

**BARMER**

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**B.A.G**  
**SELBSTHILFE**

# AKTIVE MITGLIEDER GESUCHT

---

# SELBSTHILFE DER ZUKUNFT

PILOTPROJEKT

Kompetenzerwerb zur Einbindung  
junger Betroffener in ein aktives Ehrenamt



## INHALT

### S. 3\_\_ PILOTPROJEKT Kompetenzerwerb zur Einbindung junger Betroffener in ein aktives Ehrenamt

#### S. 3\_\_ Konzeption des Pilotprojektes

#### S. 4\_\_ Konzept „Kompetenzerwerb zur Einbindung junger Betroffener in ein aktives Ehrenamt“

#### S. 5\_\_ Durchführung des Projektes mit der MigräneLiga e.V.

#### S. 6\_\_ Einbindung junger Betroffener in ein aktives Ehrenamt

#### S. 7\_\_ Aspekte der Mitgliedergewinnung

#### S. 8\_\_ Fazit

## PILOTPROJEKT

# Kompetenzerwerb zur Einbindung junger Betroffener in ein aktives Ehrenamt

Im Rahmen des Projektes „Selbsthilfe der Zukunft“ der BAG SELBSTHILFE sollten Handlungsstrategien und Konzepte zur Mitgliedergewinnung auf die unterschiedlichen Bedarfe der Verbände angepasst werden. Strukturelle Besonderheiten der Verbände und die unterschiedliche Zusammensetzung der Mitgliedschaft sollten hierbei berücksichtigt werden. Allgemeine Empfehlungen wurden auf besondere Herausforderungen überprüft und entsprechend angepasst.

Im Jahr 2021 sollte ein Evaluationscoaching anhand dreier Mitgliedsverbände die spezifischen Besonderheiten aufzeigen und überprüfen, wie je nach Ausgangslage die beste Strategie zur Mitgliedergewinnung umgesetzt werden kann.

Unter den teilnehmenden Verbänden war die MigräneLiga e.V. vertreten. Mit der Unterstützung der BAG SELBSTHILFE und der Evaluatorin Frau Dr. Giel konnte die MigräneLiga ihre Strategien zur Gewinnung und Aktivierung von Mitgliedern überprüfen und Schwerpunkte festlegen, die sie in diesem Themenfeld bearbeiten möchte.

## Konzeption des Pilotprojektes

Im Projekt „Selbsthilfe der Zukunft“ ist vorgesehen, dass einzelne Strategien im Rahmen von Pilotprojekten in der Umsetzung begleitet werden.

Es stellte sich heraus, dass insbesondere die Gewinnung junger Betroffener in der MigräneLiga großes Potential hat und dringend weiterverfolgt werden sollte. Im Projekt Selbsthilfe der Zukunft wurden verschiedene Konzepte zur Ansprache junger Betroffener entwickelt. Gemeinsam mit den Projektmitarbeitenden wurde festgestellt, dass die MigräneLiga als Verein geeignet ist, das Konzept „Anreize setzen durch Kompetenzerwerb“ als Pilotprojekt in der Praxis zu erproben.

Ziel dieses Projekts war es junge Betroffene für ein aktives Ehrenamt in der MigräneLiga zu gewinnen. Viele junge Menschen mit Migräne befinden sich in einer Lebensphase, die durch eine hohe Belastung im Rahmen ihrer Ausbildung, ihres Berufseinstiegs oder ihrer Familiengründung geprägt ist. Sie interessieren sich für ein Engagement in der Selbsthilfe, können dies aber häufig nicht mit ihrer aktuellen Lebenssituation vereinbaren.

Es gilt hier eine Möglichkeit zu finden, ein speziell auf die Bedarfe und Interessen von jungen Menschen zugeschnittenes Angebot zu unterbreiten. Neben der Adressierung der Interessen und Fähigkeiten, sollte auch die Lebensrealität und der berufliche Alltag berücksichtigt werden, weshalb eine solche Tätigkeit idealerweise nicht an feste Arbeitszeiten gebunden sein sollte. Durch dieses frühzeitige Engagement sollen junge Betroffene einerseits langfristig an den Verband gebunden werden und andererseits weitere Personen aus dieser Zielgruppe erreichen und in die Selbsthilfe integrieren.

Das Konzept junge Betroffene aktiv in die Arbeit in den Sozialen Medien einzubinden und ihnen durch den Kompetenzerwerb einen Anreiz zur Mitarbeit zu setzen stellte sich als vielversprechend für die MigräneLiga dar.

## **Konzept „Kompetenzerwerb zur Einbindung junger Betroffener in ein aktives Ehrenamt“**

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.

