

DURCHBLICK


BACKHAUS
KINDER- & JUGENDHILFE

138

Die Zeitung für die Familie
Ausgabe 138
Februar / März 2021
Cool bleiben

KIND im
Mittelpunkt
.....
KiM



COOL BLEIBEN

Cool sein lernen – geht das? 12 / Cool bleiben- oder „In der Ruhe liegt die Kraft“ 9 // Im Alltag als Hauswirtschaftskraft cool bleiben 7 // Die Fabel vom Frosch 20 // Gelassenheit durch Reflexion 21



Sonderthema Corona

Positiv bleiben im neuen Jahr Y. Krieger.....	6
---	---

Leitthema: Cool bleiben

Im Alltag als Hauswirtschaftskraft cool bleiben R. Berends.....	7
Cool bleiben – oder „In der Ruhe liegt die Kraft“ K. Buse.....	9
Cool bleiben A. Hoffmann.....	10
Das coolste Buch C. Röben.....	11
Cool sein lernen – geht das? A. Schmeer-Schröder.....	12
Cool bleiben wie Elefant Elo S. Wiczorkowsky.....	15
Cool bleiben – aber wie funktioniert das? M. Heine.....	17
Ziemlich coole Aktion – Weihnachten im Schuhkarton J. Brack.....	18
Cool bleiben – durch Autogenes Training K. Schwendtner.....	18
Die Fabel vom Frosch A. Hoppe.....	20
Gelassenheit durch Reflexion C. Lichtenborg.....	21

Weitere Themen

Michaela Heine stellt sich vor M. Heine.....	16
Rückführung von jungen Menschen L. Driever.....	21
Das geht uns wirklich alle was an! C. Otten.....	24
Endlich Schnee C. Gerbus.....	26
Der Wunschbaum- Wunschbaumaktion A. B.....	27
Spende zu Weihnachten J. S.....	28
Einführung in das Programm Open Office R. Lihl.....	28
Tierischer Nachwuchs zu Weihnachten K.....	29
„Wie kleine Kerle (wieder) mutig werden“ K. Barth.....	29
Lasagnesuppe K.-A. Skade.....	30
Erziehung per YouTube? H. Austermühle.....	30

Rubriken

Vorwort.....	4
Intro Familie Backhaus.....	5
Wonnepropfen des Monats.....	31
Lösungen Heft Nr. 137.....	32
Rätsel.....	33
Fast das Letzte.....	34
Wissenswertes der BKJH.....	35
Die nächste Ausgabe.....	38

VORWORT

Liebe Leser_innen,

ich denke jede_r von Ihnen kennt Situationen, in denen es sinnvoll wäre, „cool“ zu bleiben und die Ruhe zu bewahren. Das lässt sich so leicht sagen. Im beruflichen und privaten Alltag ist es gar nicht immer so einfach, gelassen zu bleiben – schon gar nicht im aktuellen Lock-down. Das Telefon klingelt in der Dauerschleife, die To-Do-Liste wird immer länger statt kürzer, im Straßenverkehr gibt es diesen einen LKW, der sich bei Regen und ständigem Gegenverkehr einfach nicht überholen lässt und endlich zu Hause angekommen meldet sich ein Bekannter und bittet um Ihre Unterstützung.



KATHARINA STUPP

Durchblick Redaktion
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit
Meppen

Was tun? Sie merken bereits eine innere Anspannung, Sie sind genervt von der Autofahrt und Ihnen „brummt der Kopf“. Gleichzeitig fühlen Sie sich verpflichtet, ihrem Bekannten unter die Arme zu greifen, am besten sofort. Egal, wie schwierig es ist: Sie sollten einen kühlen Kopf bewahren, tief durchatmen und ihre Gedanken sortieren.

Ich versuche mir in solchen Situationen bewusst zu machen, dass es jetzt wichtig ist, etwas für mich zu tun. Etwas, das mich entspannt. Aktivitäten wie Kochen, Rätseln, Meditieren oder ein Spaziergang an der frischen Luft helfen mir dabei, wieder einen klaren Gedanken zu fassen. Mit der neu gewonnenen Gelassenheit kann ich nun meinem Bekannten eine Rückmeldung geben und wenn ich mag den Tag noch einmal entspannter Revue passieren lassen.

Auch meine Kolleg_innen haben sich in dieser Ausgabe mit dem Thema „Cool bleiben“ auseinandergesetzt. Lesen Sie selbst, welche Strategien, Übungen, Geschichten und Bücher sie Ihnen mit an die Hand geben möchten, welche Tipps sie für den Alltag haben und ob „cool sein“ gelernt werden kann.

Darüber hinaus gibt es Fachbeiträge und einen Rückblick auf Aktivitäten aus unserer Einrichtung, die rund um Weihnachten stattgefunden haben. Freuen Sie sich zudem auf ein „Wonnepropfen des Monats“, eine Meldung über tierischen Nachwuchs, die Vorstellung neuer Mitarbeiterinnen und vieles mehr.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude beim entspannten Lesen der neuen Lektüre!

Ihre

Katharina Stupp

INTRO

Liebe Leser_innen,

nun ja ... der erste Gedanke, beim Betrachten des Leitthemas dieser Ausgabe, war folgender: Bei uns in der BKJH geht es genau um das Gegenteil, denn wir bleiben nicht cool, sondern geben Wärme. Beim Lesen der Beiträge dieses Durchblicks durften wir aber feststellen: Die Menschen in der BKJH sind so cool, dass wir uns treu bleiben und dabei gleichzeitig dieses Thema besprechen können. Wir wissen es sogar, in unserer Pädagogik zu nutzen.

Und wie Sie vielleicht in dem ersten Absatz erkennen, gibt es mindestens zwei verschiedene Definitionen von cool: Einmal in dem Sinne, in dem ein Hersteller für Klimaanlage seine Firma genannt hat: die STAY COOL GmbH. Und zum Zweiten im Sinne der „Räuberinnen“, einem feministischen Theaterstück, welches 2019 an den Münchener Kammerspielen aufgeführt wurde: Dem Ensemble war es gelungen, sich mit besonderer Coolness gegen die allgegenwärtige „Gefallsucht“ zu wehren – die Sucht, die dich dazu verleitet, all das zu tun und dich so zu geben, wie du denkst, dass andere dich cool finden. Doch wirklich cool, so denken wir und die Räuberinnen, kannst du erst sein, wenn du das machst, sagst oder trägst, was du möchtest; wenn du die Person bist, die du sein möchtest und dich somit nicht von Gefallsucht steuern lässt.

Natürlich ist Anerkennung weiterhin, besonders im Geiste des Bindungskonzeptes, der Nährboden, auf dem eine gesunde Biographie wachsen kann. Zu sagen, ich bin dermaßen cool, dass mir egal ist, was andere von mir denken, führt mehr zur Vereinsamung als zu einem ausgewogenen Dasein. Doch muss in dieser Sache eines unterschieden werden: Das verzweifelte Kämpfen um Anerkennung ist etwas anderes, als Anerkennung für das zu erhalten, was ich bin. Angenommen zu werden, ohne sich dafür verändern zu müssen, ist die Grundhaltung unseres Bindungskonzeptes.

Den Spagat zwischen Bindung und Coolsein zu erklären (der keiner sein muss), gelingt in dieser Ausgabe besonders Antje Schmeer-Schröder in ihrem sehr zu empfehlenden Beitrag ab S. 12. Und eine weitere Empfehlung muss hier außerdem noch genannt sein: der Beitrag von Sabine Wieczorkowsky ab S. 15, der zwar von Elefantenhaut handelt aber zu Gänsehaut führt.

Herzlich,
Ihre

Familie Backhaus



MARIANNE UND GERHARD BACKHAUS

Gründer_in und Träger_in



SEBASTIAN BACKHAUS

Vorsitzender der Gesellschafterversammlung

POSITIV BLEIBEN IM NEUEN JAHR



Neues Jahr, aber immer noch Corona und damit verbunden Abstand halten, Rücksicht nehmen und Ungewissheit. Ein Zustand, der alle fürchterlich nervt und uns im Lockdown beruflich wie privat viel Disziplin abverlangt. Ich kann verstehen, dass es Tage gibt, an denen wir lustlos sind und uns nach der gewohnten „Normalität“ vor der Krise sehnen oder zumindest nach ein bisschen Planbarkeit.

Wir müssen aber weiterhin durchhalten, so schwer es uns auch fällt! Jede_r sollte seinen/ihren Beitrag im Kampf gegen Corona leisten. Auch wenn wir nicht wissen, wie lange uns das Virus noch begleitet und wann wir die Möglichkeit bekommen, uns impfen zu lassen, dürfen wir jetzt nicht nachlässig werden.

Ich habe Verständnis für alle, denen es schwerfällt, motiviert und gut gelaunt in einen weiteren Tag in der Krise zu starten. Unverständnis habe ich aber für Menschen, die sich nicht an die Maßnahmen halten und durch ihr leichtsinniges Handeln andere Menschen in Gefahr bringen und es in Kauf nehmen, dass sich das Virus weiter ausbreitet.

Die Belastung im Gesundheitswesen ist nach wie vor hoch und auch wir als Organisation sind mit einem Corona-Fall in einer Wohngruppe in das neue Jahr gestartet. Ein junger Mensch ist nach dem Heimaturlaub über die Weihnachtsfeiertage positiv auf das Virus getestet worden. Es folgten weitere Testungen und Quarantäne für die Wohngruppe in enger Absprache mit dem Gesundheitsamt. Zum Glück geht es allen Bewohner_innen und den Mitarbeitenden gut und Dank schnellem Handeln und unserer Hygienepläne, Abstands- und Kontaktregeln, an denen wir weiterhin festhalten, konnte sich das Virus nicht innerhalb der Einrichtung ausbreiten.

In diesem Zusammenhang möchte ich mich ganz herzlich bei allen Kolleg_innen bedanken, die freiwillig diese tolle Arbeit zum

Wohl der bei uns untergebrachten jungen Menschen leisten. Mir ist bewusst, dass Homeschooling mit unseren jungen Menschen herausfordernd ist und es nicht immer leicht ist, Kinder und Jugendliche in Zeiten von Kontaktbeschränkung und minimiertem Freizeitangebot zu beschäftigen und bei Laune zu halten. Ebenso kann ich mir vorstellen, wie schwierig der Spagat zwischen Homeoffice und Kinderbetreuung zu Hause ist. Leider können wir auch weiterhin nur von Tag zu Tag planen und das Bestmögliche aus der Situation herausholen.

Es werden immer wieder Themen und Herausforderungen auf uns zukommen, mit denen wir uns in der Krise auseinandersetzen müssen. Das lässt sich gar nicht vermeiden. Werden wir als systemrelevant eingestuft? Wann gibt es verpflichtende Tests in Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen? Welche konkreten Regeln gelten für uns? Wer wird bei einer Infektion getestet und wer muss in Quarantäne? Wie verhalte ich mich bei Erkältungssymptomen? Das sind nur einige der Fragen, die uns als Einrichtung im Arbeitsalltag beschäftigen.

Entsprechend der verschärften Corona-Maßnahmen von Bund und Ländern im Lockdown bleiben unsere Kontakte auf ein Minimum beschränkt. Dabei steht der Kinderschutz an erster Stelle und Entscheidungen werden zum Wohl der bei uns untergebrachten jungen Menschen individuell und für den Einzelfall getroffen. Wer kann, arbeitet im Homeoffice und statt persönlichem Kontakt tauschen sich die Mitarbeitenden in Video-Konferenzen und Telefonaten aus. Gerade in der Pandemie ist Vorsicht besser als Nachsicht, um die Kolleg_innen und jungen Menschen zu schützen. Das gilt auch für auftretende Erkältungssymptome in der kalten Jahreszeit. Danke an alle, die rücksichtsvoll handeln und nach Rücksprache mit dem/der Vorgesetzten freiwillig in Quarantäne gehen. Nach wie vor sind Zusammenhalt, Verständnis und Geduld gefragt.

Das bedeutet aber nicht, dass wir als Organisation stehenbleiben. Wir haben auch in diesem Jahr spannende Projekte geplant und die Kommunikation einfach der Krise angepasst. Es gibt viele Mitarbeitende, die sich bereits in Arbeitsgruppen engagieren und für die Anliegen der jungen Menschen und Kolleg_innen einsetzen. Gerade suchen wir Mitarbeitende, die Interesse daran haben, eine



YVONNE KRIEGER

Geschäftsführung

Beschwerdestelle im Falle einer Diskriminierung oder Belästigung im Unternehmen mit aufzubauen. Für nähere Informationen möchte ich Ihnen den Bericht unserer Inklusionsbeauftragten Carolin Otten, Seite 24, ans Herz legen.

Ich wünsche uns, dass wir weiterhin so positiv durch die Krise gehen, an einem Strang ziehen,

aufeinander Rücksicht nehmen, Verständnis zeigen, uns gegenseitig den Rücken stärken und stets das Bestmögliche aus der Situation herausholen - auch wenn uns mal wieder Steine in den Weg gelegt werden.

Bei Unsicherheiten und konkreten Rückfragen melden Sie sich gerne jederzeit, Tel. 059 31 5411. Bleiben Sie positiv und gesund!

IM ALLTAG ALS HAUSWIRTSCHAFTSKRAFT COOL BLEIBEN



Als ich im letzten Durchblick einen Artikel über die Arbeit einer Hauswirtschaftskraft in einer Wohngruppe mit jungen Menschen aus der Sicht einer Erziehungsleitung aus Berlin las, kam mir die Idee, aus Sicht einer Hauswirtschaftskraft unseren Arbeitsalltag zu beschreiben.

Dazu kam das Thema dieses Durchblicks „Cool bleiben“! Denn "cool bleiben" heißt es oft in unserem Alltag. ☺

Die Intensivpädagogische Wohngruppe Lingen wurde 2014 eröffnet und seitdem arbeite ich hier als Hauswirtschaftskraft. In meinem beruflichen Werdegang habe ich als gelernte ländliche Hauswirtschaftsleiterin lange in Familien gearbeitet und hatte somit viel mit Kindern zu tun, aber eine Wohngruppe ist dann doch wieder eine ganz andere Herausforderung. Das Schwierigste für mich war zu Beginn nicht die hauswirtschaftliche Arbeit, sondern die eigenen [Emotionen im Griff](#)

zu [haben](#). Es ist zum Beispiel nicht einfach mit anzusehen, wenn ein junger Mensch herzerreißend weint und zu seiner/ihrer Mama möchte; oder ein neu eingezogener kleiner Junge von sechs Jahren mich bei jeder Begegnung im Haus nur anschreit und das mit Worten, die ich hier lieber nicht zitieren möchte. Schön ist dann mitanzusehen, wie manche jungen Menschen sich entwickeln und die Gruppe zusammenwächst. Gerade junge Menschen, die man jahrelang "bekocht" hat und die dann ausziehen: das geht dann schon zu Herzen. Man wünscht ihnen alles Gute, aber man weiß auch, dass es nicht einfach wird und hofft, dass sie einen guten Lebensweg finden.

Ein weiteres Merkmal unserer Arbeit ist [Flexibilität](#). Kurzfristig zieht ein Kind ein, ein Zimmer muss hergerichtet werden oder ein_e Erzieher_in ist krank. Da springt man auch als Hauswirtschaftskraft hier und da mal als Unterstützung mit ein. Da müssen junge Menschen früher essen wegen Arztterminen oder ein Kind ist krank geworden und braucht magenschonendes Mittagessen. Deshalb muss man häufig den "gedanklichen" Arbeitsplan des Tages verwerfen und spontan sein. Wichtige Arbeiten müssen aber trotzdem erledigt werden. Dabei hilft einem die Berufserfahrung und ein gutes Team.

Eine Hauswirtschaftskraft in einer Wohngruppe hat durch ihren Aufgabenbereich eine [Einzelstellung und auch wieder nicht](#). Man ist auch Teil des Teams der Wohngruppe, zusammen mit Hausleitung, Erzieher_innen und Hausmeister. Die Aufgabengebiete gegenüber den Erzieher_innen sind völlig anders und trotzdem überschneiden sie sich. Erzieher_innen erledigen hauswirtschaftliche Tätigkeiten wie zum Beispiel Wäschepflege.



RITA BERENDS

Hauswirtschaftskraft
Intensivpädagogische
Wohngruppe Lingen

Hauswirtschaftskräfte kümmern sich auch um die jungen Menschen. Wir sind auf die gegenseitige Hilfe angewiesen. Nur als Team kann man gut durch die täglich anfallende Arbeit kommen, denn es ist an vieles zu denken und es gibt viel zu erledigen. Doch ein Team kann nur nach längerer Zusammenarbeit entstehen und die Kolleg_innen müssen sich gut verstehen. Unsere Wohngruppe hatte nur wenige Erzieher_innenwechsel in den letzten Jahren. Das ist ein Glück für das ganze Haus. Da spielt die Hausleitung eine große Rolle. Sie führt das Team. Sie gibt uns allen unseren Arbeitsrahmen.

