



So leitest Du eine Gruppe! Dos & Don'ts als Gruppenleitung

Gruppen leiten heißt, die Gruppe im Blick zu behalten

Als Gruppenleitung bist Du mittendrin und zugleich verantwortlich dafür, den Überblick zu behalten. Du gestaltest den Rahmen, nimmst Beziehungen und Stimmungen wahr, ermöglichst Beteiligung und reagierst auf Konflikte. Dabei geht es nicht darum, immer die passende Antwort parat zu haben. Wichtiger ist eine Haltung, mit der Du die einzelnen Mitglieder, die Gruppe als Ganzes und das gemeinsame Thema im Blick behältst.

Gruppenarbeit gelingt besonders dann, wenn junge Menschen im Mittelpunkt stehen, die Gruppe als sozialer Ort ernst genommen wird und ausreichend Raum für gemeinsame Prozesse entsteht. Auch die Gruppenleitung selbst ist dabei von großer Bedeutung.

Dos: Was Gruppen stärken kann

Transparenz und klare Kommunikation

Mache transparent, was in der Gruppe passiert: Was ist heute geplant? Welche Entscheidungen stehen an? Was ist verhandelbar – und was gehört zum festen Rahmen? Klare Kommunikation schafft Orientierung und kann Sicherheit geben. Dazu gehört auch, Grenzen verständlich zu benennen. Ein Rahmen ist nicht das Gegenteil von Freiheit: Verlässliche Absprachen können die Grundlage dafür sein, dass sich Gruppenmitglieder ausprobieren, Verantwortung übernehmen und Konflikte ansprechen können.

Die Balance von Ich, Wir und Thema halten

In jeder Gruppenstunde treffen unterschiedliche Bedürfnisse aufeinander. Vielleicht braucht ein Gruppenmitglied gerade viel Aufmerksamkeit, während andere aktiv werden möchten. Vielleicht drängt ein Thema, das für die Gruppe wichtig ist, aber nicht zum vorbereiteten Plan passt.

Deine Aufgabe ist es, zwischen drei Perspektiven zu balancieren:

- Ich: Was brauchen einzelne Gruppenmitglieder?
- Wir: Wie geht es der Gruppe miteinander?

- Thema: Worum soll es heute gehen und was ist das gemeinsame Anliegen?

Das bedeutet: Nimm einzelne Anliegen ernst, verliere aber die Gruppe nicht aus dem Blick. Wenn persönliche Themen viel Raum einnehmen, kann es hilfreich sein, die Gruppe einzubeziehen: „Wie geht es euch gerade mit dem, was hier Thema ist?“ So wird Gruppendynamik ansprechbar, ohne jemanden bloßzustellen.

Flexibel intervenieren statt starr am Plan festhalten

Eine gute Vorbereitung ist wichtig. Gleichzeitig darf ein Plan verändert werden, wenn die Gruppe etwas anderes braucht. Vielleicht ist die Energie niedrig, ein Konflikt liegt in der Luft oder ein Gruppenmitglied bringt ein Thema mit, das gerade wichtiger ist als die geplante Methode.

Flexibilität heißt nicht, beliebig zu sein. Sie bedeutet, begründet zu entscheiden: Was unterstützt das Gruppenziel und die Bedürfnisse der Gruppe heute wirklich?

Partizipation ermöglichen

Beteilige die Gruppenmitglieder an Themen, Methoden und Entscheidungen. Frage nicht nur: „Was wollt ihr machen?“, sondern mache Mitgestaltung auch praktisch möglich: durch Abstimmungen, wechselnde Aufgaben, gemeinsam entwickelte Regeln oder Raum für eigene Ideen.

Eine partizipative Ausrichtung gehört zu den wichtigen konzeptionellen Bedingungen gelingender Gruppenarbeit. Partizipation bedeutet dabei nicht, dass die Gruppenleitung keine Verantwortung mehr trägt. Du hältst weiterhin den Rahmen – aber Du gibst Verantwortung ab, wo es sinnvoll und möglich ist.

Wertschätzung, Humor und Authentizität

Eine zugewandte und wertschätzende Haltung ist die Grundlage von Beziehung. Dazu gehören Offenheit, Humor und Nahbarkeit. Auch kleine Gesten, etwa ein freundlicher Empfang oder etwas zu trinken und zu essen, können zum Ankommen beitragen.

Authentisch zu sein heißt nicht, alles Private mit der Gruppe zu teilen. Es heißt vielmehr: Du musst keine perfekte Rolle spielen. Du darfst sagen, wenn Du etwas noch nicht weißt, und Fehler offen ansprechen. Fehler können zum gemeinsamen Lernen beitragen, wenn sie reflektiert werden.

Reflexion fest einplanen

Gruppenprozesse laufen nicht nur auf der sichtbaren Sachebene ab. Zugehörigkeit, Macht, Erwartungen, Unsicherheiten und Konflikte wirken oft mit, ohne direkt ausgesprochen zu werden. Nimm Dir deshalb Zeit für Selbstreflexion und kollegialen Austausch:

- Welche Rolle nehme ich gerade in der Gruppe ein?
- Wen sehe ich besonders – und wen übersehe ich vielleicht?
- Welche Dynamik beschäftigt die Gruppe?
- Was braucht die Gruppe beim nächsten Treffen?

