

**checkliste Vorgespräch**

**für dein freiwilliges Engagement bei mitgehn**

**Um das Kennenlernen und Abklären der Wünsche und Erwartungen zu erleichtern, haben wir euch einen Leitfaden zusammengestellt. Er soll inspirieren und Ideen liefern, damit ihr euch beim Gespräch wohl fühlt. Denn eine gute Laune ist bekanntlich ja ansteckend!**

Folgende Vorbereitungen/Haltungen wirken sich positiv auf das erste Zusammentreffen aus:

* *Kläre im Vorfeld gut ab, wo ihr euch trefft und wie ihr euch erkennt. Das hilft, um nicht schon gestresst anzukommen.*
* *Sei pünktlich beim Termin, das macht schon mal einen guten ersten Eindruck.*
* *Nimm dir ausreichend Zeit (aber maximal 1h) zur Abklärung und trefft euch an einem konsumfreien Ort.*
* *Der/die Betroffene steht im Mittelpunkt. Organisiere den Termin so, dass du nicht gestört wirst (z.B. Handy).*
* *Lass dich auf das Tempo der Betroffenen ein und höre gut zu. Zu viele (neugierige) Fragen können auch verängstigen.*
* *Bei den Begleitungen geht es weniger um deine Vorerfahrungen oder Lebensbedingungen. Erzähl nur so viel von dir, wie nötig. Dein Gegenüber ist wahrscheinlich gerade mit ganz anderen Themen beschäftigt.*

|  |
| --- |
| **Vorstellen**  **Beim Vorstellen und Kennenlernen solltest du dir im Vorfeld schon gut überlegen, was du von dir Preis geben möchtest und was nicht. Im Zentrum steht das Vertrauen zu gewinnen und eine gute Atmosphäre schaffen, damit ihr den Termin dann gut gemeinsam bestreiten könnt.**  Folgende Fragen könnten dabei hilfreich sein:   * *Kläre ab, ob ihr per „Du“ oder „Sie“ sein wollt.* * *Versichere „Verschwiegenheitspflicht“ gegenüber Dritten.* * *Bedanke dich für das Vertrauen, dass dir der/die Betroffene schenkt, wenn sie/er einer Begleitung zustimmt.* |

|  |
| --- |
| **Anliegen klären**  **Um das Anliegen und die Sachlage für das Gespräch bestmöglich herauszufiltern, müssen einige Dinge abgefragt werden. Die Kunst darin besteht sicherlich darin, sich auf das Wesentliche zu beschränken. Höchst wahrscheinlich hat dein Gegenüber schon eine lange Vorgeschichte mit der zuständigen Stelle und viel zu berichten.**  Folgende Fragen könnten dabei hilfreich sein:   * *Was muss ich für den heutigen Termin wissen?* * *Was ist Ihr Ziel für heute?* * *Wenn Sie mir die Vorgeschichte in 3 Sätzen beschreiben. Um was geht es?* * *Was ist Ihnen für heutig wichtig, damit ich Sie gut begleiten kann?* |

|  |
| --- |
| **Form der Unterstützung klären**  **Verschiedene Menschen wünschen sich eine unterschiedliche Art/Form der Unterstützung. Dies kannst du im Vorhinein unmöglich wissen. Daher muss im nächsten Schritt abgefragt werden, was die Wünsche für heute sind und wie du die/den Betroffene/n gut begleiten kannst. Oft ist es hilfreich, sich ein „Drehbuch für schwierige Situationen“ abzusprechen.**  Folgende Fragen könnten dabei hilfreich sein:   * *Wie haben Sie sich meine Begleitung vorgestellt?* * *Welche Erwartungen und Wünsche haben Sie an mich?* * *Was darf/soll ich keinesfalls machen?* * *Möchten Sie sich ein Signalwort/Signalzeichen für den „Notfall“ ausmachen?* * *Wie reagieren Sie normalerweise in schwierigen Situationen? Was soll ich dann machen?* |

|  |
| --- |
| **Mut machen und bestärken**  **Im letzten Schritt geht es darum, dass ihr gestärkt in den Termin geht. Häufig bedeutet ein Termin für die/den Betroffene/n Stress und Unsicherheit. Schließt euer Vorgespräch gut ab und macht euch zeitgerecht auf den Weg.**  Folgende Phrasen könnten dabei hilfreich sein:   * *Das schaffen wir schon gemeinsam!* * *Ich bin beeindruckt, was Sie schon alles gemeistert haben. Da schaffen wir das auch noch.* * *Ich bin an Ihrer Seite.* * *Ich unterstütze Sie.* |