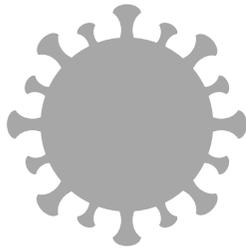
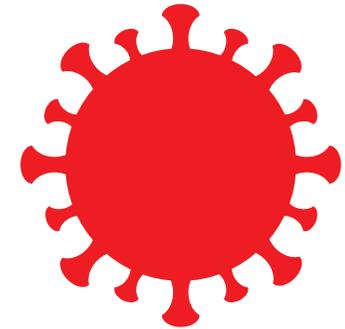


ePaper zur Corona-Situation

—
Februar 2021



LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

Grußwort des Jugendhof-Teams

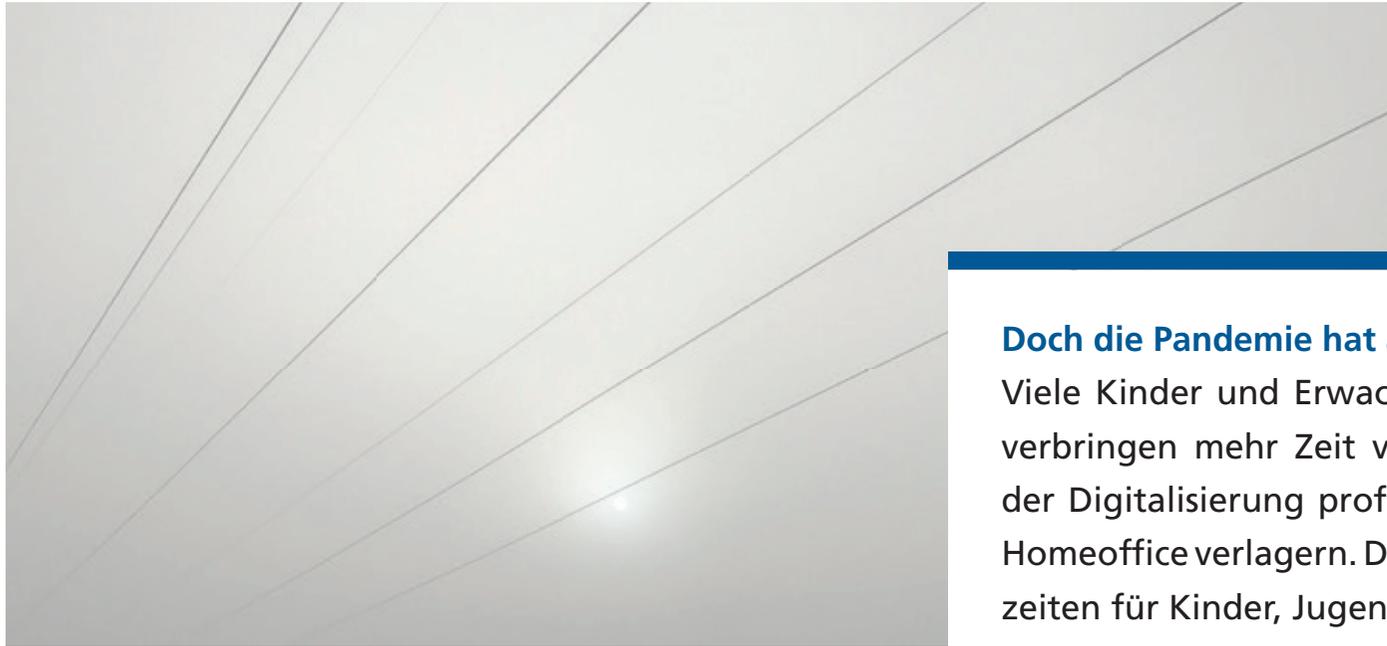


Liebe Kolleginnen und Kollegen,

das Jahr 2020 war von einer globalen Krise geprägt, die nicht nur die Menschheit insgesamt, sondern auch jede und jeden Einzelnen vor Herausforderungen stellt. Und die Krise dauert trotz Hoffnungsschimmer in Form von Impfstoffen an und wird uns auch 2021 weiter beschäftigen und fordern. Diese Herausforderungen können dabei ganz unterschiedlich und dabei auch noch unterschiedlich belastend sein.