Eine wichtige Eigenschaft bei unserer Tätigkeit im Haus ist die **Umsicht**. Was bedeutet dieses nicht mehr so umgangssprachlich benutzte Wort? Das Internet übersetzt es mit: „vorausschauend, überlegt, mit Bedacht handelnd.“¹

Übersetzt in den Arbeitsalltag bedeutet es, dass ich sehe, wo ich helfen kann, Dinge erledige, auch wenn sie nicht zu "meinem" Arbeitsbereich gehören. Die Küche ist der Anlaufpunkt nach der Schule. Es werden Brotdosen, Mundschutz und Geschichten aus der Schule "abgegeben". Es werden auch mal schwierige Matheaufgaben in der Küche gelöst. Die Wäsche ist ein weiteres schönes Beispiel. Wie in jeder Wohngruppe fällt sehr viel Schmutzwäsche an. Es sind in der Woche zwischen 20 und 30 Waschmaschinenfüllungen, je nachdem, was gerade so los ist. Diese Mengen kann die Hauswirtschaftskraft schon zeitlich nicht alleine erledigen, da zum Beispiel eine Kochwaschladung bei heutigen Waschmaschinen mindestens zweieinhalb Stunden dauert. Da stellen auch unsere Erzieher_innen nachmittags Waschmaschinen an, trocknen die Wäsche im Trockner und falten sie.

Somit erfordert es die Umsichtigkeit aller, dass die Wäsche wirklich sauber und ordentlich gefaltet im Schrank ankommt. Das beginnt mit der richtigen Waschmaschinenbedienung, ordentlichem Falten, richtiger Zuordnung der Wäsche zu den jeweiligen Kindern bis hin zum Einpacken der gewaschenen Kleidung in die jeweiligen Schränke.

Wir Hauswirtschaftskräfte versuchen dem **Haus einen gemütlichen Touch** zu geben durch jahreszeitlich unterschiedliche

Dekoration, bei der oft auch die Erzieher_innen und jungen Menschen mitgestalten. Es soll ein gemütliches und schönes "Zuhause" für die Bewohner_innen sein. Eine Mitbewohnerin unserer Wohngruppe hat zum Beispiel einen lebensgroßen Weihnachtsmann an die Esszimmerscheibe gemalt und eine Erzieherin gleich daneben einen großen Schneemann. (siehe Bild unten).

Das Mithelfen in der Küche ist sehr beliebt bei den Kindern und Jugendlichen unserer Wohngruppe. Junge Menschen, die schon länger bei uns wohnen, haben sich schon viele Fertigkeiten und Kenntnisse angeeignet. Als ein Bewohner sein fünfjähriges Wohnjubiläum hatte, hat dieser eine tolle sehr aufwendige Torte gebacken (siehe Bild vorherige Seite). Unsere kleinsten Bewohner_innen helfen am liebsten beim Kartoffeln schälen oder beim Nachtschiff herstellen mit, denn da kann man so schön probieren.

Seit der Corona-Pandemie haben die Wohngruppenmitglieder viel Zeit zu Hause verbringen müssen. Da war das hauswirtschaftliche Arbeiten oft schwierig. Ein aufgeräumtes Haus blieb oft nicht lange ordentlich, die allgemeine Lautstärke war dank unserer jüngsten Bewohner_innen erhöht.

Da hieß es „cool bleiben“ und sich nicht aufregen, denn auch die Coronazeit ist irgendwann geschafft und alles nimmt wieder seinen gewohnten Gang.



Quelle

¹ Wortbedeutung.info; zu finden unter <https://www.wortbedeutung.info/umsichtig/>; (18.12.2020).

COOL BLEIBEN – ODER - „IN DER RUHE LIEGT DIE KRAFT!“

Auf das vergangene Jahr zurückblickend war der Ausspruch Konfuzius „In der Ruhe liegt die Kraft“ ein Gedankengang, welcher uns auch in der Uckermark oftmals über viele Unsicherheiten hinweghalf.

Ein komisches, herausforderndes Jahr – dieses 2020, geprägt von schönen Erlebnissen in den Winter- und Sommerfreizeiten, vom Zusammenhalt der Mitarbeitenden, aber auch geprägt von Ängsten und Unsicherheiten, welche die Corona-Pandemie hervorrief.

Ging es bereits in den letzten Jahren, zumindest verbal, um eine „Entschleunigung“ in unserem hektischen Arbeitsalltag, kamen wir realistisch eher wenig zum wirklichen Innehalten im Arbeitsalltag, meist getrieben von Terminen und Sachzwängen.

Mit der Corona-Pandemie kamen weitere Herausforderungen auf uns zu. Im Bereich der stationären Hilfen zur Erziehung wurde durch das Herunterfahren des öffentlichen Lebens (insbesondere durch die Schließung von Schulen und Kitas) der Arbeitsaufwand der Erzieher_innen in den Wohngruppen und in den Familien erhöht.

Neben der täglichen Arbeit mit unseren aufgenommenen jungen Menschen kam nun auch noch der Job des/der Lehrer_in / Freizeitanimateur_in / Trainer_in hinzu. Es mussten Lösungen gefunden und umgesetzt werden, Kreativität war gefragt und vor allem musste die Ruhe bewahrt werden.

In der Süddeutschen Zeitung vom 21.12.2011 wird in einem Artikel zur Stressprophylaxe der Schweizer Psychotherapeut und Fachmann für Stress- und Ressourcenmanagement Prof. Urs Peter Lattmann zitiert: „Innere Unruhe beeinträchtigt die Konzentration“ und damit

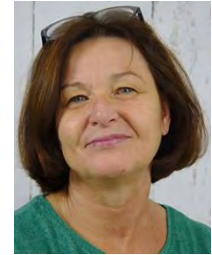
das Vermögen, Wichtiges von weniger Wichtigem zu unterscheiden..... „Das Empfinden andauernden Getriebenseins führe in der Sache in die Irre und im zwischenmenschlichen Umgang in zunehmende aggressive Konfrontationsbereitschaft, selbst bei nichtigen Anlässen. Innere Ruhe bewahren bedeutete also, besonders in diesen besonderen Zeiten, Wichtiges von weniger Wichtigem zu unterscheiden.“¹

Nachdem die ersten holprigen Hürden, insbesondere beim so genannten Homeschooling überwunden waren, half ein strukturierter Alltag, der Wechsel von Ruhe und Bewegung und das Nutzen der Zeit, welche nun zur Verfügung stand, mit den Kindern und Jugendlichen in Beziehung zu bleiben. Ohne Zweifel ist es wichtig, den geforderten Schulstoff nun von zu Hause zu erledigen.

Aber auf Biegen und Brechen? Ist es nun nicht auch eine Chance, Familienleben stressfreier zu leben, weniger Termine, weniger Zusammenkünfte, mehr Zeit zum Spielen, Reden, Spaziergehen und das alles nun mit etwas mehr Entschleunigung?

Wer in sich ruhend im Leben steht, weiß, dass es selten etwas gibt, was nur eine Facette hat. Wir alle wünschen uns eine Rückkehr ins normale Leben, wann dies so sein wird, wissen wir nicht, aber die Ruhe zu bewahren, ist in Corona- wie auch in normalen Zeiten, für die eigene Gesundheit und die zwischenmenschlichen Beziehungen förderlich. Schwierige Situationen müssen meistens in mehreren Schritten gemeistert werden, da hilft keine Hektik und kein Stress. Es bedarf innere Ruhe, denn: „In der Ruhe liegt die Kraft“.

[In diesem Sinne Ruhe bewahren und gesund bleiben.](#)

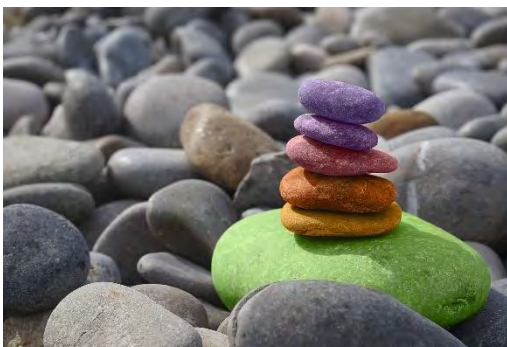


KERSTIN BUSE

Erziehungsleitung
Uckermark

Quelle

Süddeutsche Zeitung: In der Ruhe liegt die Kraft von H. Volk (21.12.2011); <https://www.sueddeutsche.de/karriere/stress-und-burn-out-in-der-ruhe-liegt-die-kraft-1.31270>; (11.01.2021).





Das ist bei den Anforderungen im Alltag manchmal gar nicht so leicht. Sowohl privat als auch beruflich hat man oft ein ganz schönes Pensum zu erledigen und gefühlt hat der Tag viel zu oft viel zu wenig Stunden. Da passiert es dann schon mal, dass man etwas vergisst oder etwas nicht ganz so Dringendes auf morgen verschiebt. Leider hat das manchmal zur Folge, dass der nächste Tag noch voller ist und man noch weniger Zeit hat und noch mehr zu tun hat... und leider noch sehr viel weiter davon entfernt ist cool zu bleiben!

Dabei gibt es durchaus Strategien und Techniken, die einem das Leben erleichtern können. Dazu gehört natürlich etwas Übung und auch hier muss man sich erstmal dazu aufraffen, aber es könnte hilfreich sein. ☺

Einige dieser Strategien möchte ich heute vorstellen:

„Fünf-Ordner-Strategie>Chaos minimieren

Diese Strategie hilft dabei, die Ablage besser zu sortieren und das Chaos in den Griff zu bekommen.

1. Platz schaffen für fünf Ordner (am besten in der Nähe des Bearbeitungsortes von Post/Rechnungen)
2. Fünf Hauptkategorien festlegen: zum Beispiel Versicherungen, Auto, Wohnen, Gesundheit, Bank
3. Nur, wenn zwingend nötig: Erstelle Unterkategorien für die Hauptkategorien (zum Beispiel Versicherungen in Lebensversicherung, Hausrat etc.)
4. Bearbeitete Unterlagen werden direkt einsortiert.

Diese Strategie kann wunderbar ergänzt werden mit der:

OHIO-Technik> Papierchaos und Bürokratie in den Griff bekommen

Diese Methode hilft bei Problemen mit der Ablage und unerledigten Rechnungen. OHIO steht für „only handle it once“, was bedeutet: jedes Ding wird nur einmal in die Hand genommen.

1. Der gesamte Papierkram wird immer an einem Ort erledigt. Ein Ablagekorb kann sinnvoll sein, in dem die Briefe/Rechnungen gesammelt werden

2. Regeln für Rechnungen festlegen zum Beispiel Zahlung sofort nach Eingang, am Ende der Woche oder am Monatsende

3. Zubehör in der Nähe haben: Stifte, PIN, PC etc. sollten greifbar sein. So soll kein Zeitverlust durch Suchen entstehen und die Gefahr, dass man durch Spannenderes abgelenkt wird, minimiert sich.

4. Einen Termin in den Kalender eintragen für die Bearbeitungs- und Sortierzeit: Dieser sollte eingehalten werden, wie andere wichtige Termine auch!

Salami-Taktik>komplexe Aufgaben besser bewältigen

Diese Methode hilft dabei, Dinge zu Ende zu bringen, Überforderung zu reduzieren und die „Aufschieberitis“ zu überwinden.

1. Das Ziel wird schriftlich festgehalten
2. Überlegen, welche Teilschritte zur Bewältigung der Aufgabe notwendig sind und dann diese Teilschritte in der richtigen Reihenfolge notieren

3. Überprüfen, ob die Durchführung realistisch ist und festlegen, wie viele Schritte am Tag bewältigt werden können

Mit diesem Plan können die Handlungen Schritt für Schritt abgearbeitet werden und man kommt seinem Ziel stetig näher

ABC-Technik> bessere Aufgabenbewältigung
Diese Methode hilft beim Verzetteln bei Arbeitsaufgaben und bei Problemen in der Arbeitsorganisation und im Zeitmanagement. Anstehende Aufgaben nicht auf einzelnen Zetteln notieren (Gefahr, diese zu verlegen/vergessen), sondern im Kalender oder Notizbuch.

Die Aufgaben dieser To-Do Liste werden nun der entsprechenden Priorität zugeordnet:

1. A-Aufgaben

Sehr dringende Aufgaben, die kurzfristig erledigt werden müssen

2. B-Aufgaben

Auch wichtig, aber eben nicht ganz so wichtig. Man muss sie erledigen aber eben nicht sofort.

3. C-Aufgaben

Aufgaben mit dieser Priorität sind nicht besonders wichtig. Oftmals machen aber gerade diese Aufgaben besonders Spaß und sollten kritisch betrachtet werden. Meist können diese Tätigkeiten gestrichen werden.



ANNEKA HOFFMANN

Psychologischer Dienst
Meppen

„Mach mal Pause“-Strategie > einen klaren Kopf bewahren

Diese Methode hilft bei der Entspannung, Regeneration und der Steigerung der Produktivität. Auch unser Gehirn braucht, wie jede_r Spitzensportler_in, Zeit zur Regeneration.

Die Leistungsfähigkeit ist am höchsten, je balancierter das Verhältnis zwischen Be- und Entlastung ist.

1. Jede halbe Stunde circa fünf Minuten oder jede Stunde circa zehn Minuten Pause
2. Kurz vom Arbeitsplatz aufstehen und zum Beispiel kurz etwas trinken gehen, lüften oder kurz die Muskulatur lockern. Das fördert die Zusammenarbeit der beiden Hirnhälften.
3. Auf die fünf Sinne konzentrieren:
 - Fünf Dinge gedanklich beschreiben, die man

sieht.

- Vier Dinge gedanklich beschreiben, die man spürt.
- Drei Dinge gedanklich beschreiben, die man hört.
- Zwei Dinge gedanklich beschreiben, die man riecht.
- Eine Sache gedanklich beschreiben, die man schmeckt.

4. Ein Bild vom letzten Urlaub auf den Schreibtisch stellen und die Gedanken in der Pause an diesen Ort schweifen lassen. Ganz bewusst die angenehmen Gefühle erleben, die damit verbunden sind.

5. Kurz spazieren gehen

Mehrere kleine Pausen im Arbeitsalltag steigern die Produktivität!¹

Quelle

1 ADHS im Alltag: Die besten Strategien für ein besseres Selbstmanagement; zu finden unter: https://www.adhs-ratgeber.com/www/adhs_selbstmanagement.pdf; (16.12.2020).

DAS COOLSTE BUCH

„Mach dieses Buch fertig – immer und überall“

Ein cooles Buch für –besonders-heranwachsende junge Menschen zu finden, ist oft gar nicht so einfach! Lesen ist nicht immer das Coolste – sicherlich teils Erziehungssache, hat aber auch mit Überzeugungsarbeit zu tun.

Nach der Schule noch zusätzlich zu lesen, trägt einerseits zu einem besseren Verständnis bei und andererseits heißt es die jungen Menschen dazu zu befähigen, ihr Wissen zu erweitern. Motivationsarbeit ist angesagt und abwechslungsreiche Angebote.

Hier möchte ich ein Buch vorstellen, welches dazu motiviert, selbst etwas an der Geschichte beizutragen. Sicherlich ein Buch der anderen

Art, mit viel Platz für Kreativität, Humor und Freude am „fertig machen“. Es beginnt folgendermaßen:

„WARNUNG: Bei der Arbeit an diesem Buch machst du dich möglicherweise schmutzig. Wahrscheinlich bekleckerst du dich mit Farbe oder mit anderen obskuren Substanzen. Du wirst nass werden. Du wirst womöglich zu Handlungen aufgefordert, die dir mehr als fragwürdig erscheinen. Vielleicht trauerst du dem perfekten Zustand nach, in dem sich dieses Buch ursprünglich befand. Es könnte sein, dass du plötzlich überall schöpferische Zerstörung entdeckst. Möglicherweise macht es dein Leben spannender.“¹

[Nachfolgend einige Ausschnitte:](#)

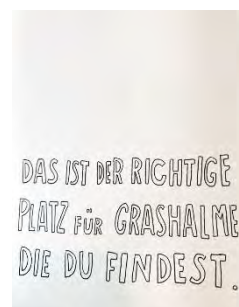
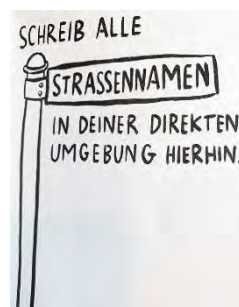
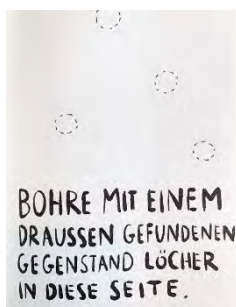


CLAUDIA RÖBEN

Bereichsleitung

Quelle

1 Vorwort „Mach dieses Buch fertig – immer und überall“ von Keri Smith.



COOL SEIN LERNEN – GEHT DAS?



