fortbildung für die Fachkräfte der Verwaltung

Telefongespräche sind die hörbare Visitenkarte der Kontaktstelle und der häufigste Kontaktweg, über den sich Menschen mit Fragen oder Problemen an Ihre Kontaktstelle wenden.

Neben Telefonsituationen, in denen die Teilnehmenden durch aktives Fragen und gutes Zuhören die Anliegen der Anrufer erfassen und beantworten, ist insbesondere der sichere und souveräne Umgang mit „schwierigen Situationen“ wichtig.

In dieser Veranstaltung wird der sichere, effiziente und souveräne Umgang mit dem Telefon trainiert, das eigene Telefonverhalten (und –stimme durch den Einsatz digitaler Tools) reflektiert und werden die Teilnehmenden in die Lage versetzt, Telefonate zielorientierter zu führen, Informationen entsprechend aufzubereiten und mit schwierigen Gesprächssituationen umzugehen.

---

### Gesprächskultur gestalten / Vertrauensräume öffnen

25.09.2025 Ort wird noch bekannt gegeben / Referentin: Sabine Falk

Fortbildung für die Fachkräfte der Selbsthilfe-Unterstützung

Die Teilnehmenden erleben Kommunikationsformate, die sie bei einer sinnvollen Lenkung von Gesprächsgruppen in der Selbsthilfe unterstützen. Sie kennen Wege, um eine vertrauensvolle Atmosphäre einzuladen, sie wissen um die Hindernisse und können ihnen begegnen.

Dieser Workshop vermittelt die Gestaltung und die Wirkung von Gesprächsräumen, in denen sich Menschen einander anvertrauen, sich zeigen und eine annehmende Resonanz erleben können. Er bietet einen Erfahrungsraum für ein tragende Gesprächskultur an.

---

### Selbstorganisation – wie Selbsthilfegruppen Selbstorganisation leben und Fachkräfte sie unterstützen können.

14.11.2025 in Bochum / Referentin: Franziska Anna Leers

Fortbildung für die Fachkräfte der Selbsthilfe-Unterstützung

Selbsthilfegruppen sind von den Aktiven selbst organisierte Gruppen, die nicht dauerhaft von Fachkräften angeleitet werden.

Idealerweise verteilt sich die Verantwortung für das Gelingen der Gruppe auf vielen Schultern und jede\*r gestaltet die Treffen nach eigenen Ressourcen mit. Die Teilnehmenden kommen mit einem eigenen Motiv in



die Gruppen, nehmen ihre persönlichen Bedürfnisse wahr und können sie in der Gruppe klar kommunizieren. Bei den Treffen können Erfolge, Zweifel und Grenzen miteinander geteilt werden. In der Praxis jedoch klagen viele Gruppenverantwortliche und Leiter\*innen über mangelnde Mitwirkung, Konsumhaltung der Teilnehmenden, Unverbindlichkeit und eigene Überlastung. Wie können Mitarbeiter\*innen in den Selbsthilfe-Kontaktstellen die Gruppen unterstützen, in tatsächlich gelebte Selbstorganisation zu kommen? Welche Haltung braucht es hierfür bei den Fachkräften, den Gruppenverantwortlichen sowie Teilnehmenden? Welche Methoden bringen Gruppen in selbstorganisierte Strukturen – egal, ob sie sich gerade gründen oder bereits viele Jahre bestehen? Wie kann das Prinzip der Selbstorganisation in den Tätigkeitsbereichen der Kontaktstellen, wie z.B. Gruppengründung, Begleitung, Beratung, Veranstaltungen - gelebt werden?

---

Die Veranstaltung richtet sich ausschließlich an Mitarbeiter\*innen in Selbsthilfe-Kontaktstellen und Selbsthilfe-Büros in NRW. Die Teilnahme ist kostenfrei. Reisekosten werden nicht übernommen.