All das, was die (erwachsenen) Verantwortungsträger steuern, wirkt sich auf Kinder und Jugendliche aus. Das fängt bei den Regelungen für den Kita- und Schulbetrieb an und geht bis zu den persönlichen Formen der Freizeitgestaltung, die zum Teil massiv eingeschränkt sind und waren.

Grußwort des Jugendhof-Teams



Doch die Pandemie hat auch indirekte Folgen:

Viele Kinder und Erwachsene bewegen sich weniger und verbringen mehr Zeit vor Bildschirmen. Viele haben von der Digitalisierung profitiert und konnten Tätigkeiten ins Homeoffice verlagern. Doch was bedeuten diese Bildschirmzeiten für Kinder, Jugendliche und ihre Entwicklung?

Diese Besonderheiten der Corona-Krise sind für viele in Form von deutlich gestiegenem Stress spürbar geworden. Welche Auswirkungen hat es auf Kinder und Jugendliche, wenn die erwachsenen Bezugspersonen gestresst sind? Organisationen, die dem Kinderschutz gewidmet sind, wie z. B. der Kinderschutzbund oder Save The Children, schlagen Alarm. Sie gehen von einer Zunahme häuslicher Streitigkeiten und Gewalt aus. Wie lassen sich Familien stabilisieren und Kinder schützen?

Im Juni 2020 hat sich das pädagogische Team des Jugendhofs zu einer Klausurtagung getroffen. Die coronageprägten Perspektiven auf Kinder und Jugendliche haben uns dabei stark bewegt. Aber auch darüber hinaus haben wir uns die Frage gestellt, für welche Werte wir als Fortbildende im Bereich der Kinder- und Jugendhilfe eintreten wollen. Unsere Diskussion hat zu einer Aktualisierung unseres Leitbildes geführt. Ein Wert hat dabei eine maßgebliche Rolle gespielt: die Verbundenheit.

Grußwort des Jugendhof-Teams



Für uns bedeutet Verbundenheit zunächst, dass der Mensch ein soziales und auf ein Miteinander angewiesenes Wesen ist. Dies spiegelt sich u. a. in Konzepten für soziales Lernen wider. Verbundenheit hat neben der Qualität zwischenmenschlicher Beziehungen auch andere Ebenen. Wir sind mit dem gesamten Planeten verbunden, und diese Verbundenheit zwingt uns in eine Verantwortung, auf die auch die Fridays for future-Bewegung aufmerksam macht: Wir müssen als Spezies Mensch eine klimaschonendere und nachhaltigere Lebensweise entwickeln. Diese Gedanken spielen in der Kinder- und Jugendhilfe eine immer größere Rolle.

Für das Jugendhof-Team ist Fortbildung Lernen in Begegnung. Doch gerade Begegnungen galt es in diesem Jahr über weite Strecken zu vermeiden. So mussten wir uns digital verbinden und haben einige Fortbildungen in Form von Videokonferenzen angeboten.

In diesem ePaper haben wir, auch als Zeichen der Verbundenheit, einige Gedanken für Sie zusammengestellt.

Bleiben Sie gesund! Wir freuen uns auf ein Wiedersehen, das hoffentlich auch bald wieder in persönlicher Begegnung stattfinden kann.

Das Team des Jugendhofs

Christian Pöhl

David Bremer

Sabine Kumpf-Schens

Diane Piel

Stefanie Schneider

Barbara Steiber-Stoll

Hilmi Zort Jerm

Florian

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten

Sabine Haupt-Scherer

sabine.haupt-scherer@lwl.org



Was ich als Expertin für Traumapädagogik zu Corona zu sagen hätte, werde ich immer öfter gefragt. / Dass Corona-Zeiten alte Traumata reaktivieren können, habe ich dann geantwortet und von dem Mädchen erzählt, das im Lockdown panisch wird, weil Erinnerungen reaktiviert werden, wie der prügelnde Vater sie und ihre Mutter in den Keller eingesperrt hat, wie sie dann im Frauenhaus in einem Zimmer gesessen haben und sich wegen seiner Nachstellungen nicht raus trauten.

Oder ich habe von der alten Frau erzählt, die mit dem Rollator einkaufend unterwegs war und die jeden, den sie kannte, gefragt hat: »Fallen jetzt wieder Bomben?«

Und die Bedrohung von Corona kann selbst Traumata auslösen: Die Angst vor einer lebensbedrohlichen Krankheit, die man nicht einschätzen kann, die Angst am Tod anderer schuldig zu werden, weil man erst sich selbst und dann andere angesteckt hat, die Angst vor wirtschaftlichem Ruin oder dem Verlust der wichtigsten Bezugspersonen.

