

# Igangsætter til selvhjælpsgrupper

## Jobbeskrivelse:

Som igangsætter er du den, der giver gruppen en god start, og du kan trække dig, når den kan blive selvkørende. Som oftest er to igangsættere sammen om en gruppe. Så man kan hjælpes ad. Det er deltagerne, der er eksperter, så du behøver ikke vide noget om teamet. Du bliver en del af et godt team af igangsættere og samtalepartnere samt af fællesskabet i vores forening. Du bliver klædt godt på til opgaven og kan få kollegial supervision samt sparring af selvhjælpskoordinator og centerleder.

Selvhjælp handler om at hjælpe sig selv og andre med focus på både at få "læst af" og at finde nye ressourcer, så det bliver nemmere at håndtere udfordringer. Netværk handler om at mødes om en fælles interesse. Vi har grupper for både børn, unge og voksne.

## Antal Timer:

Grupper mødes som regel to timer af gangen hver eller hver anden uge. Der evalueres 3 gange i gruppen, hvor det aftales, om man vil fortsætte, og om igangsætteren kan trække sig.

## Særlige kvalifikationer:

Vi lægger vægt på menneskelige kvalifikationer: At du har lyst og overskud til gruppearbejdet, er en god lytter – kan sætte dig selv i baggrunden -, Kan fremme den gode dialog og stoppe den dårlige, kan skabe tryghed og tillid, og at du kan overholde tavshedspligten. Vi forventer ikke, at du er perfekt i arbejdet. Det vigtigste er, at du kan være med til at få gruppen til at fungere i samarbejde med deltagerne og kolleger.

## Organisation & Adresse:

Anne Mette Raal  
FrivilligCenter & Selvhjælp Vejle  
Dæmningen 58,1  
7100 Vejle.

## Telefon:

41 52 60 80 mandag og tirsdag kl. 9.30-16.00

## E-mail:

[vejle@frivejle.dk](mailto:vejle@frivejle.dk)

## Hjemmeside:

[www.frivejle.dk](http://www.frivejle.dk)