Cool sein ist für die meisten Kinder und Jugendlichen ein erstrebenswerter Zustand. Es wird gleichgesetzt mit angesagt, beliebt und anerkannt sein, aber auch mit Selbstbewusstsein, Mut, Schlagfertigkeit, bestimmten Fähigkeiten und vielem mehr. Auch der Besitz von gerade angesagten neuesten Techniken, das Sehen von bestimmten Filmen, das Spielen des neuen PC-Spieles, das Tragen von bestimmten Kleidungsstücken,...

Hier geht es um Trends, denen sich kaum jemand entziehen mag – vor allem während bestimmter Altersphasen, in denen die Gruppe der Gleichaltrigen von allerhöchster Bedeutung für die eigene Bestätigung und Identitätsbildung ist. Cooles Verhalten bestimmt darüber, ob ein Kind oder ein Jugendlicher anerkannt wird oder nicht. „Uncool“-Sein ist oft ein vernichtendes Urteil der anderen, was zudem nur schwer revidierbar ist.

Kinder mit einem „von Haus aus“ gut ausgestattetem Selbstwert haben im Ringen um Anerkennung in der Regel keine massiven oder grundsätzlichen Probleme. Sie haben durch von Beginn an stabile Bindungserfahrungen (also ab Schwangerschaft und Geburt!) Sicherheit und Wertschätzung erlebt und können sich in ihrem so-sein anerkannt und geliebt fühlen. Wenn diese Kinder im Verlauf ihrer Entwicklung je nach Altersstufe außerhalb ihrer Familie ihren jeweiligen Platz in Gruppen wie im Kindergarten, in der Schule, bei Spielpartner_innen und Freundescliquen suchen, kann es natürlich auch bei ihnen zu Irritationen, Frustrationen, Konflikten, Traurigkeit und Wut führen.

Sie besitzen jedoch gutes Rüstzeug, um mit diesen Herausforderungen umzugehen und sie haben meistens auch den andauernden

permanenten Rückhalt durch ihre nahen Bezugspersonen – meistens in der Familie. Sie sind mehr oder weniger gut in der Lage, die eigenen Gefühle wahrzunehmen, zu benennen, zu reflektieren und jeweils auch zu regulieren. Auch dabei erfahren sie immer wieder die Hilfe



ANTJE SCHMEER-SCHRÖDER

Erziehungsleitung
Bippen

ihrer Bezugspersonen, bis sie mit fortschreitendem Alter immer selbständiger dazu in der Lage sind. Es gelingt ihnen damit, sich in sozialen Kontexten sicher und angemessen zu verhalten, ihre ganz eigene Persönlichkeit zu entwickeln und gleichzeitig sozial kompetent mit anderen im permanenten Austausch zu sein.

In Konflikten sind sie fähig, Lösungsstrategien abzurufen und umzusetzen, wobei eigene Ziele und Wünsche nicht aus den Augen verloren, die der anderen aber ebenso berücksichtigt werden. Eigene Grenzen und die der anderen sind präsent und haben schützende Funktion für alle Beteiligten.

Diese Kinder und Jugendlichen werden von anderen oft als „cool“ wahrgenommen, weil sie selbstbewusst sind, Interessen und Ziele verfolgen und soziale Kompetenzen aufweisen. Sie sind als Freund_innen gefragt, auch mit ihren Schwächen und Eigenarten.

Kinder dagegen, die seit frühester Kindheit eher instabile oder negative Erfahrungen gemacht haben, starten mit völlig anderen Voraussetzungen in ihr Leben in sozialen Gemeinschaften. Vernachlässigung, Gewalterfahrung, psychische Erkrankungen oder Suchtproblematik von Eltern innerhalb eines Familiensystems gehen so gut wie immer einher mit gestörten Bindungsmustern. Oft spielen auch frühe Traumatisierungen eine



erhebliche Rolle. Das Kind erlebt keine Verlässlichkeit und erhält nicht den zur eigenen Persönlichkeits-entwicklung so nötigen sicheren Rahmen. Ein positiver Selbstwert kann nicht oder nicht vollständig entwickelt werden – stattdessen wird die Welt als feindlich und bedrohlich erlebt und die eigene Person als deren Opfer.

Diese Kinder erleben oft permanenten inneren Stress und kleinste Ereignisse können Affekte auslösen, die als völlig unangemessen und überzogen erscheinen. (In der Traumaforschung gibt es hierzu immens viele Erkenntnisse, die in zahlreichen Publikationen abrufbar sind.)

Diese Kinder reagieren in den alltäglichen Situationen im Gruppengeschehen absolut nicht „cool“, sondern mit einem Höchstmaß an Erregung, mit ungesteuertem und impulsiven Verhalten, mit Wut und Aggressivität, mit Schuldzuweisungen, mit massiver körperlicher Unruhe, mit Lautstärke, störendem und provozierendem Verhalten, aber auch mit innerem Rückzug, Angst, Erstarrung, Depression, etc.

In Kindergarten und Schule entstehen daher immer wieder Konflikte mit anderen Gleichaltrigen, aber auch mit Erzieher_innen und Lehrer_innen, die dem Geschehen oft hilflos und überfordert gegenüberstehen.

In der alltäglichen pädagogischen Arbeit mit diesen Kindern ist es wichtig, ihnen gerade wenn sie älter werden, zusätzliche Hilfen anzubieten. Mithilfe von Therapien und Trainings können sie lernen, Gefühle bei sich und anderen wahrzunehmen oder zu erkennen, diese einzuordnen und die daraus resultierenden Verhaltensweisen zu reflektieren.

Ein sehr hartes Stück Arbeit ist es, sich von den in Sekundenbruchteilen aufblitzenden und sich sofort flächenbrandmäßig ausbreitenden Gefühlen nicht sofort leiten und überwältigen zu lassen, sondern ein inneres „Stopp“-Schild



zu installieren. Diesen kurzen Moment des Innehaltens braucht es, damit das Kind seine Affekte beherrschen lernt. Es kann sich dann zum Beispiel kurz aus der Situation herausziehen, indem es Abstand hält oder den Raum verlässt, die Anspannung durch Bewegung abbauen, einen Stressball kneten oder auf Papier kritzeln, etwas essen oder trinken, etc.

Alles, was die Situation durch Verlassen oder Umleiten deeskalieren lässt, kann helfen. Hierbei sind die pädagogischen Kräfte gefordert, im Vorfeld gemeinsam mit dem Kind Strategien zu vereinbaren, die dann im „Ernstfall“ hilfreich sind. Es sind dann also keine Strafen, die überraschend verhängt werden, sondern den Beteiligten bekannte Hilfestellungen!

Zusätzlich und aufbauend auf der „Gefühlsarbeit“ müssen Kinder mit ungünstigen Lebensgeschichten eigene Grenzen und die der anderen oft erst mühsam lernen, weil sie dafür in ihrer frühesten Kindheit durch emotionale Vernachlässigung, gestörte Bindungsmuster und oftmals am eigenen Leib erlebte Grenzüberschreitungen kein sicheres Gefühl entwickeln konnten. Was andere Kinder gleichsam intuitiv können, müssen sie sich antrainieren.

Das bedeutet, dass sie ihre gesamte Wahrnehmung von sich selbst und der Welt in Frage stellen und erkennen lernen müssen, dass sie zum Beispiel aktuell nicht Opfer sind, sondern selbstverantwortlich Handelnde und mit Eigenanteilen Agierende. Sie müssen lernen, Perspektiven auch von anderen einzunehmen und ihr eigenes Verhalten darauf abzustimmen.

In entsprechenden (Coolness)Trainings werden dazu schrittweise verschiedene Methoden der Konfrontation mit dem eigenen Tun angewandt sowie Übungen zur Selbstreflektion, zur Gefühlsarbeit und Gefühlsregulation. Konzepte und Ansätze, die





zumindest anteilig aus der Systemischen Beratung und Therapie hervorgehen, sind dabei stark vertreten. Die Trainings finden alleine, oft aber auch in Gruppen, beziehungsweise in ganzen Schulklassen statt. Ausgrenzung und Mobbing sind immer wiederkehrende Themen.

Wer oder was ist cool – wer oder was nicht? Warum kann ich nicht auch cool sein? Bin ich cool, wenn ich die Coolen nachahme? Warum erhält jemand, der cool ist, Bewunderung und Anerkennung für sein Tun, ich aber werde für das Gleiche abgelehnt oder bestraft?

Diese Fragen beschäftigen gerade Jugendliche oft stark, die über weniger soziale Kompetenzen verfügen als andere. Sie gehen mit großer Verzweiflung und Trauer oder Wut und Nicht-Verstehen einher. Sie fühlen sich alleine und abgelehnt, agieren dann umso heftiger und erreichen damit oft leider erst Recht das Gegenteil des Gewünschten.

Sie brauchen dringend Hilfe von den sie umgebenden Familien, Pädagog_innen, Lehrer_innen, Therapeut_innen und Trainer_innen. Es ist dabei notwendig, dass sich das Helfersystem gut miteinander vernetzt und regelmäßig miteinander kommuniziert.

Ziel muss es sein, den/die Jugendliche_n zu befähigen, Verantwortung für das eigene Handeln zu übernehmen und das Verhalten bereits im Vorfeld darauf abzustimmen, beziehungsweise zu regulieren. Alle, auch sehr kleine Erfolge auf diesem Weg, müssen wahrgenommen, benannt und regelrecht

gefeiert werden. Die Konzentration auf negative Vorfälle soll reduziert werden. Das ist nicht gleichzusetzen mit Klein- oder Wegreden und natürlich müssen Konsequenzen folgen! Aber der Fokus soll auf die verfügbaren Ressourcen des/der Jugendlichen und die daraus gemeinsam entwickelten Strategien gerichtet werden: Wie kannst du deine Affekte beherrschbar machen und Gefühle regulieren, damit du Konflikte somit zumindest teilweise vermeidest? Und was tun wir, wenn das in einer Situation nicht (mehr) möglich ist? Welche deeskalierenden Strategien haben wir im Vorfeld mit dir erarbeitet und setzen sie ein, damit die Kontrolle behalten oder zurückgewonnen werden kann?

Hierbei ist sowohl die Kontrolle des/der Jugendlichen über die eigenen Gefühle und das eigene Tun, sowie die Kontrolle des/der Helfer_in über die Situation gemeint, in der ja oft auch andere Anwesende gesehen oder geschützt werden müssen.

Der/die Jugendliche hat also ein enorm großes und breit gefächertes Arbeitsfeld zu beackern (das Helfersystem somit auch) und es liegt auf der Hand, dass dies nicht in einigen Monaten oder ein paar „Sitzungen“ getan ist.

Er/Sie braucht dazu an erster Stelle neben der eigenen Motivation zugewandte und belastbare Menschen, viel Zeit, Toleranz bei Misserfolgen und Rückschlägen, Ermutigung und eine gute Portion Humor von allen Beteiligten.

Kurz: EIN COOLES UMFELD!!!



Literatur zum Thema

Maike Lohmann: „Traumatisierte Schüler in Schule und Unterricht“, AOL-Verlag.

Udo Baer: „Traumatisierte Kinder sensibel begleiten“, Beltz-Verlag.

Ben Furmann: „Ich schaffs!“, Carl-Auer-Verlag.

Ben Furmann u.a.: „Linda zähmt den Tiger“, Carl Auer-Verlag.

Scholz: „Stärken-Schatzkiste für Therapie und Beratung“ (Impuls-Karten), Beltz-Verlag.

Gerald Hüther: „Wie aus dem Stress Gefühle werden“, Vandenhoeck & Ruprecht Verlag.

Gerald Hüther: „Gehirnforschung für Kinder- Felix und Feline entdecken das Gehirn“, Kösel-Verlag.

COOL BLEIBEN WIE ELEFANT ELO

„Mensch ärgere dich nicht“ passt in vielen Situationen, in denen ein junger Mensch zu den Pädagog_innen in unserer Einrichtung kommt und sich beschwert: „Der hat mich geschupst“, „Die hat mich angeschrien“, „Die hat mir den Ball weggenommen“ etc. Solche und ähnliche „Dramen“ spielen sich täglich in der Jugendhilfe ab.

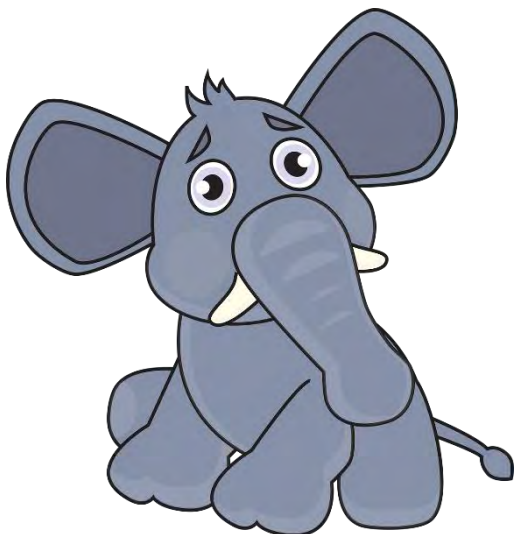
Und da ist es manchmal richtig gut, sich eine „dicke Haut“ zuzulegen. Gerade dann, wenn andere einen ärgern und provozieren wollen. Tief durchatmen, cool bleiben und sich auch für manche Situationen eine Strategie zurechtzulegen, kann sinnvoll sein. Zum Beispiel laut und deutlich Stopp sagen, wenn ich etwas nicht möchte! Das sind häufig Handlungsalternativen, die ungewohnt sind und mit den jungen Menschen erst eingeübt werden müssen.

Die nachfolgende Geschichte eignet sich wunderbar, um mit den jungen Menschen ins Gespräch und ins Handeln zu kommen.

„Die Geschichte von dem Elefant Elo, der sich nicht mehr rot ärgern wollte.

Kennt ihr eigentlich die Geschichte von dem Elefant Elo? Elo lebt in Afrika, wo viele Elefanten leben. Elo hatte einen langen Rüssel und zwei kurze Zähne, denn Elo war erst acht Jahre alt. Eigentlich sah er genauso grau und groß aus wie alle anderen Elefanten in seiner Familie. Doch etwas war anders: Wenn Elo sich ärgerte, wurde er plötzlich am ganzen Körper rot wie eine Tomate und weil er sich dann noch mehr ärgerte, fing er sogar noch an zu leuchten.

Das passierte ihm zum ersten Mal, als sich eine kleine Maus über ihn lustig machte. Die rief: „Hallo Elo, Helo, Belo, Celo hahaha!“ Da wurde



Elo so wütend, dass er plötzlich ganz rot wurde, so wie eine Tomate. Am Abend, als Elo über die freche Maus nachdachte, fing er sogar an, wie eine rote Ampel zu leuchten und alle Elefanten staunten. Am nächsten Tag wusste es der ganze Urwald: Wenn man Elo ärgert, wird er rot wie eine Tomate und fängt sogar an zu leuchten.

Als Elo bei den Affen vorbeilief, riefen alle: „Elo, Belo, Celo!“ und Elo wurde wieder rot. Wütend rannte er weiter zu den Löwen. Die riefen: „Seht nur, da kommt Elo –der rote Elefant!“ Und Elo wurde noch roter. „Oh“, riefen die Vögel, „schaut nur, er sieht aus wie ein leckerer, leuchtender Apfel. Hmhmhm!!!“ Schnell rannte Elo in eine dunkle Höhle, damit ihn niemand mehr sehen konnte. Als Elo eintrat, erleuchtete sogar die Höhle in einem flammenden Rot. Dennoch schlief er schnell ein, weil Sich-Ärgern sehr müde machte.

Am nächsten Morgen war er wieder grau. Als er aus der Höhle kam, traf er seine kleine Schwester Lilo. Sie hatte die ganze Nacht nach Elo gesucht. Lilo rief: „Elo, da bist du ja. Ich habe die ganze Nacht nach dir gesucht.“ Da erzählte Elo ihr, was ihm alles passiert war: Von der Maus, von den Affen, den Löwen und den Vögeln und dass er so rot leuchtet, wenn er sich ärgert.