Die vielen Nachfragen haben mich motiviert, die Frage systematischer anzugehen.

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Die Corona-Zeit als traumatischer Stress – eine Bestandsaufnahme

Ein Trauma ist ein existenzbedrohendes Ereignis, das ohnmächtig macht, weil man weder fliehen noch kämpfen kann. Das sind neben Naturkatastrophen und Unfällen, familiären, gesellschaftlichen und politischen Katastrophen auch medizinische Katastrophen: Der Virus bedroht die Gesundheit, die leibliche und seelische Unversehrtheit, er bedroht die soziale Einbindung und Verbundenheit, er bedroht wirtschaftliche Existenzen und Zukunftspläne. Das Warten auf das Testergebnis wird zur Zerreißprobe, Quarantäne fühlt sich wie Gefangenschaft an, Corona-Informationen der Presse gleichen einer Kriegsberichtserstattung.

Social Distancing verhindert Stressregulation durch Bindung und Nähe. In der Not wollen wir eigentlich zusammenrücken. Persönliche Nähe und Fürsorge sind das beste Mittel gegen Stress. In Zeiten, in denen Freunde manchem wichtiger geworden sind als Familie, werden wir durch die Kontaktbeschränkungen auf Familie zurückgeworfen. In manchen Familien kommen Streitigkeiten auf engem Raum (Social Pressuring) hinzu, häusliche Gewalt steigt an. Die in der Gesellschaft ohnehin zunehmende Einsamkeit kann nicht mehr durch Gruppenevents überdeckt werden. Das macht Stress.

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Dauerstress kann krank machen

Stress ist eigentlich ein kurzfristiges Notfallprogramm, das uns leistungsfähiger machen soll. Kurzfristige Stressreaktionen stärken unsere Leistungsfähigkeit und unsere Entschlossenheit. Adrenalin und Noradrenalin putschen uns kurzfristig auf. So sind wir auf Gefahrenabwehr optimal vorbereitet.

Auf Dauer gestellt macht Stress uns krank. Der Organismus gerät unter Kortisol einfluss. Ein dauerhaft hohes Stressniveau soll das Überleben des Clans in bedrohlichen Umweltveränderungen wie etwa Klimawandel sicherstellen. Dieses hohe Stressniveau ist sogar epigenetisch vererbbar über drei bis vier Generationen (vgl.: dazu: Christoph Jung: Corona. Unsere Psyche im Notstand. Wie wir Isolation- Existenzangst – Stress verkraften können. Wroclaw 2020.). Die nun dauerhaft hochregulierte Stressachse schadet unserem

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Denkvermögen. Sie wirkt zerstörerisch auf unser Gehirn. Das Immunsystem leidet, Menschen werden dünnhäutiger. Ihre Wahrnehmung wird eingeengt, ihre Affekt- und Impulskontrolle wird schwieriger, das Selbstbewusstsein und das Gefühl, das eigne Leben im Griff zu haben leidet, Ess- und Schlafverhalten sind gestört, Übererregung und Müdigkeit schlecht zu regulieren. Auch die Normen und Werte verändern sich: Hamstern und Rückzug werden salonfähig, Fürsorge äußert sich in Distanz, Nähe wird zur Gefahr. Wir durchleben eine Krise mit traumatisierendem Potential. Wo Stress traumatisch wird, greifen psychotrau-

matologische Abwehrmechanismen: die Seele schützt sich vor dem, was unerträglich ist. Manche spalten ab, tun so, als wäre nichts, andere leugnen aktiv, dass es eine Gefahr gibt, oder sie folgen Verschwörungstheorien, finden Schuldige heraus, um Kontingenz und damit Ohnmacht zu reduzieren. Manche klammern sich an eine »Gerechte-Welt-Ideologie«: »Die Opfer sind selbst schuld, haben nicht aufgepasst!« (Vgl. Robert Bering (Hrsg.): Die Psyche in Zeiten der Corona-Krise. Herausforderungen und Lösungsansätze für Psychotherapeuten und soziale Helfer. Stuttgart: Klett-Cotta 2020).