Durch gezielte Schulungsmaßnahmen sollen junge Betroffene auf ihre Rolle im Ehrenamt vorbereitet werden. Hierbei spielen sowohl Soft- als auch Hardskills eine Rolle. Der Erwerb dieser Kompetenzen soll durch ein Zertifikat belegt werden. Dieser Nachweis kann den Betroffenen in ihrer beruflichen Weiterbildung nützen und drückt außerdem Wertschätzung und Anerkennung aus.

Die teilnehmenden Mitglieder erklären sich dazu bereit, die erlernten Fähigkeiten im Rahmen eines Ehrenamtes aktiv im Verband einzusetzen. So profitieren beide Seiten langfristig von dem Vorhaben.

## Durchführung des Projektes mit der MigräneLiga e.V.

In gemeinsamen Vorgesprächen mit Veronika Bäcker, der Vorsitzenden der MigräneLiga, und dem Social Media Betreuer des Verbandes wurde geplant, in welcher Form das Pilotprojekt umgesetzt werden könnte.

Ziel des Vorhabens ist es, eine Gruppe junger Betroffener zu finden, die sich mit der MigräneLiga identifiziert und durch eigene Kanäle, aber auch durch die Mitarbeit an den Social Media Kanälen des Verbandes, eine Community auf dem Netzwerk Instagram bildet, die reichweitenstark über die Krankheit und den Selbsthilfeverband informiert. Die gesteigerte Präsenz auf den verschiedenen Social Media – Kanälen soll dazu führen, dass mehr Menschen mit der MigräneLiga in Kontakt treten und potentielle neue Mitglieder über die Aktivitäten der MigräneLiga informiert werden können.

Der Verband hatte bereits einige junge Betroffene identifiziert, die daran interessiert waren, sich zu engagieren. Diese Personen sind bereits in den sozialen Medien aktiv oder sind demgegenüber aufgeschlossen. In einer ersten Projektphase sollten diese Personen nun zusammengeführt werden und durch den Einsatz einer Weiterbildungsmaßnahme fortgeschrittene Fähigkeiten im Bereich der Sozialen Medien erlangen. Parallel dazu werden bereits erste Schritte zur Bildung einer Community eingeführt, indem sich die Teilnehmenden untereinander und mit der MigräneLiga vernetzen und sich gegenseitig unter ihren Beiträgen unterstützen und verlinken.

Nach Abschluss der Schulungen ist es geplant, dass langfristig ein regelmäßiger, durch die MigräneLiga gesteuerter, Austausch stattfindet und auch neue Interessierte in die Aktivitäten eingebunden werden können. Hierbei sollen die erlernten Fähigkeiten im Austausch einander weitervermittelt werden. Innerhalb der Netzwerke soll ein Fokus daraufgelegt werden, sich mit gemeinsamen Beiträgen und Aktionen zu unterstützen und so die Inhalte und Aktivitäten des Verbandes nach außen zu tragen. Insbesondere im Rahmen des Vereinsjubiläums im kommenden Jahr werden begleitend Maßnahmen durch die Teilnehmenden in den Sozialen Medien umgesetzt.

Zur Umsetzung der Weiterbildungsmaßnahme wurde gemeinsam mit Lars Kroll, dem Geschäftsführer der SO.real GmbH eine Kompetenzschulungsreihe entwickelt, in der medienaffinen Mitgliedern der MigräneLiga, fortgeschrittene Skills zur Nutzung von Social Media erwerben können. Im Anschluss an die Kompetenzschulungsreihe, sollten die Teilnehmenden, Teile des Social Media Auftritts der MigräneLiga übernehmen, sodass die verschiedenen Kanäle regelmäßig mit neuem Content befüllt werden können, sowie auf den eigenen Kanälen über die Themen Migräne und Selbsthilfe berichten.

Die Kompetenzschulungsreihe setzt sich aus den folgenden fünf Kursen zusammen:

- » **Termin 1:** „Einstiegsschulung Social Media“ (Was ist Social Media? Welche Chancen & Risiken bietet es für die MigräneLiga? Status Quo?)
- » **Termin 2:** „Content-Ideen und Storytelling auf Social Media“
- » **Termin 3:** „Content-Erstellung Beiträge, Karussell-Postings und Storys“
- » **Termin 4:** „Content-Erstellung Kurzvideos“
- » **Termin 5:** „Community Management und rechtliche Hinweise“

Nach Abschluss der fünf Kurse erhalten die Teilnehmenden zusätzlich zu den erlernten Fähigkeiten ein Zertifikat, was die Teilnahme an der Kompetenzschulungsreihe bestätigt.