Dabei wurde Elo ganz traurig. Da sprach seine Schwester Lilo: „Oh weh Elo, das ist doch alles gar nicht so schlimm. Du bist doch ein großer Elefant und da ärgerst du dich über eine kleine Maus? Oder über den frechen Affen, die sich immer über andere lustig machen? Über die Vögel und die Löwen? Armer Elo, wenn wir großen Elefanten uns ständig über jedes andere Tier ärgern würden, dann würden wir alle so leuchten wie du. Aber rate mal, warum wir Elefanten so eine dicke Haut haben? Elo überlegte und meinte: „Ich weiß es nicht.“ Lilo flüsterte: „Wir haben eine so dicke Haut, damit wir uns über nichts, über gar nichts zu ärgern brauchen.“

Und wenn dich beim nächsten Mal jemand ärgert, stell dir doch einfach vor, dass durch deine dicke Haut gar nichts hindurchgeht. Und das klappt.“ „Das klappt?“, fragte Elo unsicher. „Das klappt ganz bestimmt“, erwiderte Lilo mit fester Stimme.

Als die beiden Elefanten so liefen, kamen sie bei den Vögeln vorbei. Die schrien: „Hallo Elo, Belo, Celo, leuchte mal!“ Und schon wollte sich Elo wieder richtig ärgern. Sein Rüssel und seine Ohren begannen schon rosa anzulaufen.



SABINE WIECZORKOWSKY

Stellv. Leitung und
Bereichsleitung

Da erinnerte er sich an den Tipp seiner Schwester Lilo und sagte zu sich selbst: Pah, ich habe die dickste Haut auf der ganzen Welt, ihr Vögel könnt mich gar nicht ärgern. Und was meint ihr, was geschah...?

Elo wurde ganz schnell wieder so grau wie vorher. Alle Vögel schnatterten: „Habt ihr das gesehen? Elo leuchtet nicht mehr. Er lässt sich nicht mehr ärgern.“ Dann kamen sie bei dem Löwen vorbei. Auch die wollten sich einen Spaß machen und riefen: „He, Elo leuchte doch mal für uns, es ist so dunkel, hahahaha.“ Oh, ein wenig musste sich Elo schon über die Löwen ärgern, doch diesmal wurde nur noch die Spitze seines Rüssels rosa.

Wieder sprach Elo zu sich selber: Ha, ihr kleinen Löwen, ich habe die dickste Haut auf der Welt, ihr könnt mich gar nicht ärgern. Da wurde der Rüssel sogleich wieder grau. Als sie bei den Äffchen vorbeikamen, schaute Lilo ihren Bruder prüfend an. Würde er es schaffen, sich von den Affen nicht ärgern zu lassen? Was meint ihr?

Schon schrien die Affen im Chor: „Elo, ist rot, Elo ist rot, leuchtet wie ein Butterbrot.“ Da lachte Elo und antwortete: „He, ihr Affen, ich glaube, ihr könnt nicht richtig sehen. Wo bitte

schön bin ich rot? Und seit wann können denn Butterbrote leuchten?“ Da waren die Affen zum ersten Mal in ihrem Leben sprachlos. Dann wunderten sie sich nur noch: Was ist denn mit Elo los, den kann man ja gar nicht mehr ärgern, komisch. Schließlich kamen sie am Haus der kleinen Maus vorbei. Die rief: „Hallo Elo, Belo, Celo, Delo.“ Da lachte Elo und antwortete: „Hallo Maus, Saus, Braus, Laus!“, und marschierte fröhlich weiter.

Am Abend sprach Lilo zu ihrem großen Bruder: „Weißt du was, Elo?“ „Nein“, antwortete Elo. „Ich bin ganz schön stolz auf dich, Bruder. Du bist heute nämlich ein richtig großer Elefant geworden.“

Und wisst ihr, was dann geschah? Diesmal begannen Elos Ohren ganz bunt zu leuchten, aber nicht vor Ärger, sondern weil er sich sehr freute.¹

Kleine Anregung:

Praktisch kann Elo ganz schnell in die Wohngruppe und/oder Profifamilie@ einziehen. So kann als gemeinschaftliche Aktion ein Elefant auf Papier gemalt werden. Die dicke Haut des Elefanten wird dann durch verschiedenste Materialien gestaltet. Der Phantasie sind da keine Grenzen gesetzt...

Quellen

1 Hoffmann, K., Lilienfeld-Toal, V., Metz, K., Kordelle-Elfner, K. (2002) „Stopp Kinder gehen gewaltfrei mit Konflikten um. S.39-46.

Foto: pixabay/grafikacesky.

MICHAELA HEINE STELLT SICH VOR

Hallo zusammen!

Mit einigen Mitarbeiter_innen hatte ich bereits Kontakt – dennoch möchte ich mich gerne auch in diesem Rahmen kurz vorstellen:

Ich bin Michaela Heine und wohne in Meppen. Ich bin verheiratet und habe zwei erwachsene Kinder und einen Hund. Seit dem 01. August 2020 bin ich bei der BKJH als Teamleitung der Personalabteilung tätig. Ich fühle mich hier sehr wohl – alle Kolleginnen und Kollegen haben mich sehr herzlich aufgenommen, wofür ich mich hiermit auch sehr herzlich bedanken möchte. Durch die Offenheit und Kollegialität erhalte ich eine gute Einarbeitung und es kommen jeden Tag immer noch sehr viele neue Informationen für mich hinzu.

Zuvor war ich 14 Jahre im Personalwesen eines mittelständischen Maschinenbaubetriebs tätig. Obwohl mir die Arbeit dort auch viel Freude bereitet hat und ich mich mit allen Gegebenheiten sehr gut auskannte, war es für mich doch Zeit, etwas Neues zu beginnen. Nun ist ein Maschinenbaubetrieb kaum vergleichbar mit einer sozialen Einrichtung – dennoch gibt es viele Parallelen, sodass ich viele meiner Erfahrungen und Kenntnisse in die BKJH einbringen kann.

Ich freue mich auf viele spannende Herausforderungen und weiterhin so gute Zusammenarbeit!

[Herzliche Grüße,](#)
[Michaela Heine](#)



MICHAELA HEINE

Teamleitung
Personalabteilung

COOL BLEIBEN – ABER WIE FUNKTIONIERT DAS?



Kennen Sie das auch? Morgens müssen die Kinder fertig angezogen werden und frühstücken, was bei zwei aufmüpfigen Kleinkindern und Termindruck schon eine Herausforderung ist. Man bringt sie per Rundreise an ihren Bestimmungsort und fährt dann selbst, bereits schon etwas genervt, zur Arbeit.

Nach einem stressigen Arbeitstag holt man seine Kinder, per Rundreise, wieder ab und da alle, man selbst eingeschlossen, hungrig und müde sind, wird es Zeit, das Essen auf den Tisch zu bringen. Wenn man nicht gerade jederzeit bestens organisiert ist, fehlt immer irgendetwas, was man dann noch schnell einkaufen muss. Zeitgleich wartet aber auch der Hund sehnsüchtig auf seinen Gassi-Gang und man hat im Blick, dass die Hausaufgaben auch noch gemacht werden müssen, bevor die Nachbarskinder zum Spielen vor der Tür stehen.

Zwischendurch ruft die Oma an und fragt, ob man noch mal eben ein paar Dinge für sie erledigen kann und selbstverständlich vergisst man auch die allein erziehende Schwester nicht, die kurzer Zuwendung bedarf. Und neben der eigenen Haus- und Gartenarbeit soll man natürlich auch stets die gute Laune behalten und sich um alles und jeden kümmern. Zuviel? Und dabei soll man dann cool bleiben? Nun, das gelingt bestimmt mal mehr, mal weniger gut.

Was bedeutet es eigentlich, cool zu bleiben? Im Englischen steht es für: „kühl oder kalt“. In der Jugendsprache wird mit dem Wort COOL etwas besonders Positives verbunden.¹

Schlägt man das Wort im Duden nach, steht es für „Ruhe bewahrend“, nicht nervöse Haltung. Wir verbinden damit eine gelassene Haltung, distanziert, ohne Erregung.²

Aber wie erreicht man mehr Gelassenheit, Geduld und Ruhe?

Nun, da wir Menschen alle unterschiedlich ticken, ist das, was für den einen gut ist nicht zwangsläufig für jedermann geeignet. Mancher findet beim kurzen Anblick einer Grünfläche oder eines Sees schon seine innere Ruhe. Andere erreichen einen ruhigen Zustand zum Beispiel beim Yoga und wieder andere müssen sich erst einmal beim Sport auspowern, um schließlich innere Ruhe und Gelassenheit zu erlangen – und selbst dann wird es immer wieder Situationen zum „aus der Haut fahren“ geben.

Daher habe ich hier ein paar Tipps für euch – vielleicht ist ja für den_die eine_n oder andere_n etwas dabei – so stay cool and healthy! Michaela Heine

Tipps für mehr Ruhe und Gelassenheit (Coolness):

- Über „qualitrain“ beim Meditation-Coach (derzeit „7Mind“) anmelden oder bei den online Kurs-Videos mitmachen – hier ist zum Beispiel von All Level Yoga über Bodybalance und Sixpack-Kursen bis hin zu Stretch & Relax alles vertreten.
- Es gibt aber auch diverse andere Meditations-Apps (googelt mal).
- Entspannungstechniken, zum Beispiel progressive Muskelentspannung (werden zum Beispiel von der Techniker Krankenkasse als online-Kurs angeboten).
- An den freien Tagen ausgiebige Spaziergänge/Radtouren machen – mit oder ohne Hund.
- Sich auch mal Zeit für sich nehmen und einfach etwas Schönes machen, was einem guttut.
- Gerade an dunklen Tagen: öfter mal lächeln – das wirkt manchmal Wunder.



MICHAELA HEINE

Teamleitung
Personalabteilung

Quelle

1 Wikipedia: Cool;
<https://de.wikipedia.org/wiki/Cool>;
(04.01.2021).

2 Duden: cool;
<https://www.duden.de/rechtschreibung/cool> (04.01.2021).

ZIEMLICH COOLE AKTION - WEIHNACHTEN IM SCHUHKARTON



Im Dezember 2020 hat die Intensivpädagogische Wohngruppe (IPW) Lingen wieder an der Aktion „Weihnachten im Schuhkarton“ teilgenommen.

Die Päckchen werden nicht nur in Deutschland gepackt. Weltweit ist es die beliebteste Geschenkaktion und sie wird international „Operation Christmas Child“ genannt. So nehmen auch Länder wie Australien und Neuseeland, Kanada, Großbritannien, die Vereinigten Staaten, Spanien und Finnland an der Aktion teil.¹ Im Jahr 2019 wurden weltweit insgesamt 10.569.405 Schuhkartons gepackt, davon kamen rund 326.491 aus Deutschland.

Die gepackten Päckchen werden in viele verschiedene Länder versendet, um dort Kindern, die nicht so viel haben, „mehr als einen Glücksmoment“ zu schenken. Unter genau diesem Motto steht die Aktion auch. Unter anderem gehen die Päckchen nach Weißrussland, Litauen, Lettland, Montenegro, Polen, Nord Mazedonien, in die Republik Moldau, nach Rumänien, Bulgarien, in die Slowakei und auch nach Kroatien.²

M., sieben Jahre, über die Aktion „Weihnachten im Schuhkarton“:

„Weihnachten im Schuhkarton ist ziemlich cool. Von unserem Taschengeld durften wir ein Geschenk für ein kleines Mädchen kaufen. Das ist noch so klein, dass es in den Kindergarten geht. Danach durften wir auch noch etwas für uns selber kaufen. Das Geschenk für das Mädchen haben wir dann in einen Schuhkarton gepackt. Ich habe ein Malbuch gekauft, es lagen aber auch noch andere Sachen in dem Päckchen. Jemand hat Buntstifte gekauft, das passte ganz gut, weil ich ja ein Malbuch eingepackt habe. Dann gab es auch noch Süßigkeiten für das Mädchen und Bastelsachen und auch ein Puzzle.

Ich finde die Aktion richtig gut, weil ein kleines Mädchen ein richtig cooles Geschenk bekommt und sich bestimmt mega freut!“



JULIANE BRACK

Erzieherin
Intensivpädagogische
Wohngruppe Lingen

Quellen

1 vgl. Mehr als einen Glücksmoment schenken an bedürftige Kinder weltweit;

<https://www.die-samariter.org/projekte/weihnachten-im-schuhkarton/ueber-die-aktion/>; (10.12.2020).

2 vgl. ebd.

COOL BLEIBEN – DURCH AUTOGENES TRAINING



Eine andauernde Erreichbarkeit, ein hoher Zeit- beziehungsweise Leistungsdruck – dies sind nur einige Faktoren, die unter anderem für Stress sorgen können. In der aktuellen Situation bezüglich der Corona-Pandemie ist es vor allem wichtig, sich Auszeiten zu

nehmen oder Handlungsstrategien zu entwickeln, um Stress entgegenzuwirken und vor allem cool zu bleiben. Denn wie unter anderem in einer Forsa-Studie des Jahres 2020 deutlich gemacht wurde, fühlt sich jeder Zweite durch den „Corona-Stress“



KIRA SCHWENDTNER

Hausleitung
Therapeutische
Wohngruppe

stark belastet. Gründe hierfür seien unter anderem die Angst vor Ansteckung oder Social Distancing.¹

Um diesem entgegenzuwirken, gibt es unterschiedliche Methoden. Eine stellt das „Autogene Training“, kurz AT, dar. Der Begriff „Autogenes Training“ stammt aus dem Griechischen:

autos = selbst

genos = entstehendes

Training = hier als „regelmäßiges Üben“ verwendet²

Die Wirkung des ATs ist vor allem nachhaltig und kann sich bei regelmäßigem Wiederholen positiv auf das vegetative Nervensystem auswirken. „So können wir unseren Körper bewusst für Harmonie und positive Schwingungen öffnen. Es folgt eine Umschaltung von Anspannung auf Entspannung.“³

Das AT kann ebenfalls viele Entwicklungsbedarfe mindern. So reduziert dies unter anderem Spannungen, Verspannungen oder Stress beziehungsweise steigert die Leistung im körperlichen und geistigen Bereich.⁴

Innerhalb des ATs gibt es unterschiedliche Methoden. Wichtig hierbei ist zu erwähnen, dass anfängliche Schwierigkeiten auftauchen können. So können störende Gedanken auftreten oder man beginnt im Kopf die nächste Einkaufsliste zu schreiben: „Die meisten Menschen berichten am Anfang über spontan auftauchende Gedanken. Es braucht einige Praxis bis sich die Gedanken zunehmend beruhigen“⁵

Abschließend hier eine entsprechende Übung, die leicht umgesetzt werden kann:

„Bei der „Schwereübung“ wird, wie der Name bereits vermuten lässt, körperliche

Entspannung durch Erzeugen eines angenehmen Schweregefühles herbeigeführt. Angefangen wird mit dem dominierenden Arm, sprich bei Rechtshändern dem rechten, bei Linkshändern dem linken.

Die Suggestion lautet: „Mein rechter / linker Arm ist angenehm schwer“.

Die Konzentration ist hierbei auf den gewählten Arm fokussiert. Es ist zu beobachten, dass der Arm sich schwerer und schwerer anfühlt, mit jeder Wiederholung der „Schwereformel“.

Das Schweregefühl wird durch die sich entspannenden Muskeln des Armes erzeugt. Die „Schwereformel“ sollte je nach Bedarf 4 bis 6 Mal wiederholt werden.⁶

Sobald eine angenehme Schwere im gewählten Arm zu spüren ist, wird die Ruheformel wiederholt und es wird zum nächsten gewünschten Körperteil übergegangen, beispielsweise der andere Arm oder eines der Beine. Hier wendet man erneut die „Schwereformel“ nach dem zuvor geschilderten Ablauf.⁷

Der letzte Schritt der „Schwereformel“ umfasst den ganzen Körper:

„Mein ganzer Körper ist angenehm schwer“.

Wichtig ist es, nach der Durchführung der Übung den Körper wieder in den Normalzustand zurückzuführen. Durch diese Ausleitung der Übung sollen Müdigkeit und Benommenheit vermieden werden. Die Ausleitung beinhaltet für gewöhnlich drei Stufen. Zuerst werden die Gliedmaßen durch strecken und räkeln gelockert. Zusätzlich atmet man tief ein und aus. Zum Schluss werden die Augen geöffnet. Sollte die „Schwereübung“ zur Unterstützung beim Einschlafen genutzt werden, ist eine Ausleitung nicht nötig.“⁸

Quellen

1 vgl. Corona-Stress: Jeder Zweite fühlt sich belastet. (2020, 13. Juli). Die Techniker. Verfügbar unter: <https://www.tk.de/presse/themen/praevention/gesundheitsstudien/corona-stress-jeder-zweite-fuehlt-sich-stark-belastet-2088252>; (02.11.2020).

2 Tepperwein, K. (2020). Autogenes Training – Kopf frei machen und Ängste, Sorgen und Stress abbauen (1. Auflage). Norderstedt: Books on Demand, S. 15.

3 ebd., S. 16.

4 ebd. S. 20.