Professionelle Reflexion, etwa im Tandem, in kollegialer Beratung oder Supervision, ist keine Zugabe, sondern eine wichtige Grundlage der Gruppenarbeit.

Don'ts: Was Gruppen eher schwächt

Nicht beschämen, pauschalisieren oder diskriminieren

Bloßstellen, abwertende Vergleiche und Schubladendenken können Vertrauen nachhaltig beschädigen. Achte besonders darauf, einzelne Gruppenmitglieder nicht vor der Gruppe vorzuführen – auch dann nicht, wenn ihr Verhalten herausfordernd ist. Sprich möglichst konkret über Situationen und Verhalten, statt Personen festzulegen: Nicht „Du bist immer störend“, sondern zum Beispiel: „Ich nehme wahr, dass es gerade schwer ist, einander ausreden zu lassen.“

Nicht autoritär durchsetzen oder unter Druck setzen

Gruppenleitung braucht Entscheidungen und klare Grenzen. Autorität wird aber problematisch, wenn sie mit Zwang, Einschüchterung oder Bestrafung verbunden ist. Auch ein starkes Bedürfnis, Recht zu haben oder Anerkennung zu bekommen, kann den Blick für die Gruppe verstellen.

Bleibe in Deiner Rolle klar, aber arbeite auf Augenhöhe. Konflikte müssen nicht vermieden werden – sie brauchen einen Rahmen, in dem sie bearbeitet werden können.

Nicht nur senden statt zuhören

Ein Monolog der Gruppenleitung macht aus einer Gruppe schnell eine Unterrichtssituation. Achte darauf, dass Gruppenmitglieder miteinander ins Gespräch

kommen, eigene Erfahrungen einbringen und sich gegenseitig wahrnehmen können. Das bedeutet nicht, dass Du nie erklärst oder Impulse gibst. Entscheidend ist die Balance: Wann braucht die Gruppe Orientierung durch Dich – und wann braucht sie Raum, selbst aktiv zu werden?

Nicht an Methoden oder Zielen festklammern

Methoden sind Hilfsmittel, keine Selbstzwecke. Wenn eine Übung nicht zur Gruppe passt, darfst Du sie verändern, unterbrechen oder weglassen. Gleiches gilt für Ziele: Sie geben Orientierung, sollten aber nicht dazu führen, dass die tatsächliche Situation der Gruppe ignoriert wird.

Gruppenarbeit ist ein gezielter pädagogischer Einsatz von Gruppen. Dafür braucht es Wissen über Gruppenprozesse, Partizipation, Ressourcenorientierung, Reflexion und berufsethische Prinzipien. [gruppenarbeit.info_Notwendiges-Wissen-fuer-Gruppenarbeit.pdf](#)

Zwischen Nähe und professioneller Distanz

Gruppenleitung braucht Beziehung – aber keine privaten Freundschaften mit Gruppenmitgliedern. Nahbarkeit heißt: Du bist ansprechbar, zugewandt und interessiert. Professionelle Distanz heißt: Du bleibst in Deiner Rolle, handelst nicht parteiisch und machst Deine eigenen Bedürfnisse nicht zum Thema der Gruppe. Gerade in konflikthafter Situationen hilft es, nicht frustriert oder impulsiv zu reagieren. Nimm Dir, wenn möglich, einen Moment Zeit, beschreibe Deine Wahrnehmung und entscheide bewusst, wie Du intervenieren möchtest.

Fazit: Gruppenleitung ist eine reflektierte Haltung

Es gibt keine Checkliste, die jede Situation löst. Gute Gruppenleitung zeigt sich darin, aufmerksam zu beobachten, Entscheidungen nachvollziehbar zu treffen und die Gruppe als gemeinsames Geschehen ernst zu nehmen.

Du musst nicht perfekt sein. Aber Du solltest bereit sein, Deine eigene Rolle, Deine Erwartungen und Deine Interventionen immer wieder zu reflektieren. So kannst Du einen Rahmen schaffen, in dem Gruppenmitglieder sich beteiligen, Anerkennung erfahren und miteinander lernen können.



Reflexionsfragen

- Wie gelingt es Dir, die Bedürfnisse einzelner Gruppenmitglieder und die Bedürfnisse der Gruppe auszubalancieren?
- Welche Regeln und Rahmenbedingungen geben Deiner Gruppe Orientierung? Welche davon sollten gemeinsam ausgehandelt werden?
- In welchen Situationen hältst Du zu sehr an einer Methode oder einem Plan fest?
- Wie gehst Du damit um, wenn Du einen Fehler machst oder in einer Situation nicht weiterweißt?
- Mit wem kannst Du Gruppenprozesse und Deine Rolle als Gruppenleitung regelmäßig reflektieren?