## Einbindung junger Betroffener in ein aktives Ehrenamt

Junge Menschen für ein Ehrenamt zu begeistern bzw. Angebote zu schaffen, die für junge Menschen attraktiv sind, ist eine der Strategien zur Gewinnung und Aktivierung von Mitgliedern, welches im Projekt Selbsthilfe der Zukunft ausgearbeitet worden ist. Mit der Durchführung dieser Kompetenzschulungsreihe soll diese nun auch in der Praxis Anwendung finden. Die Vorteile, welches dieses Angebot für junge Betroffene bietet, sind dabei vielfältig:

- » (Junge) Selbsthilfeaktive aus dem Umfeld der MigräneLiga sollen in der Nutzung von Social Media geschult werden, um selber am Social Media Auftritt der MigräneLiga mitwirken zu können.
- » Die Schulung ist soll ein Anreiz sein, eine ehrenamtliche Tätigkeit aufzunehmen.
- » Die erlernten Fähigkeiten können auch im privaten bzw. weiteren Berufsleben genutzt werden. Sie bietet den Teilnehmenden also auch einen Vorteil, der über die Arbeit im Verband hinausgeht.
- » Ein Online-Ehrenamt ist für junge Menschen attraktiver, da es nicht an feste Arbeitszeiten gebunden ist. So können sie die ehrenamtliche Tätigkeit einfacher in den Alltag einbauen.
- » Eine solche Schulung für junge Mitglieder soll als Vorbild für andere Verbände dienen. Ähnliche Angebote können ein Anreiz sein, sich für den Verband zu engagieren, da sie auch Vorteile für die Mitglieder bietet.

Neben den Vorteilen für die Teilnehmenden der Kompetenzschulungsreihe, soll auch die MigräneLiga von der Ausbildung der Mitglieder profitieren. Eine funktionierende Online-Präsenz hat für den Verband viele Vorteile:

- » Wenn die Arbeit auf mehrere Schultern verteilt ist, bleibt mehr Zeit für andere Dinge.
- » Beständiges Posten führt zu einem höheren Wiedererkennungswert, was sich in vielen Aspekten positiv auf die Verbandsarbeit auswirkt.
- » Der Online-Auftritt verbessert sich durch die Expertise der Teilnehmenden.

## Aspekte der Mitgliedergewinnung

Auch die Gewinnung und Aktivierung von Mitgliedern soll mit diesem Pilotprojekt adressiert werden. Die Etablierung einer stetigen Online-Präsenz kann sich positiv auf die Ansprache der Mitglieder und potentiell interessierten Betroffenen auswirken.

- » Durch ihr Mitwirken in den sozialen Medien können die Betroffenen als Multiplikatoren dienen und so mehr junge Menschen für die MigräneLiga oder andere Selbsthilfeverbände zu gewinnen.
- » Junge Menschen wissen eher, was andere junge Menschen bewegt und können die Inhalte in den sozialen Medien dahingehend ausrichten. Diese Inhalte sprechen junge Menschen eher an, als die für eine andere Altersgruppe gedacht sind.
- » Vernetzung mit anderen Selbsthilfeaktiven kann dazu führen, dass diese sich über die sozialen Medien hinaus auch offline für den Verband engagieren.
- » Eine aktive Online-Präsenz kann also ein Instrument für die Gewinnung und Aktivierung von Mitgliedern sein. Gerade junge Menschen können über die sozialen Medien besser angesprochen werden.

## Fazit

Bereits während der Durchführung der Schulungsmaßnahmen konnte festgestellt werden, dass die Fortbildung eine hohe Motivation bei den Teilnehmenden weckte sich zu engagieren und zu vernetzen. Schon im laufenden Prozess konnten das Erlernte angewendet werden. Im weiteren Verlauf nach Abschluss der Schulungen muss daraufgelegt werden, die Vernetzung stabil zu halten und den gemeinsamen Auftritt nach außen in den Fokus zu rücken. Hierfür wurden in der letzten Sitzung der Fortbildung folgende Punkte beschlossen:

- » Aus den Teilnehmenden wird eine Projektgruppe zusammengestellt, die ein Konzept für den social Media Auftritt ausarbeiten und umsetzen soll.
- » Ziel ist es regelmäßig verschiedene Inhalte (Beiträge, Stories, Reels etc.) zu posten, wobei die Gruppe unabhängig von der MigräneLiga agieren soll.
- » Die Aufgaben sollen dabei auf viele Schultern verteilt werden, damit die angestrebten Ziele auch langfristig erreicht werden können.
- » Es sollen primär Informationsposts zur Migräne, aber auch „Werbung“ für die MigräneLiga gepostet werden, um u.a. neue Mitglieder für die MigräneLiga zu gewinnen.
- » Des Weiteren ist eine Vernetzung mit Accounts, die das Thema „Migräne“ behandeln, angestrebt.
- » Alle 6 Monate sollen Treffen zwischen der Gruppe und der MigräneLiga stattfinden, um die Planung weiter voranzutreiben und die Abläufe zu optimieren.

Der langfristige Effekt und Erfolg des Projektes kann erst mit einem längeren zeitlichen Abstand betrachtet werden. Grundsätzlich ist bisher ein positives Feedback zu ziehen und die Maßnahme als erfolgreich zu betrachten.