5 Lattmann, C. (2013). Autogenes Training – ein praktischer Leitfaden zur Grundstufe. Norderstedt: Books on Demand, S. 17.

6. Anmerkung der Durchblick-Redaktion: vier bis sechs Mal.

7. Anmerkung der Durchblick-Reaktion: ...nach dem zuvor geschilderten Ablauf an.

8 Autogenes Training. (o. J.). Landsiedel NLP Training - NLP und Coaching. Abgerufen von <https://www.landsiedel-seminare.de/coaching-welt/wissen/coaching-methoden/autogenes-training.html#uebungen>; (21.10.2020).

DIE FABEL VOM FROSCH



Um im Leben glücklich zu sein, wie auch an Herausforderungen zu wachsen, ist es wichtig, immer wieder inne zu halten, um an sich und die eigenen Träume zu glauben! Jede Lebensreise – auch die unserer jungen Menschen - sollte individuell und bunt sein dürfen und allen auch noch so fernen Visionen und Zielen sollte Raum gegeben werden.

Dazu gibt es heute eine mutmachende Fabel für Groß und Klein, die sich nicht von der Meinung anderer Mitmenschen beeinflussen lassen wollen, „COOL BLEIBEN“, an sich selbst glauben und für ihre eigenen Träume losgehen.

„Es war einmal ein Wettlauf der Frösche. Das Ziel war es, auf den höchsten Punkt eines großen Turmes zu gelangen. Es versammelten sich viele andere Frösche, um zuzusehen und ihre Artgenossen anzufeuern.

Der Wettlauf begann. In Wirklichkeit glaubte keiner von den Zuschauern daran, dass auch nur ein Frosch auf die Spitze des Turmes gelangen könnte, und alles was man hörte, waren Sätze wie: „Die Armen, sie werden es nie schaffen!“¹

Die Frösche begannen einer nach dem anderen aufzugeben, außer einem, der weiterhin versuchte, auf die Spitze des Turmes zu klettern.

Die Zuschauer fuhren fort und riefen: „Die Armen! Sie werden es nie schaffen!“²

Die Frösche gaben sich geschlagen, außer dem einen, der nicht aufgab. Endlich hatten alle Frösche ihr Vorhaben abgebrochen, nur jener Frosch hatte alleine und unter großer Anstrengung die Spitze des Turmes erreicht. Die anderen wollten von ihm wissen, wie er das geschafft hatte. Sie näherten sich ihm, um zu fragen, wie er es geschafft hätte, den Wettlauf zu gewinnen. Da merkten sie, dass er taub war.“³

Besonders in der heutigen Zeit liegt oft und schnell der Fokus auf all dem, was nicht geht oder gelingt. Auch alte Muster und Stimmen aus unseren Familien prägen unser Leben.

Stattdessen lade ich dazu ein, sich neue Fragen zu stellen:

- Wo will ich hin?
- Wer will ich sein?
- Was fühlt sich leicht an?
- Was bereitet mir Freude?
- Wo wachse ich über mich hinaus und entdecke mich neu?
- Was brauche ich für den Weg dorthin?
- Wie möchte ich meine Tage positiv gestalten, um Stück für Stück meine Vision schon heute zu leben?

Bei all diesen Fragen, stell deine Ohren auf stumm (wie der Frosch in der Geschichte) oder verwöhne sie mit deiner Lieblingsmusik, um letztendlich deine ganz eigene, innere Stimme zu hören.



ANDRINA HOPPE

Erziehungsleitung
Meppen

Quellen

1 Anmerkung der Durchblick-Redaktion: keine_r der Zuschauer_innen.

2 Motivationsgeschichten: Die Fabel vom Frosch; zu finden unter <https://motivationsgeschichten.com/2009/12/02/fabel-frosch-7495656/>; (03.12.2020).

3 vgl. ebd.

BACKHAUS KINDER- & JUGENDHILFE

Jungen Menschen neue Chancen geben!

Für unsere Wohngruppen in Seehausen und Warnitz suchen wir

Erzieher, Sozialpädagogen, Heilpädagogen (m/w/d)

in Voll-/ Teilzeit

Sie begleiten und unterstützen die untergebrachten jungen Menschen in den Wohngruppen in ihren alltäglichen Herausforderungen gemäß unserem Leitbild KiM (Kind im Mittelpunkt).

WIR BIETEN:

- Unbefristete Festanstellung
- Betriebliche Gesundheitsförderung wie beispielsweise »Qualitrain«
- Weitreichende Sozialleistungen wie VWL und betriebliche Altersvorsorge
- Gute Chancen für Berufscinsteiger (m/w/d)

KiM KIND IM MITTELPUNKT

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung

Backhaus Kinder- und Jugendhilfe
Am Ring 21a | 17291 Oberuckersee
T 03 98 63 63 91 83
E-Mail: bewerbung@backhaus.de

Weitere Informationen finden Sie unter www.backhaus.de

GELASSENHEIT DURCH REFLEKTION

Heute möchte ich ein Buch und gleichzeitig eine Methode vorstellen, mit der Groß und Klein im Alltag mit nur wenigen Minuten zu Gelassenheit, Zufriedenheit und innerer Ruhe gelangen können.

Viel Leistungs- und Termindruck sowie lauter auf uns einprasselnde Informationen sorgen dafür, dass wir schnell den Zugang zu uns, unseren Emotionen, Gedanken und unseren Fokus verlieren. Auch nehmen wir oft nicht vollends wahr, was wir den Tag über leisten, was bereits erfolgreich gelaufen ist und was noch ansteht. Zu funktionieren und die Bedarfe anderer zu erfüllen, sorgt für viel inneren Stress. Dieser ist auf Dauer weder gesund noch hilfreich.

Auch mir als Bereichs- und Erziehungsleitung fällt es immer mal wieder schwer, den Fokus zu finden, zu priorisieren und bei aller Aufgabenfülle gelassen zu bleiben. Damit es mir leichter fällt, habe ich mir ein Buch angeschafft, was ich gerne weiterempfehlen möchte.

Im Buch „Das 6-Minuten Tagebuch“ geht es darum, dass man sich morgens drei Minuten und abends drei Minuten Zeit nimmt, um zu reflektieren. Fragen wie „Was würde den Tag heute wundervoll machen?“ oder „Ich bin dankbar für...“ richten den Blick auf positive Ereignisse des Tages. Jeden Monat und jede Woche gibt es zudem Reflektionsmöglichkeiten, um persönliche und berufliche Ziele festzulegen und zu hinterfragen: Was macht mich eigentlich glücklich?

Auch besondere Zitate regen zum Nachdenken oder Schmunzeln an.¹

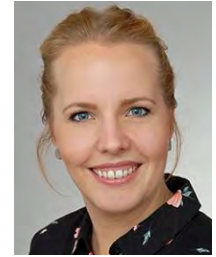
Und seit neuestem gibt es sogar eine Variante für junge Menschen! Denn früh übt sich und ja, auch unseren jungen Menschen geht es oft bereits ähnlich wie uns Erwachsenen. In der Kinderversion geht es ebenfalls um ein positives Mindset, mehr Selbstbewusstsein, Resilienz und Achtsamkeit.

Kinder lernen auf spielerische Weise ihre Stärken kennen, setzen sich mit ihren Gefühlen auseinander und können in Kurzgeschichten verschiedene Perspektiven auf peinliche oder unangenehme Situationen erlernen.

So gibt es auch Übungen, in denen reflektiert werden soll, was man aus Fehlern alles so Tolles lernen kann! Ein schönes buntes Buch mit vielen anregenden Fragen, Aussagen und Methoden.²

Gelassenheit bedeutet für mich, mit sich, seinen Fähigkeiten und Schwächen im Reinen zu sein, um täglich mit seinen Bedürfnissen im Blick das Beste geben zu können.

Ich wünsche allen viel Erfolg beim Ausprobieren!



CHRISTINA LICHTENBORG

Bereichsleitung

Quellen

1 UrBestSelf: Das 6-Minuten Tagebuch; <https://urbestself.de/products/das-6-minuten-tagebuch>; (21.12.2020).

2 UrBestSelf: Das 6-Minuten Tagebuch für Kinder; <https://urbestself.de/products/6minutenkids>; (21.12.2020).

RÜCKFÜHRUNG VON JUNGEN MENSCHEN

Warum klappt es – oder eben nicht?!

„Rückkehr beginnt im Kopf der Fachkräfte“ beschreibt eine Teilnehmerin des Modellprojekts „Rückkehr als geplante Option“ von Andrea Dittmann und Prof. Dr. Klaus Wolf der Universität Siegen.¹

Die Rückführung von Kindern und Jugendlichen nach stationärer Unterbringung in die Herkunftsfamilie ist ein Prozess, der von Beginn der Heimunterbringung an geplant

und durchdacht sein sollte. Im Prinzip beginnt die Rückführung nicht nur im Kopf der Fachkräfte, sondern im Kopf aller beteiligten Akteur_innen, denn lediglich mit der Bereitschaft aller, die familiäre Situation zu ändern und das Kind beziehungsweise den Jugendlichen wieder in die Herkunftsfamilie rückzuführen, ist eine Rückführung möglich.²



LENA DRIEVER

Erziehungsleitung
Bippen



Im Rahmen meiner Masterarbeit im Jahr 2014 habe ich mich umfangreich auf Basis von Expert_inneninterviews mit diesem Thema beschäftigt und möchte daher einige Gelingensbedingungen und Stolpersteine beziehungsweise auch Erfolge und Schwierigkeiten während der Unterbringung darstellen, die sich positiv und negativ auswirken können:

„Für das Gelingen von Rückführung sind unter anderem wichtig:

- Erfolgreiche und intensivere Zusammenarbeit und Partizipation sowie der sehr intensive Kontakt zu allen Beteiligten; insbesondere die äußerst wichtige Arbeit mit den Herkunftseltern (Verbesserung der Erziehungskompetenzen)
- Bereitschaft der Herkunftseltern zur Zusammenarbeit
- Vertrauensbasis zwischen allen Akteuren
 - Dafür ist jedoch eine entsprechende personelle Ausstattung wichtig; eine zu hohe Fallzahl der pädagogischen Fachkräfte wirkt sich negativ auf die Rückführung aus; mit mehr Personal könnte eine intensivere und kontinuierlichere Betreuung der Adressat_innen ohne Zuständigkeitswechsel, die sich laut Meinung der Expert_innen negativ auf Rückführung auswirken können, ermöglicht werden.
- Installation eines Rückkehrmanagements
- Wohnortnahe Unterbringung (auch für Durchführung der Besuchskontakte)
- Entwicklung von einheitlichen Standards zur Rückführung, zumindest zunächst für Bundesländer
- Aufnahme- und Informationsgespräch (beziehungsweise gute Vorarbeit) vor stationärer Unterbringung mit allen notwendigen Informationen und Klärung von offenen Fragen

- Verfolgung eines gemeinsamen Zieles aller Beteiligten
 - Regelmäßige und für alle nachvollziehbare Hilfeplangespräche und damit ständige Überprüfung, ob Rückführung möglich ist
 - Um junge Menschen mehr partizipieren zu können, sollte die Dokumentation auch in einfacher Sprache geschrieben werden
 - Kinder und Jugendliche sollten bei Unterbringung nicht zu alt sein
 - Ein_e Expert_in nannte dafür den Grund, dass es paradox wäre, einen 15-jährigen jungen Menschen, der aufgrund der Pubertät beginnt sich aus dem familiären System zu lösen, aus einer stationären Einrichtung in die Herkunftsfamilie zurückzuführen
 - Frühere Installierung von hochschwelligem Hilfen wie beispielsweise die Heimunterbringung > Umdenken in dem System der Hilfen zur Erziehung
 - Familiensysteme würden sich möglicherweise nicht so desolat entwickeln und eine große Anzahl von ambulanten Hilfen im Vorfeld würde wegfallen
 - Offene Grundhaltung der Mitarbeiter_innen und aller Beteiligten im Hinblick auf die Rückführung und auf die Beziehung untereinander
 - Vermittlung von Sicherheiten an die jungen Menschen zum Beispiel durch gemeinsame Mahlzeiten, Regeln und Strukturen
 - diese müssen auch an die Herkunftseltern vermittelt werden
 - Ständige Überprüfung der Stabilität des familiären Systems, aber zum Beispiel auch der Sauberkeit und Ordnung in der Wohnung der Herkunftseltern
 - Nach der Rückführung müssen weitere stabilisierende Elemente in Form von ambulanten Hilfen eingesetzt werden, um das familiäre Zusammenleben nachhaltig zu gestalten
 - Finanzielle und personelle Ressourcen
- Als Stolpersteine anzusehen sind:
- Keine Gewährung von „Doppelhilfen“, also wenn der junge Mensch zwar stationär untergebracht wird, aber parallel nicht mit den Herkunftseltern an deren Erziehungskompetenzen gearbeitet wird beziehungsweise die Eltern nicht mit in die Arbeit einbezogen werden
 - (Rechts-)Streitigkeiten zwischen den Elternteilen

- Mangelnde Prüfung des häuslichen Umfelds der Herkunftseltern
- Negatives Bild vom Jugendamt beziehungsweise, speziell von Heimerziehung in den Köpfen der Gesellschaft und vor allem der Herkunftseltern wirkt sich aufgrund der möglichen negativen Haltung und mangelnden Mitarbeit der Beteiligten negativ aus > wird als „Strafe“ angesehen, nicht als Angebot der Unterstützung und Hilfe
- Kostendruck auf die stationäre Einrichtung beziehungsweise, auf die Verweildauer des jungen Menschen in der Einrichtung
 - Dadurch kann eine Konkurrenz zwischen einzelnen Trägern entstehen bezüglich Unterbringungsdauer
- Gar nicht erst erfolgen oder scheitern können Rückführungen, wenn schwere Traumatisierungen in der Familie erfolgt sind.³

Alles in allem zeigt sich, dass sowohl viele Gelingensbedingungen als auch Stolperseine den Erfolg einer Rückführung in die Herkunftsfamilie nach einer stationären Unterbringung beeinflussen.

Rückführung kann dementsprechend nicht einfach kurzfristig geplant und durchgeführt werden, sondern vielmehr ist eine langfristige Planung und intensive Arbeit mit allen Beteiligten während der stationären Unterbringung zwingend erforderlich.

Auch nach der Rückführung ist eine Phase der Stabilisierung sehr wichtig. Wenn mehr finanzielle und dadurch personelle Ressourcen in die stationäre Unterbringung von jungen

Menschen eingesetzt werden würden, könnten durch Hauptfaktoren wie intensive Elternarbeit und somit auch durch den Einsatz von ambulanten Hilfen in den Herkunftsfamilien und weiteren genannten Gelingensbedingungen mehr Kinder und Jugendliche in ihre Herkunftsfamilien zurückgeführt werden.

Dennoch sollte berücksichtigt werden, dass Rückführung nach Böllert (2014) kein Allheilmittel und kein Qualitätsmerkmal ist.⁴

Wenn Kinder und Jugendliche in die Herkunftsfamilie zurückgeführt werden, bedeutet dies nicht zwangsläufig, dass das familiäre System komplett stabilisiert ist und die Familie ohne Probleme in Zukunft zusammenleben kann.

Auch aus finanzieller Sicht bedeutet Rückführung nicht das Heilmittel, was Kinder und Jugendliche zwangsläufig nach stationärer Unterbringung aus dem Hilfesystem entfernt. Vielmehr sollten weiterhin stabilisierende Elemente eingesetzt werden, um Rückführung nachhaltig zu gestalten. Des Weiteren können möglicherweise noch andere ambulante Hilfen nach stationärer Unterbringung in Betracht kommen.

Die gewonnenen Ergebnisse meiner Masterarbeit zeig(t)en einen Ansatzpunkt innerhalb der Forschung zu diesem Thema. Wenn die Arbeit auch aufgrund der kleinen Anzahl der Befragten (vier Expert_innen) nicht repräsentativ ist, sind die Ergebnisse dennoch richtungsweisend dahingehend, wie Rückführung positiv und negativ beeinflusst werden kann.⁵

Quellen

1 vgl. https://www.uni-siegen.de/heimerziehungsforschung/rueckfuehrungsprozesse_-_a._dittmann.pdf [Stand: 04.12.2020].

2 vgl. ebd.

3 Masterarbeit Lena Driever: Gelingensbedingungen und Stolpersteine bei der Rückführung von Kindern und Jugendlichen in die Herkunftsfamilie

4 Böllert, K. (2014): Brauchen wir eine andere Jugendhilfe? Fremdunterbringungen zwischen Elternrecht, Interessen des Kindes und fachlicher Orientierung. URL: <http://www.hze-rueckfuehrung.de/wp-content/uploads/2014/03/Boellert.pdf> [Stand: 25.09.2014; aktuell nicht mehr verfügbar].