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Traumapädagogische Möglichkeiten zur Stabilisierung

Aus den Erkenntnissen der Psychotraumatologie und Stressforschung hat sich neben der Traumatherapie die Traumapädagogik entwickelt, seit 2000 mit eigenem Berufsverband. Traumapädagogik möchte Stress regulieren helfen und so zu einem verbesserten Umgang Traumatisierter mit sich selbst und ihren Schwierigkeiten und dann auch zum einem besseren Umgang mit Anderen beitragen. Zentrale Interventionsstrategien zur psychosozialen Versorgung von Menschen während und nach komplexen Gefahren- und Schadenslagen sind:

- Die Förderung von Sicherheit und Beruhigung
- Die Förderung von Selbstwirksamkeit und kollektiver Wirksamkeit
- Die Förderung von Kontakt und Verbundenheit
- Die Förderung von Hoffnung.

Entlang der sechs »Säulen der Persönlichkeit«, der sechs entscheidenden Funktionen und Fähigkeiten, die im Frontalhirn lokalisiert sind und die Persönlichkeit ausmachen, möchte ich darstellen, wie traumapädagogische Stabilisierung aussehen kann. Diese sechs Funktionen orientieren sich am Diagnosefragebogen zur Beschreibung von Traumafolgen (IkPTBS: Inventar komplexe posttraumatische Belastungsstörung).

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Wahrnehmung und Orientiertheit

Traumatische Erfahrungen stören die Wahrnehmung und Orientiertheit, weil sich immer wieder alte Erfahrungen vor die Gegenwart schieben (Flashbacks, zwanghaftes Erinnern). Menschen können ‚Hier‘ und ‚Jetzt‘ und ‚Dort‘ und ‚Damals‘ nicht mehr gut unterscheiden. Dagegen hilft alles, was die Wahrnehmung im Hier und Jetzt stärkt:

Achtsamkeitsübungen, Atemübungen, Body Scan; alles, was uns spüren lässt. Auch die Lenkung der Aufmerksamkeit hilft: »Nenn mir fünf grüne Gegenstände im Raum«. Bewegung im Raum hilft und Erdung: aktiven Kontakt mit den Füßen zum Boden machen, Aufstampfen und ähnliches. Es hilft, Dinge aus der Vergangenheit oder Befürchtungen abzulegen (Containment), etwa durch Tagebuchschriften oder durch Imagination von Gepäck ablegen. Und Faktenwissen hilft zur Orientierung: Wissen um die Krankheit, den Stand der Infektionen und die Schutzmöglichkeiten, aber auch Wissen um Stressphänomene als normale Reaktionen auf unnormale Erlebnisse und als Reaktionen, gegen die man etwas tun kann. In der Traumapädagogik nennt man das Psychoedukation.

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Affekt- und Impulskontrolle

Menschen werden unter (traumatischem) Stress dünnhäutiger. Die Nerven liegen blank, sagt man. Oder: Die Zündschnur ist kürzer. Wir lassen uns zu Sätzen oder Handlungen hinreißen, die uns später leidtun. Die Traumapädagogik spricht von Affekt- und Impulskontrollstörungen oder aggressiven Dysregulationen. Das Gehirn lässt sich zu Verteidigungsreaktionen hinreißen, wo gar keine Gefahr im Verzug ist: Fehlalarm im Gehirn. Traumapädagogik sucht nach den ersten Anzeichen eines Kontrollverlustes im Körper – dem somatischen Marker. Wenn ich weiß, wie es sich anfühlt, kurz bevor das Notfallprogramm anspringt, kann ich noch bremsen, kann mich aktiv beruhigen oder aus dem Verkehr ziehen. Hierzu würde sich die Vorstellung eines sicheren Wohlfühlortes eignen, ein kurzes Gespräch

mit einem vertrauten Menschen. Eine gute Notfallmaßnahme, um Aufregung zu stoppen, ist die Ausatemstopp-technik. Man atmet ganz tief aus und hält dann vor dem nächsten Einatmen die Luft an. So entsteht eine Sauerstoffunterversorgung und das Gehirn schaltet auf Beruhigung, um Sauerstoff zu sparen. Zur Affekt- und Impulskontrolle kann es auch gehören, trotz hoher Medienpräsenz die Beschäftigung mit dem Thema zu begrenzen, etwa auf eine Stunde am Tag. Zur Affekt- und Impulskontrolle gehört es auch, die eigenen Abwehrmechanismen zu reflektieren und verändern: Wo gerate ich in Übererregung? Wo ignoriere ich Themen oder spalte sie ab? Wo leugne ich und wo verfalle ich in die Suche nach einem Schuldigen, um die eigene Ohnmacht nicht spüren zu müssen?

