

## Gruppenregeln für die Online-Selbsthilfegruppe

*Überall, wo Menschen zusammenkommen, kann es Konflikte und Unstimmigkeiten geben. Um diesen möglichst früh entgegen zu wirken, gibt es auch in unserer Selbsthilfegruppe für alle Teilnehmer verbindliche und von Mitgliedern durch Teilnahme automatisch bestätigte Regeln.*

1. In unserer Gruppe gilt Vertraulichkeit. Das heißt: Nichts, was in der Gruppe gesprochen wird, darf durch Teilnehmer nach außen getragen werden. Die Gruppe lebt vom Vertrauen, dass die Treffen ein geschützter Ort sind, an dem man sich darauf verlassen kann, offen sprechen zu dürfen.
2. Notfälle haben Vorrang. Das bedeutet: Jeder, der dringenden Gesprächsbedarf hat, kann sich jederzeit melden und sein Problem vorbringen. Dann stellen wir andere Gespräche zurück.
3. Wir lassen einander aussprechen und achten auf einen respektvollen Umgangston.
4. Jeder kann und darf die Gruppenstunde zu jedem Zeitpunkt ohne Begründung verlassen.
5. Wir sprechen vorrangig über unsere eigenen Probleme. Wenn wir anderen Gruppenteilnehmern Ratschläge geben, tun wir dies als Vorschlag und drängen niemandem unsere Meinung auf.
6. Wir respektieren, dass jeder so viel von sich preisgibt, wie für ihn in Ordnung ist.
7. Um der Gruppenleitung die Vorbereitung zu erleichtern, versuchen wir, regelmäßig an den Gruppentreffen teilzunehmen und entschuldigen uns im Verhinderungsfall rechtzeitig.
8. Probleme mit anderen Gruppenmitgliedern sprechen wir in der Gruppe offen an, statt sie „auf eigene Faust“ und außerhalb der Videomeetings zu lösen.
9. Zwischen den Gruppentreffen sind die Ansprechpartner von Dystonie-und-Du e.V. bei Fragen und für Psychosoziale Beratung unter E-Mail: [info@dysd.de](mailto:info@dysd.de) erreichbar.
10. Den Gruppenmitgliedern entstehen für die Teilnahme an der Online-SHG keine Kosten.
11. Persönliche Daten wie Anschrift, eMail-Adressen und Telefonnummern werden dem Koordinator der Online-SHG ausschließlich für die Kommunikation zwischen Gruppenleitung und einzelnen Mitgliedern freiwillig bekannt gegeben. Herausgabe dieser Daten zum Austausch der Teilnehmer untereinander nur nach Absprache und entsprechender Unterschrift unter die Datenschutzerklärung, die für die Teilnahme an den Treffen obligatorisch ist und vorab geleistet werden muss.
12. Sämtliche Äußerungen von Gruppenleiter und -teilnehmern sind als Meinungen von Betroffenen/Angehörigen zu verstehen und erheben keinen Anspruch auf Verbindlichkeit, Vollständigkeit oder Richtigkeit. Bei Aussagen in der Gruppe zu medizinischen, therapeutischen, psychologischen und heilkundlichen Fragen ist eine Rückversicherung/Bestätigung von fachmännischer Seite einzuholen. Gleiches gilt für Auskünfte und Informationen, die bei der Gruppenleitung schriftlich, elektronisch oder telefonisch angefordert oder von ihr herausgegeben werden. Sie ersetzen in keinem Fall fachliche Diagnostik und Therapie und sind lediglich als Rat und Unterstützung im Rahmen der Selbsthilfe zu sehen.
13. Die Aufzeichnung von Screenshots während des Videomeetings ist ebenso wie das Mitschneiden von Tonaufnahmen prinzipiell untersagt. Inhalte wie Vortragspräsentationen werden registrierten Mitgliedern auf Anfrage sowie bei Bedarf im geschützten Bereich der Homepage bereitgestellt.