5 Masterarbeit Lena Driever; ebd.

Foto: geralt/pixabay.

DAS GEHT UNS WIRKLICH ALLE WAS AN!

Das allgemeine Gleichbehandlungsgesetz für Stärkung von Vielfalt und Chancengleichheit – gegen Diskriminierung!

Bevor wir auf das Wesentliche dieses Artikels eingehen, das allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG), möchten wir an dieser Stelle zum besseren Verständnis einen kurzen Einblick in die Neuorganisation der Inklusionsstelle geben.

Wir, das heißt das Inklusionsteam bestehend aus Carolin Otten und Anne Engbers, wurden im Jahr 2020 zusammengebracht um den inhaltlichen Fortbestand der Inklusionsstelle zu sichern. Denn wie Sie vielleicht bereits mitbekommen haben, werde ich, Carolin Otten, im Mai in den zweiten Mutterschutz gehen und Anne Engbers, in unserem Haus auch als Bereichsleitung der Wohngruppen Markstiege, Lünne und Bippin bekannt, wird die Stelle der Inklusionsbeauftragten anteilig übernehmen sowie begonnene Projekte weiterführen.

Zu diesen Projekten gehört unter anderem die AGG-Beschwerdestelle.

Aber jetzt noch mal von Anfang an: Vor einiger Zeit wurde die Inklusionsbeauftragte von der Geschäftsführung mit der Konzeptionsentwicklung einer AGG-Beschwerdestelle beauftragt.

Warum?

Im Jahr 2006 wurde das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz vom Bund verabschiedet. Das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) schützt Menschen, die wegen ihrer (familiären/ethnischen) Herkunft, ihres Geschlechts, ihrer Religion, ihrer Weltanschauung, ihrer Behinderung, ihres Alters oder ihrer sexuellen Identität diskriminiert oder belästigt werden. Zur Verwirklichung dieses Ziels erhalten betroffene Personen Rechtsansprüche gegenüber Arbeitgeber_innen und privaten Personen, wenn diese gegen die gesetzlichen Diskriminierungsverbote verstoßen.

Des Weiteren sieht das Gesetz auch Maßnahmen zur präventiven Arbeit vor, um Benachteiligung und Belästigung vorzubeugen und somit ein diskriminierungsarmes bis -freies Arbeitsumfeld zu schaffen (z.B. Sensibilisierungs- und Aufklärungsarbeit).

Um den Rechtsanspruch auf ein belästigungssowie diskriminierungsfreies Arbeitsumfeld wahren zu können, hat der/die Arbeitnehmer_in das Recht zur mündlichen und/oder schriftlichen Beschwerde (Klage) bei einer zu-

§ 13 AGG

1) Die Beschäftigten haben das Recht, sich bei den zuständigen Stellen des Betriebs, des Unternehmens oder der Dienststelle zu beschweren, wenn sie sich im Zusammenhang mit ihrem Beschäftigungsverhältnis vom Arbeitgeber, von Vorgesetzten, anderen Beschäftigten oder Dritten wegen eines in § 1 genannten Grundes benachteiligt fühlen. Die Beschwerde ist zu prüfen und das Ergebnis der oder dem beschwerdeführenden Beschäftigten mitzuteilen.

(2) Die Rechte der Arbeitnehmer_innenvertretungen bleiben unberührt.



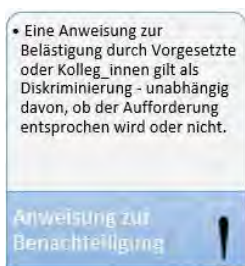
CAROLIN OTTEN
Inklusionsbeauftragte

ständigen Stelle (innerhalb) des Betriebes. Hieraus ergibt sich für Arbeitgeber_innen die Pflicht eine geeignete Beschwerdestelle im Unternehmen bekannt zu machen.

Das AGG ist als eine Ergänzung sowie eine Vertiefung bereits bestehender Beschwerdeverfahren (z.B. Grundgesetz, Betriebsverfassungsgesetz, Bundesgleichstellungsgesetz und IX. Sozialgesetzbuch) zu verstehen und konkretisiert die betroffenen Bereiche der Belästigung und Diskriminierung, sowie im Folgenden dargestellt.¹

Welche Formen von Diskriminierung/Belästigungen gibt es?²

<ul style="list-style-type: none">• Eine unmittelbare Benachteiligung liegt vor, wenn eine Person aufgrund eines im AGG genannten Merkmales schlechter behandelt wird als andere Personen. <p>Unmittelbare Benachteiligung</p>	<ul style="list-style-type: none">• Es kann von einer mittelbaren Diskriminierung gesprochen werden, wenn scheinbar neutrale Regelungen für alle gelten, dabei aber bestimmte Personen Nachteile erfahren. <p>Mittelbare Benachteiligung</p>
<ul style="list-style-type: none">• Von Belästigung wird ausgegangen, wenn durch unerwünschtes Verhalten die Würde eines Menschen verletzt wird. <p>Belästigung</p>	<ul style="list-style-type: none">• Eine sexuelle Belästigung umfasst jedes einseitige und unerwünschte Verhalten mit sexuellem Bezug, welches die betroffene Person in ihrer Würde verletzt. <p>Sexuelle Belästigung</p>



Wieso eine AGG-Beschwerdestelle in der BKJH?

Zum einen unterliegt das Beschwerderecht sowie die Bekanntmachung einer Beschwerdestelle der Gesetzmäßigkeit nach dem AGG, zum anderen ist die Umsetzung dieser Gesetzmäßigkeit ausfolgenden Gründen ein besonderes Anliegen unseres Arbeitgebers/unsere Arbeitgeberin:

Vielfalt wird in unserem Unternehmen als Bereicherung empfunden und als besonders wertvolles Gut erachtet. Wir nehmen die Individualität der Kinder und Jugendlichen wahr und freundlich an, begegnen uns offen sowie wertschätzend. Vielfalt findet nicht nur Ausdruck in den diversen Unterbringungsformen unserer anvertrauten Kinder und Jugendlichen, sondern auch in der Diversität unserer geschätzten Mitarbeitenden.

Um Vielfalt in unserem Unternehmen zu fördern, als auch zu schützen, ist es für die BKJH ein besonders wichtiges Anliegen, den Gesetzmäßigkeiten des AGG Folge zu leisten und eine eigens dafür eingerichtete Beschwerdestelle zu organisieren.

Wir sehen in der Implementierung einer Beschwerdestelle folgende Ressourcen für unsere Unternehmenskultur:

- Die Diversität der Mitarbeitenden bietet einen reichen Schatz an Erfahrungen, unterschiedlichen Kompetenzen, kreativen und innovativen Handlungsstrukturen und Lösungswegen innerhalb der Kinder- und Jugendhilfe. Vielfalt bedarf einem stetigen Austausch, um die positiven Eigenschaften gewinnbringend zu nutzen. Das birgt gleichzeitig ein erhöhtes Diskriminierungspotential für die Mitarbeitenden. Somit gilt es Vielfalt durch das AGG zu stärken, zu fördern und die Mitarbeitenden als individuelle Person vor Diskriminierung oder Belästigung zu schützen.
- Ein diskriminierungssensibles Umfeld bedeutet für uns ein wertschätzendes Arbeitsumfeld. Jede_r Mitarbeitende wird als

individuelle Person geachtet, respektiert und gleichbehandelt. Die Mitarbeiter_innenzufriedenheit wird gesteigert, wodurch die pädagogische Arbeit an Qualität gewinnt.

- Durch eine eigens eingerichtete Beschwerdestelle erhält die Geschäftsführung ein professionalisiertes Instrument zur Wahrung der Rechte nach dem AGG. Beschwerden werden ernst genommen und anhand eines Konzeptes standardisiert, sachlich und lösungsorientiert bearbeitet.
- Die Mitarbeiter_innenvertretung (Betriebsrat) und die AGG-Beschwerdestelle weisen viele Parallelen in ihrer Haltung auf. Einzelne Paragraphen des Betriebsverfassungsgesetzes (BetrVG) und des AGG ähneln sich inhaltlich stark. Deshalb profitieren beide von einem engen Austausch, sodass eine enge Zusammenarbeit erwünscht wird.

Aktueller Stand

Im letzten Jahr konnten wir, in enger Zusammenarbeit mit der Geschäftsführung als auch mit Hilfe einer umfangreichen Beratung durch die ADA-Bremen-Beratungsstelle, ein Konzept entwickeln, welches das Fundament zur Implementierung einer solchen Beschwerdestelle in der BKJH bildet.

Ein wirklich großer Fortschritt für uns, denn die Konzeptionsentwicklung in einem Unternehmen, welches aus vielerlei Hinsicht organisatorische Besonderheiten aufweist, ist mit einem hohen Maß an Aufwand verbunden.

Zu diesen Besonderheiten zählen insbesondere zwei Merkmale unseres Unternehmens: zum einen die dezentrale Organisation der BKJH in verschiedene Unternehmensgruppen (GmbH & Co. KGs) und zum anderen die immense Vielfalt an Stellenbildern unserer Arbeitnehmer_innen.

Unter Berücksichtigung aller Besonderheiten, konnten wir ein Konzept entwickeln, welches den Gesetzmäßigkeiten des AGG entspricht und im besonders hohen Maße das Gebot des niederschweligen Zugangs für alle Mitarbeitenden erfüllt.

Das Konzept in der Praxis

Zur Einrichtung der Beschwerdestelle nach dem AGG werden in jeder GmbH & Co.KG zum nächstmöglichen Zeitpunkt zwei Arbeitnehmer_innen gesucht, denen die Beratungsfunktion nach dem AGG übertragen wird.

Da dieses Beschwerdemanagement, sowie auch die bereits geläufigen und etablierten Beschwerdeverfahren in unserem Unternehmen

(Beschwerdeverfahren für unsere jungen Menschen, Betriebsrat oder das 8A Beschwerdemanagement) eine Prozessarbeit darstellen, wird auch diese Gruppe von Mitarbeitenden in einer Steuerungsgruppe organisiert werden. Zudem erhalten die ausgewählten Mitarbeitenden eine gesonderte Weiterbildung zum Thema AGG - diese misst einen Umfang von zwei Arbeitstagen und wird vollständig durch die BKJH organisiert sowie finanziert.

Diese Weiterbildung wird Grundlage für die zukünftige Arbeit in der Steuerungsgruppe AGG-Beschwerdestelle sein.

Die Aufgaben dieser Steuerungsgruppe, welche in einem regelmäßigen Abstand (mit Hilfe von Videokonferenzen) tagen wird, sind:

- Entwicklung eines Beschwerdeverfahrens
- Dezentrale (regionale) Netzwerkarbeit
- Veröffentlichung und Bekanntmachung der Beschwerdestelle
- Fortlaufende Qualitätssicherung des Beschwerdeverfahrens
- Präventionsarbeit in der eigenen GmbH & Co.KG.

Neben der Weiterbildung sowie der Arbeit in der Steuerungsgruppe gehört die Aufgabe der Beratung von Diskriminierung oder Belästigung von betroffenen Mitarbeitenden sowie ehemaligen Mitarbeitenden und Bewerber_innen in der eigenen GmbH & Co. KG.

[Für Interessent_innen](#)

Wir haben dein Interesse zur Mitwirkung an der

Entwicklung eines hausinternen Beschwerdemanagements geweckt?

Du möchtest einen großen Teil zur Antidiskriminierungskultur an deinem eigenen Arbeitsplatz beitragen?

Du hast Fragen inwiefern diese Aufgabe mit deiner Stelle vereinbar ist?

Dann nimm **bis zum 12.02.2021** unverbindlich Kontakt zu uns auf, wir helfen dir gerne weiter und stehen dir für Fragen zur Verfügung:

[Carolin Otten](#), Tel.: 01 51 . 16 36 67 23

E-Mail: otten.c@backhaus.de

[Anne Engbers](#), Tel.: 01 51 . 16 36 66 89

E-Mail: engbers.a@backhaus.de.

Wir suchen DICH:

Berater_in hinsichtlich des AGG-Beschwerdeverfahrens innerhalb der eigenen Organisation

Deine Aufgaben:

Beratung von Betroffenen
 Mitwirkung an der Entwicklung des BKJH internen Beschwerdeverfahrens
 Mitglied der Steuerungsgruppe AGG-Beschwerdestelle

Dein Profil:

Mitarbeitende_r in der BKJH
 Gesprächsführungs- / Beratungskompetenzen
 Bereitschaft zur Weiterbildung (u.a. juristischem) Grundwissen gemäß des AGG

Quellen

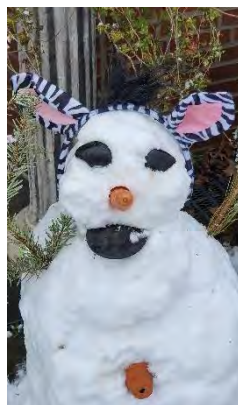
1 vgl. ADA- Antidiskriminierung in der Arbeitswelt, in Kooperation mit dem Bremer Netzwerk gegen Diskriminierung (Hrsg.) (2015): Handreichung zu Innerbetrieblichen Beschwerdestellen, 1. Auflage, Bremen., S.7ff.
 2 vgl. ebd., S.12.

ENDLICH SCHNEE

In dieser trüben Zeit ein Highlight für die Kleinen und die Großen. Und dann wurde es richtig bunt, die Phantasie nahm kein Ende. Und

weil wir so viel Spaß hatten, möchten wir euch gerne teilhaben lassen!

[Viel Spaß beim Schauen!](#)



CHRISTINE GERBUS

Profifamilie®
 Osnabrück

DER WUNSCHBAUM- WUNSCHZETTELAKTION



Anfang November 2020 bekam ich einen Anruf der Volksbank Schneverdingen. Die Leiterin der Kundenabteilung Frau Löhn erzählte mir, dass die Bank wieder die Wunschbaumaktion macht. Diesmal würden Sie gerne unsere Wohngruppe in Schneverdingen beschenken. Insgesamt werden immer circa 50 Wunschzettel gebraucht, sodass neben unserem Träger noch zwei andere Einrichtungen bedacht wurden.

Wie funktioniert die Wunschbaumaktion-Wunschzettelaktion?

Alle neun Kinder und Jugendlichen, die in der Wohngruppe Schneverdingen leben, durften einen von der Volksbank zur Verfügung gestellten Zettel ausfüllen, einen Wunsch im Wert von bis zu 15 Euro notieren, das Alter und dann ankreuzen ob sie/er weiblich oder männlich ist.

Diese Zettel brachte ich dann zu Frau Löhn in die Bank. Normalerweise steht der Baum im Foyer der Bank und die Wunschzettel hängen daran. Aufgrund der Hygienevorschriften durch die Pandemie stand der Baum hinter dem Schalter und die Wunschzettel lagen in einer Kiste.

Jede_r Kund_in, der/die wollte, durfte sich einen Wunschzettel aussuchen, den darauf stehenden Wunsch erfüllen und das Geschenk

verpackt bis zum 18. Dezember in der Bank abgeben. Als ich Ende November in der Bank war, um die Fotos zu machen, erzählten mir Frau Löhn und der Filialleiter Herr Schmalenberg, dass schon viele Kunden Zettel mitgenommen hätten. Frau Löhn war sehr zuversichtlich, dass dieses Mal alle Wünsche der Kinder und Jugendlichen erfüllt werden und unsere Kinder der Wohngruppe sich über ein zusätzliches Geschenk freuen dürfen.

Frau Löhn brachte die Geschenke am 22. Dezember zu mir ins Pädagogische Zentrum. Alle Kinder kamen nach draußen und hätten mir am liebsten den Karton mit den Geschenken abgenommen. In Begleitung der Kinder, die neugierig schauten, ob sie ihr Geschenk entdecken können, brachte ich den Karton in die Wohngruppe, wo er gut verschlossen wurde. Bescherung war ja erst an Heiligabend.

Alle Kinder freuten sich an Weihnachten über ihr zusätzliches Geschenk. Die jungen Menschen der Wohngruppe gestalten nun ein Plakat, auf welchem sie sich bedanken bei den anonymen Spender_innen. Dieses wird in der Filiale aufgehängt. Das habe ich schon vorher mit Frau Löhn besprochen.

Die Wunschbaumaktion ist eine sehr schöne Aktion und sie kam auch bei den Kunden der Bank sehr gut an. Frau Löhn erzählte mir, dass Kunden der Sparkasse in die Volksbank kamen und gerne an der Wunschbaumaktion teilnehmen wollten. Die Sparkasse hatte die Aktion im letzten Jahr wegen der Pandemie abgesagt. Alle Karten waren in kürzester Zeit verteilt worden.

Wir freuen uns, dass es so viele Menschen gibt, die gerne bereit sind, ein Geschenk zu machen und danken vor allem auch der Volksbank Schneverdingen, dass sie an uns als Träger gedacht haben.