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Selbstbild

Auch unser Bild von uns selbst wird in traumatischen Stresssituationen beschädigt. Die Psychologie spricht von Selbstkonzepten und zählt dazu: Selbstbild, Selbstbewusstsein, Selbstwert und Selbstwirksamkeit. Während und nach bedrohlichen Ohnmachtserfahrungen fühlt man sich unsicherer und oft hilfloser, als man eigentlich ist.

Man verliert den Blick für die eigenen Handlungsspielräume. Die gilt es zurückzuerobern. Alles, was mir hilft, mich wirksam zu fühlen, ist unterstützend. Wo kann ich mich schützen? Wo kann ich sehen, was ich schaffe (Sport, Kochen, Backen, Aufräumen, künstlerisch tätig sein)? Es ist wichtig, sich immer wieder bewusst zu machen, was ich schon geschafft habe und was ich kann.

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten

Kontakt- und Beziehungsfähigkeit



Traumatischer Stress macht einsam. Er beeinträchtigt unsere Fähigkeit uns in Gegenwart anderer Menschen wohl und sicher zu fühlen. In Corona-Zeiten ist das besonders der Fall. Der Mitmensch wird zur Gefahr. Dabei ist eigentlich Bindung und Verbundenheit unsere effektivste Stressregulation. Menschen beruhigen sich als soziale Wesen gerade durch Körperkontakt und Mimik. Beides schränkt Corona und die Maskenpflicht ein. Studien zeigen, dass Menschen, wenn sie Maske tragen, unwillkürlich weniger kommunizieren. Da hilft es möglicherweise, sich klar zu machen, dass social distancing eigentlich physical distancing ist. Social Engagement: Verbundenheit ist aber auch ohne körperlichen Kontakt möglich. Telefon und digitale Medien können bewusster für soziale Kontakte genutzt werden. Erst allmählich entstehen neue Ideen: virtuelle Geburtstagsfeiern, Zoom-Partys, Beratungsgespräche im Spazierengehen auf Abstand. Auch alte Ideen kann man nutzen: Briefe schreiben, für jemanden eine Kerze ins Fens-

ter stellen, füreinander basteln, backen, einkaufen gehen. Die Kinder können im Garten spielen und die Großeltern vom Balkon oder durch die Terrassentür winken. Eine Idee fand ich so schön, dass ich sie weitergeben will: Ein Paar hat für ein anderes mitgekocht, hat ihnen das Essen vor die Tür gestellt, und dann haben beide Paare dies Essen gegessen und Wein getrunken in je ihrer Wohnung und dabei vor einem Laptop gesessen und sich per Videokonferenz unterhalten.

Für Kinder entsteht Sicherheit durch Bindungspersonen: durch Erwachsene, die ihnen das Gefühl vermitteln, dass sie klüger, weiser und stärker sind und die Kontrolle haben. Klare Informationen und Handlungsempfehlungen, die nachvollziehbar sind und kontinuierlich durchgehalten werden, erhöhen die Sicherheit. Da gab es bei den Erwachsenen und ihren Regeln in den vergangenen Wochen und Monaten noch Luft nach oben.

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Körperregulation

Auch die Regulation der eigenen Körperfunktionen leidet unter Dauerstress. Das Essverhalten ändert sich (Hunger nach »Notfallessen«: zu süß, zu fettig, zu viel), es kommt zu Schlafstörungen, Müdigkeit, Unter- oder Übererregungszuständen und psychosomatischen Beschwerden. Hier hilft ein bewusster Blick auf Selbstfürsorge: Bewege ich mich ausreichend (Dadurch werden Stresshormone abgebaut!)? Wie kann ich mich gesund ernähren? Stress fördert die Übersäuerung im Körper. Kann ich mich basischer ernähren? Ist meine Schlafhygiene ausreichend (keine Medien und Nachrichten vor dem Schlafengehen ...)?