A. B.

Bereichsleitung



SPENDE ZU WEIHNACHTEN



Die Firma Faun Umwelttechnik aus Osterholz-Scharmbeck hat mit seinen_ihren Auszubildenden ein großes Weihnachtsprojekt gestartet.

In der Woche vor Weihnachten wurden der Wohngruppe Vollersode zwei Säcke voller Gemeinschaftsspiele, Puzzle und Spielmaterialien

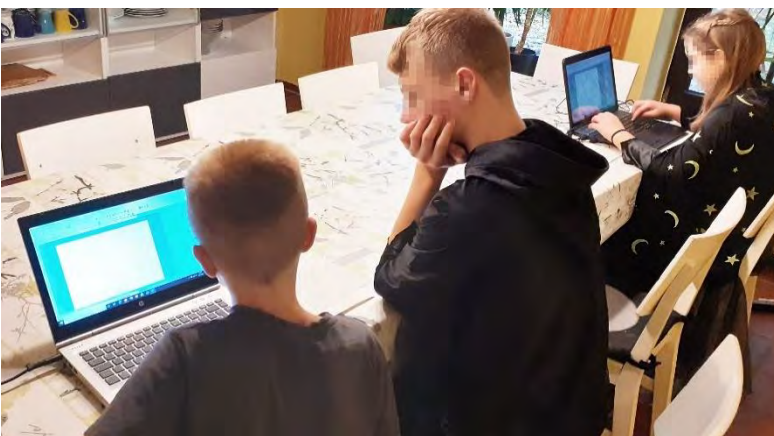
gespendet. Die Spende wurde von den Auszubildenden mit einem firmeneigenen Müllfahrzeug und einem Weihnachtsmann übergeben. [Wir bedanken uns ganz herzlich auch im Namen der Kinder und Jugendlichen für diese tolle Unterstützung zu Weihnachten.](#)



J. S.

Hausleitung
Wohngruppe Vollersode

EINFÜHRUNG IN DAS PROGRAMM OPEN OFFICE



Dem Wunsch entsprechend einiger junger Menschen der Wohngruppe Vollersode, sich mit dem Programm Open Office besser zu recht finden zu können, entstand im Rahmen unserer „KiJuKo“ (Kinder und Jugend Konferenz) die Idee, eine Einführung in das Programm anzubieten.

Es wurden zwei Aufgaben, in kleinen verständlichen Einzelschritten und einer detaillierten Anleitung, erstellt.

Vier unserer jungen Menschen fanden sich schließlich zur „Open Office Einführung“ an einem Samstag ein. Insgesamt ging die Einführung eineinhalb Stunden. Es wurde ge-

lacht, geschwitzt und hart gearbeitet. Am Ende hat es sich aber gelohnt:

Alle haben die zwei Aufgaben gemeistert und sich somit ein gutes Grundwissen über das Programm Open Office angeeignet.



RAPHAEL LIHL

Erzieher
Wohngruppe Vollersode

TIERISCHER NACHWUCHS ZU WEIHNACHTEN



Die Intensivpädagogische Wohngruppe Borken freut sich über Nachwuchs bei den Schafen. Neben den Brillenschafen hat auch das Kamerunschaf, das einer Ziege ähnlich sieht (Bild rechts), zwei Lämmchen bekommen. Ein junger Mensch berichtet:

„Unsere neuen Lämmchen sind zu Weihnachten auf die Welt gekommen. Insgesamt haben wir jetzt elf neue Lämmchen bei uns im Stall. Ein paar von den Lämmern sind braun weiß gefleckt und andere sind braun schwarz gefleckt. Eines unserer neuen Lämmchen ist hellbraun. Den Lämmern geht es allen sehr gut, sie trinken viel



Milch von ihren Müttern und werden dazu schon groß und stark. Eines unserer Lämmchen hat schon einen Namen „Luna“ bekommen, doch für die anderen sind wir noch auf der Suche.“

K.

Junger Mensch
Intensivpädagogische
Wohngruppe Borken

„WIE KLEINE KERLE (WIEDER) MUTIG WERDEN“



„Nach einem kleinen Unfall ist die Welt für den kurzsichtigen Igel mit der bunten Brille nicht

mehr wie vorher. Er hat nun ständig Angst, obwohl er das gar nicht möchte. Vielleicht fällt dem kleinen Kerl ja etwas ein, wie sich Angst austricksen lässt ... Ein Bilderbuch über Angst und darüber, wie man sie besiegt.

Altersempfehlung: zum Vorlesen ab 3 Jahren, zum Selberlesen ab 6 Jahren¹

Sehr liebenswert, lesenswert und für unsere „Kleinen“ und „Größeren“ sehr gut geeignet!

Renners, Kai

Wie kleine Kerle (wieder) mutig werden

Verlag: Renners Media, 2019

ISBN-13: 9783945288078²



KATRIN BARTH

Bereichsleitung

Quellen

1 <https://www.rennersmedia.de/produkt/produktdetailseite/>; (15.10.2020).; Anmerkung der Durchblick-Redaktion: ...zum Vorlesen ab drei Jahren, zum Selberlesen ab sechs Jahren.

2 vgl. ebd.

LASAGNESUPPE

Zutaten

500g Rinderhackfleisch
(Gewürze wie bei eurer Bolognese)
2 TL italienische Kräuter
1,5 L Gemüsebrühe
3 EL Tomatenmark
1 Tetrapack Tomatensoße (ohne Stückchen)
6 Lasagneblätter oder andere Nudeln; Spagetti
z.B. in kleine Stücke brechen
2 EL Skyr
Streukäse, nach eigenem Geschmack

Zubereitung

Hackfleisch im größeren Topf (Suppentopf) anbraten, wie geschrieben.

Ich habe es so gewürzt, wie wir es mögen: Salz, Pfeffer, Paprika rosenscharf und edelsüß, ein bisschen Knoblauchgewürz (statt Zehe)

und italienische Kräuter. Dann Tomatenmark hinzufügen, anschließend die Tomatensoße und die Brühe. Wenn alles kocht, den Skyr dazugeben. Alles etwa zehn Minuten auf niedriger Stufe mit Deckel drauf köcheln lassen.

Währenddessen die Lasagneblätter einfach in Stücke brechen. Nach den zehn Minuten in den Topf geben, rühren und alles weitere zehn Minuten köcheln lassen.

Zum Schluss mit Wasser auffüllen (und eventuell mit ein bisschen Gemüsepulver und Gewürzen, je nach Geschmack und Scharfwunsch). Ich habe gut 1 Liter hinzugefügt. Macht es so flüssig, wie ihr es mögt.

Schließlich den Streukäse unterrühren und fertig!

Bei uns gab es eine Scheibe Brot dazu. Wir mögen es etwas sämiger, nicht zu flüssig.



KATHRIN-ALICE SKADE

Leistungsabrechnung
Meppen



ERZIEHUNG PER YOUTUBE!?



Wer hat's erfunden? Herr Fabian Grolimund (Psychologe) und Frau Stefanie Rietzler (Psychologin) leiten gemeinsam die Akademie für Lerncoaching in Zürich.

Die zwei gestalten unter anderem auf YouTube eine Menge an kleinen, liebevollen, fachlich fundierten Filmen (und das auch noch mit einem tollen Schweizer Dialekt). ☺

Meiner Meinung nach bieten sich einige dieser Filme auch an, um sie gemeinsam mit den jungen Menschen zu schauen, um danach mit ihnen ins Gespräch und/oder ins Ausprobieren zu kommen. Die Themen sind vielfältig.

Ich gebe mal einige Beispiele:

- „Das Selbstwertgefühl erhöhen: Kinder und Jugendliche mitwirken zu lassen.“
- „Mein Kind wertet sich selber ab – wie soll ich reagieren?“
- „Frustrationstoleranz – Verlieren lässt sich lernen!“
- „Mobbing in der Schule auflösen: Der No Blame Approach.“
- „Verträumte Kinder beim Lernen motivieren.“

Viel Spaß beim Stöbern!¹

[Einfach bei YouTube „Akademie für Lerncoaching“ eingeben, dann geht's los...](#)



HEDDA AUSTERMÜHLE

Erziehungsleitung
Münster

Quelle

1 Akademie für Lerncoaching: YouTube Kanal;
<https://www.youtube.com/user/mitkindernlernen/videos>; (15.12.2020).

WONNEPROPPEN DES MONATS

Tofte

Wir gratulieren ganz herzlich Anne Backhaus und Jochen Lingelbach sowie Nana und Kito zu einem neuen Familienmitglied.

Am 17.10.2020 hat die kleine Tofte sehr plötzlich in einem Zirkuswagen mit 4 kg und einem halben Meter das Licht der Uckermark erblickt.

T aufrisch

O pas Heimatort Geborene

F reude von Kito und Nana

T otal gut gelaunt (überwiegend)

E nergiebündel



Elina



Wir freuen uns sehr mit Lena Niermann über die Geburt ihrer Tochter.

Elina erblickte am 04.01.2021 um 08.21 Uhr das Licht der Welt.

Sie brachte 3225 Gramm auf die Waage und war 52 Zentimeter groß.

E inzigartig

L iebenswert

I nteressiert

N eckisch

A temberaubend



LÖSUNGEN HEFT 137

Original oder Fälschung

Im letzten Durchblick ging es um das Bild mit dem Schneemann, in dem sich acht Fehler versteckt haben. Nachfolgend gibt es die Auflösung.



Sudoku

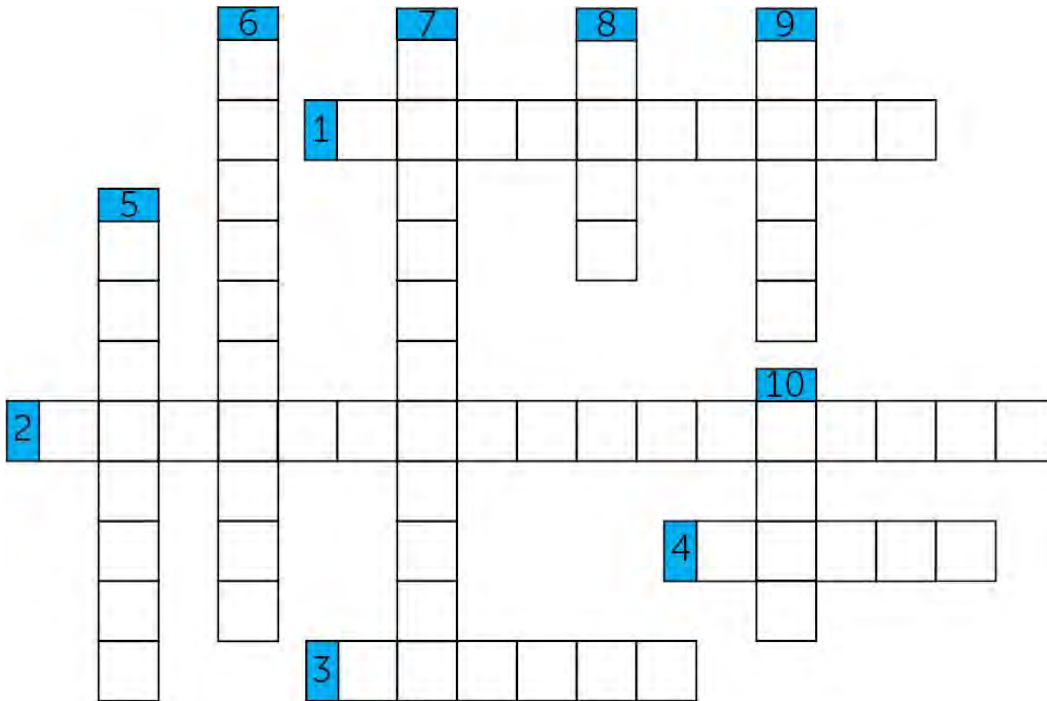
2	7	8	4	3	5	1	9	6
9	3	4	6	8	1	7	2	5
1	5	6	9	7	2	3	8	4
5	6	2	7	9	4	8	3	1
7	9	1	3	5	8	6	4	2
4	8	3	2	1	6	5	7	9
3	1	5	8	4	9	2	6	7
6	4	7	1	2	3	9	5	8
8	2	9	5	6	7	4	1	3

6	3	8	7	5	9	4	1	2
4	2	7	8	1	6	9	3	5
9	1	5	2	3	4	7	8	6
2	8	4	5	9	1	6	7	3
3	9	1	4	6	7	5	2	8
5	7	6	3	8	2	1	4	9
7	6	3	9	4	8	2	5	1
8	4	9	1	2	5	3	6	7
1	5	2	6	7	3	8	9	4

RÄTSEL

Giterrätsel mit Fragen zum Durchblick 138

Tragen Sie die Lösungen auf die folgenden Fragen zur aktuellen Ausgabe waagerecht oder senkrecht der Nummerierung nach in das Gitter ein. Nachschlagen erwünscht.
Wir wünschen viel Freude beim Rätseln!



waagerecht

1. Gesucht wird das Motiv, das in Lebensgröße neben einen Weihnachtsmann an die Fensterscheiben einer Wohngruppe gemalt wurde. Das Foto ist im Bericht von Rita Berends zu finden.
2. Michaela Heine stellt sich in dieser Ausgabe als neue Mitarbeiterin vor. In welcher Abteilung hat sie die Teamleitung übernommen?
3. Bitte ergänzen: Das Gegenteil von cool lautet ...
4. Gesucht wird der Schriftzug auf dem Foto im Bericht von Kira Schwendtner.

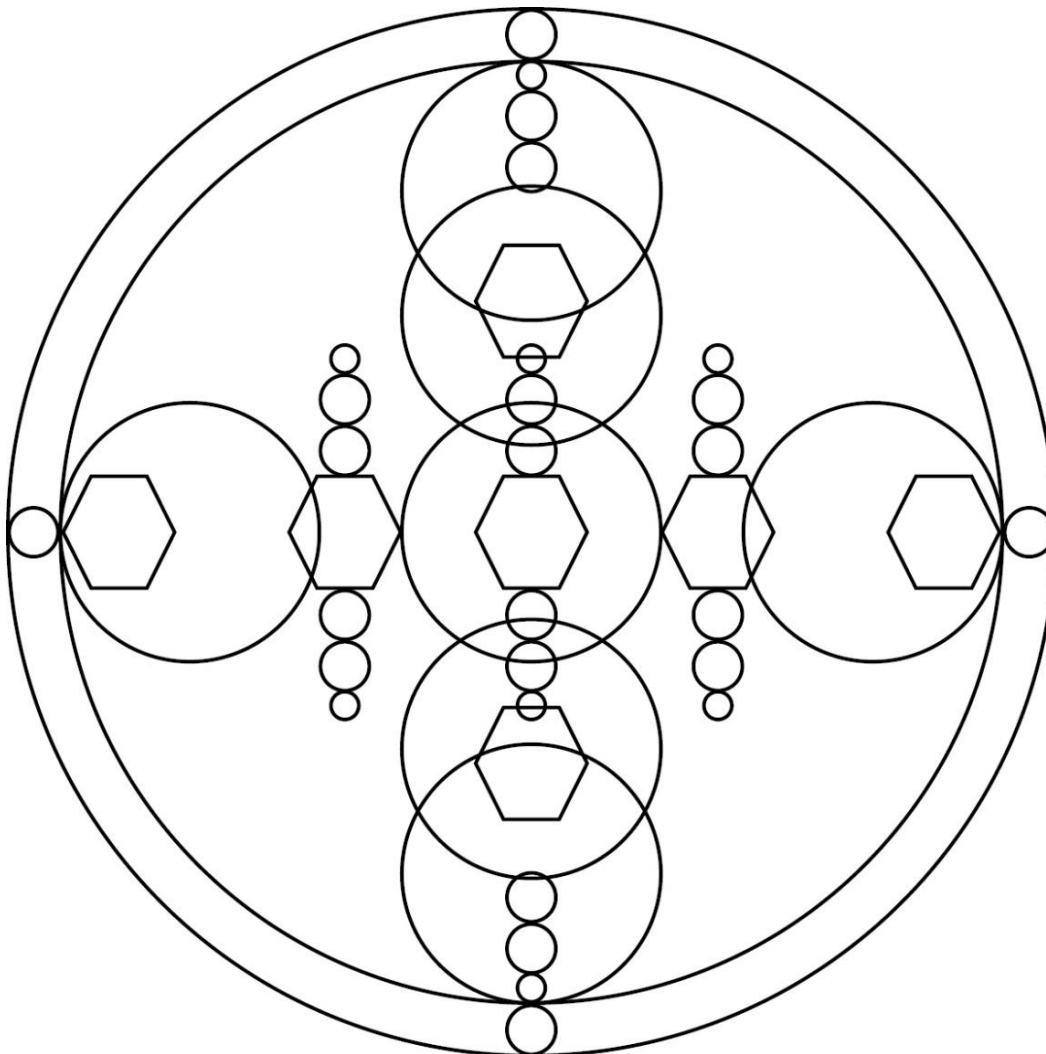
senkrecht

5. Christina Lichtenborg empfiehlt in dieser Ausgabe „Das 6-Minuten ...“. Gesucht wird das Wort, das den Buchtitel vervollständigt.
6. Gesucht wird der Ort der Wohngruppe, in der die Einführung in das Programm Open Office stattfand.
7. Der Name der Schachtel, in der die Geschenke zu Weihnachten im Bericht von Juliane Brack verpackt und verschickt werden. Kleiner Tipp: Das gesuchte Wort versteckt sich auch im Namen der Aktion, um die es hier geht.
8. Gesucht wird der Vorname der Autorin, die in dieser Ausgabe über die Rückführung von jungen Menschen berichtet.
9. Die Art der Erzählung in der Geschichte über den Frosch. Das gesuchte Wort ist in der Überschrift des Berichtes von Andrina Hoppe zu finden.
10. Gesucht wird der Name des Tieres, von dem das Buch „Wie kleine Kerle (wieder) mutig werden“ handelt.

FAST DAS LETZTE

Mandala

Eine kreative Freizeitbeschäftigung für Jung und Alt. Einfach Stifte rausholen und losmalen.



Sind drei Schildkröten zu einer Quelle unterwegs. Sie plagt nämlich mächtig der Durst. Sie laufen ein Jahr, zwei Jahre, drei Jahre und endlich kommen sie an.

Gierig wollen sich die ersten beiden Schildkröten auf das Wasser stürzen, da merkt doch die dritte, dass sie ihre Trinkbecher vergessen haben.

"Ach, das ist doch egal!", sagt die erste Schildkröte. „Ich habe so einen Durst!“, klagt die zweite Schildkröte.

„Nein, nein“, sagt die dritte Schildkröte, "also ohne Trinkbecher, das geht doch nicht! Wo bleiben denn da die Manieren! Passt auf, ihr wartet hier und ich gehe zurück und hole unsere Trinkbecher!" Die anderen müssen sich

wohl oder übel darauf einlassen, setzen sich auf einen Stein und warten. Sie warten ein Jahr, zwei Jahre, drei Jahre...

Da hält es die eine Schildkröte nicht mehr aus und sagt zur anderen: "Also mir ist jetzt alles egal, ich muss jetzt etwas trinken!"

Sie geht zur Quelle und gerade als sie einen Schluck nehmen will, kommt die dritte Schildkröte aus einem Busch und sagt: "Also wenn ihr schummelt, gehe ich gar nicht erst los ..."

Gute Frage...

Eine Thermoskanne hält im Winter warm und im Sommer kalt.

Doch woher weiß sie, wann Sommer und wann Winter ist?

WISSENSWERTES DER BKJH

Wer Sind Wir?

Wir sind das große und vielfältige Team eines sozialen Unternehmens, das sich seit 1976 für die Vermittlung nachhaltiger Bindung einsetzt. In der Balance zwischen Professionalität, Leidenschaft und Realität leben wir unser Leitbild KiM – Kind im Mittelpunkt. Dies ist das Leitmotiv für unser gesamtes Wirken und für alle von uns zu treffenden Entscheidungen.

Unser Engagement für junge Menschen, die aus unterschiedlichsten Gründen nicht in ihrer Herkunftsfamilie aufwachsen können, wurzelt in der aktiven Auseinandersetzung mit der Heimkampagne der 1970er Jahre. Unserer Überzeugung nach kann eine sichere Bindung zwischen aufgenommenen Kindern/Jugendlichen und Bezugspersonen nur im kleinsten, möglichst familienähnlichen Rahmen erreicht werden. Gleichzeitig wird ein professioneller Wirkungskreis benötigt, um den oft traumatischen Vorerfahrungen der jungen Menschen gerecht zu werden. Unsere Erfahrung zeigt, dass durch die BKJH-Konzepte und dem Engagement der BKJH-Fachkräfte verlässliche Bindungen entstehen, die einen therapeutischen Effekt erzielen und Traumata auffangen können.

ZIELE UND ABSICHTEN

Wir unterbrechen die tradierte Fremdunterbringung in den Generationen und können diesbezüglich in den vergangenen Jahrzehnten nachweislich Erfolge aufweisen. Unsere Absicht ist die Förderung der jungen Menschen zu eigenverantwortlichen Persönlichkeiten, die mit Freude einem sinnerfüllten Leben entgegenblicken. Unser Ziel ist, die uns anvertrauten jungen Menschen zur nachhaltigen Unabhängigkeit von staatlichen Hilfeleistungen zu befähigen.

METHODEN

Den überwiegend emotional unterversorgten Kindern und Jugendlichen bieten wir im Rahmen des Bindungskonzeptes das „Nachnähren“ von Grundbedürfnissen in einem geschützten Rahmen an. Die Erfahrungen von zuverlässigen Bezugspersonen, in Profifamilien® zuverlässigen „Ersatzeltern“, stellen das Fundament dar, um die Ziele der BKJH-Angebote zu erreichen. Dabei ist der professionelle Umgang mit der Herkunftsfamilie der aufgenommenen jungen Menschen unabdingbar und wird nach Möglichkeit durch die BKJH gefördert. So können die Kinder und Jugendlichen ihre Angstbindungen lösen, Übertragungsmechanismen abbauen, das Zurückfallen in alte Verhaltensweisen vermeiden und sich ihrer Wurzeln bewusstwerden.



KIND IM
MITTELPUNKT

KiM



BINDUNGS-
KONZEPT

Die BKJH nimmt Kinder auf, die nicht in ihrer Herkunftsfamilie leben können. Die Profifamilien® der BKJH bieten dem Kind Perspektiven für eine neue lebenslange Bindung.

PROFIFAMILIE®

Die Profifamilie® (Erziehungsstelle nach § 34 SGB VIII) bildet das Kernstück des pädagogischen Konzeptes der BKJH. Mit über 40 Jahren Erfahrung in der pädagogischen Begleitung von Profifamilien®, schauen wir auf die Lebensentwicklung von mehreren Generationen junger Menschen zurück. Das Vorleben von Werten und das Befriedigen von Grundbedürfnissen sind die wichtigsten Aufgaben einer Profifamilie®. Mindestens ein Elternteil einer Profifamilie® verfügt über eine pädagogische Ausbildung und wird in einem Vorbereitungskurs der BKJH vorbereitet. Nach erfolgreichem Abschluss können Profifamilien® bis zu zwei junge Menschen aufnehmen. Auch Alleinerziehende und gleichgeschlechtliche Paare kommen für diese Aufgabe in Frage. Wichtiger Bestandteil dieses pädagogischen Engagements ist die Zusammenarbeit mit der Erziehungsleitung im jeweiligen Pädagogischen Zentrum. Die Profifamilien® treffen sich dazu wöchentlich in den Erziehungskonferenzen unter der Moderation der Erziehungsleitung und erhalten somit die kontinuierliche Möglichkeit zu Austausch, Reflektion und Beratung. Auch die notwendigen Kontakte zum Herkunftssystem werden durch die Erziehungsleitungen moderiert. Sie finden in der Regel in den Pädagogischen Zentren statt. Die BKJH bietet dem pädagogisch ausgebildeten Elternteil ein sozialversicherungspflichtiges Anstellungsverhältnis und bei Bedarf Entlastungen für das gesamte Familiensystem.



DAS CLEARINGHAUS

Das Clearinghaus in Meppen ist eine diagnostische Einrichtung mit zehn Plätzen für junge Menschen im Alter von 2 bis 14 Jahren. In einem Zeitraum von vier bis sechs Monaten bieten wir für die Jugendämter eine pädagogische/psychologische Diagnostik an, mit der wir eine Empfehlung für die weitere Lebensperspektive des Kindes abgeben. Weitere diagnostische Fragestellungen werden in Kooperation mit dem Sozialpädiatrischen Zentrum in Meppen abgeklärt.

PSYCHOLOGISCHER DIENST

Der Psychologische Dienst der BKJH befindet sich in Meppen, in unmittelbarer Nähe zur Zentrale. Das Team besteht aus Diplom-Psycholog_innen, u.a. mit therapeutischer Zusatzausbildung. Der Psychologische Dienst steht den uns anvertrauten jungen Menschen mit Entwicklungsverzögerungen, Verhaltensauffälligkeiten, psychologischen Störungen und Traumatisierungen zur Verfügung.



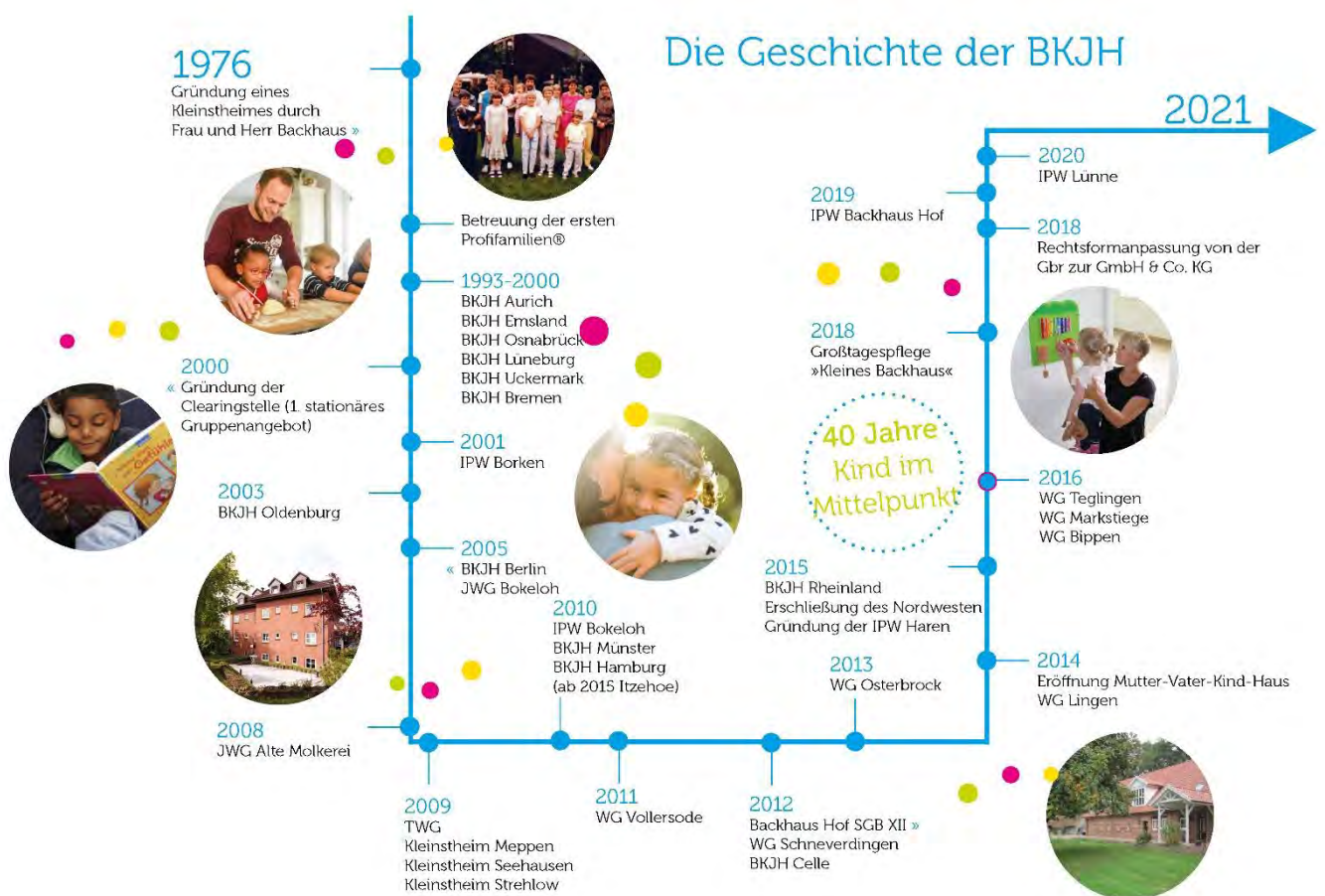
MUTTER/VATER UND KIND HAUS

Das „Backhaus Mutter/Vater und Kind Haus“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, jungen Müttern und Vätern mit ihren Kindern eine neue Perspektive bis hin zur Verselbständigung zu geben. Hier können sie zur Ruhe kommen, den nötigen Schutz erfahren und sich mit pädagogischer Hilfe weiterentwickeln. Einerseits werden die Eltern beraten, begleitet und betreut, andererseits werden die Erziehung und der Schutz der Kinder sichergestellt.



WOHNGRUPPEN UND VERSELBSTSTÄNDIGUNG

Die Erfahrungen im Clearinghaus haben uns gezeigt, dass einige junge Menschen mehr Förderung benötigen und nach der Diagnostikphase nicht in ein niederschwelliges Setting wechseln können. Somit haben wir in und um Meppen sowie an weiteren Standorten der BKJH Wohngruppen mit unterschiedlichen pädagogisch/psychologischen Leistungsangeboten gegründet, u.a. mit tiergestützten Angeboten auf Bauernhöfen. Ein wesentlicher Bestandteil der inhaltlichen Arbeit dieser Wohngruppen ist die enge Zusammenarbeit mit dem psychologischen Dienst der BKJH. Auch für den Übergang zwischen Wohngruppe/Erziehungsstelle und der Selbstständigkeit der jungen Menschen haben wir Angebote geschaffen, um die Jugendlichen in dieser herausfordernden Phase zu unterstützen. Im Training zur Selbstständigkeit werden Jugendliche und junge Erwachsene nach § 41 SGB VIII betreut, die in Wohngemeinschaften oder Einzelwohnungen durch Fachleistungsstunden unterstützt werden. Für die heranwachsenden jungen Menschen haben wir verschiedene Möglichkeiten der beruflichen Ausbildung geschaffen, die sozialpädagogisch intensiv begleitet werden. Diese Ausbildungsbereiche sind speziell für junge Menschen aus Einrichtungen/Profifamilien® der BKJH entwickelt, die auf dem freien Ausbildungsmarkt keine Chancen bekommen.



DIE NÄCHSTE AUSGABE

N° 139 // Themen dieser Welt

Im kommenden Heft möchten wir uns mit den Themen dieser Welt auseinandersetzen. Auch wenn es naheliegend scheint, in der aktuellen Krise einen Text über Corona zu verfassen, möchten wir an dieser Stelle Schlagwörter wie Klimawandel, Umweltschutz, Wahlkampf, Trump und Impfstoff anführen. Das Leitthema „Themen dieser Welt“ bietet jede Menge Spielraum, den wir gerne nutzen möchten. Wir freuen uns über verschiedene Blickwinkel und eine bunte Mischung an Beiträgen. Diese müssen nicht immer seitenfüllend sein, auch kurze Bemerkungen, Hinweise und Statements können wir unterbringen.

Beiträge bitte an:

KATHARINA STUPP
Backhaus Kinder- und Jugendhilfe Emsland
Fillastraße 7 | 49716 Meppen

durchblick@backhaus.de
T 059 31 . 98 92 26



EINSENDE-
SCHLUSS

01.03.2021

Hinweise zur Lieferung

Beiträge können sowohl als Brief oder als Datenträger gesendet werden (alle gängigen Dateiformate können bearbeitet werden). Vom Fax bitte ich möglichst abzusehen. Bei Einsendungen von Fotos bitte darauf achten, dass diese scharf, hell und nicht zu klein sind.

Jede Einsendung bitte mit der Rubrik, für die sie bestimmt ist, und mit dem Namen des/der Autor_in versehen.

Hinweise zum Inhalt

Für folgende Rubriken können Beiträge verfasst werden:
Vorstellung des Leitungsteams, aller Kolleg_innen (nicht nur aus dem pädagogischen Bereich) und ihrer Familien, sowie potentieller Mitarbeiter_innen.

Aktuelles (z. B. Presseschau, Allgemeines zur Heimerziehung, politische Sichtweisen)

Berichte über Aktivitäten unserer Familien (z.B. Feste, Urlaub)

Buchbesprechungen (Kinder- und Fachbücher)

Kinderseiten, die auch von Kindern gestaltet sein sollten

Informationen über interne und externe Fortbildungsangebote

Witze, Kindermund und Rätsel

Kleinanzeigen (suche, biete, tausche ...)

Leser_innenbriefe

Praktische Tipps (Basteln, Werken, Rezepte ...)

Interne und externe Termine und Veranstaltungshinweise

Sonstiges



Im Internet finden Sie uns unter:
www.backhaus.de