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Normen und Werte

Auch die Normen und Werte verändern sich unter traumatischem Stress. Das Weltbild verändert sich. Neugier wird weniger. Die Welt wird als bedrohlich erlebt. Egoismus wird als Selbsterhaltung salonfähig. Ängstliche hamstern Klopapier und drängen andere von den Regalen weg. Andere fragen sich, warum sie Masken tragen sollen, wenn die eher andere als sie selbst schützen. Darf man Alte und Sterbende noch besuchen? Darf man durchseuchen lassen, wenn dann einige Bevölkerungsgruppen extrem gefährdet sind? Darf man die Wirtschaft runterfahren? Wirtschaftli-

che Existenz und Gesundheit gegen einander ausspielen? Welche Risiken darf man in Kauf nehmen? Auch hier tut eine parteiliche Haltung für Verbundenheit und gegen Gewalt not: Ehrfurcht vor dem Leben, wie es Albert Schweitzer sagt. Spirit of Nonviolence hat Gandhi es genannt. Das wäre auch eine pädagogische Aufgabe: uns verbunden zu fühlen als Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will. Oder als kategorischer Imperativ formuliert: Handle so, dass alles, was du tust der Erhaltung des Lebens dient.

Impulse der Traumapädagogik in Corona-Zeiten



Zum Schluss

Eine Frage, die mir in letzter Zeit häufig gestellt worden ist: »Welche Rolle spielt es für Ihr traumapädagogisches Arbeiten, dass Sie Pfarrerin sind?« Fragen von der Endlichkeit des Lebens und der Hoffnung darüber hinaus, die Frage nach dem Selbstwert und der Würde, die ich mir nicht erarbeiten muss, die mir zugesprochen wird, die Frage nach dem Sinn trotz aller Kontingenzerfahrungen (Theodizeefrage) haben immer auch eine religiöse Dimension. Ich beantworte sie auf dem Hintergrund der jüdisch-christlichen Tradition mit dem Verweis auf den Gott, der keine Menschenopfer will – für keinen Gott, keinen Götzen und für kein Prinzip.

Wie kann es gut und rund laufen?

Dorothee Stieber-Schöll

dorothee.stieber-schoell@lwl.org

S

B

M

A

T

Z

A

U

M

E

N

R

E

Wie gerne hätten Leitungskräfte einen Zauberstab, der ihnen in manchen Alltagssituationen hilft, alles wieder zum Rundlaufen zu bringen! / Der pädagogische Alltag ist voll von Herausforderungen und in manchem Team holpert es und es geschehen Dinge, die sich keiner wünscht. Missverständnisse, Meinungsverschiedenheiten und ungelöste Konflikte mit entstandenen Kränkungen und Verletzungen zwischen Kolleginnen blockieren eine leichte und gute Zusammenarbeit.

Leider gibt es kein Patentrezept zum Umgang mit schwierigen Situationen. Zu unterschiedlich sind die Menschen und Situationen – selbst wenn ähnliche Themen im Mittelpunkt stehen. Strategien, die in einem Fall geholfen haben, können im anderen Fall wirkungslos bleiben. Letztlich ist eine eigene ruhige und klare Haltung ein oft positiver Wirkfaktor, um alle immer wieder gut ans Laufen zu bringen und damit die gemeinsame Aufgabe gut meistern zu können: Kinder bestmöglich fördern, fordern, schützen und in ihrer Entwicklung begleiten. Ohne Anspruch auf Vollständigkeit nehme ich im Folgenden einige wichtige Faktoren in den Blick, die dabei unterstützen können, eine gute Zusammenarbeit im Team aufzubauen und zu erhalten.

Wie kann es gut und rund laufen?



Was wollen wir erreichen? Was wollen wir in die Welt bringen? Was wünschen wir uns, welche Wirkung(en) mögen sich durch unser Handeln (im Einzelfall) entfalten?

Die Aufgabe unseres beruflichen Handelns und damit unsere Ziele, die wir durch unser berufliches Tun erreichen wollen, bilden die Basis für jede professionelle Arbeit. Ohne die gemeinsame Aufgabe gäbe es kein Team. Im Team ist kontinuierlicher Austausch und das Erarbeiten von stimmigen großen wie kleinen (Fein-)Zielen wichtig. Die Kunst einer guten Zielsetzung hilft: Ziele so bestimmen, dass sie durch eigenes Handeln erreicht werden können. Oft machen wir Ziele für andere (das Kind, die Eltern) und damit ist Scheitern häufig vorprogrammiert.



Worum geht es jetzt genau? Was gilt es in dieser konkreten Situation in Hinblick auf mein Handeln zu berücksichtigen? Wie kann ich mit Ruhe tun, was zu tun ist?

In der Hektik des Alltags kommt ruhiges und umsichtiges Handeln oft zu kurz. Wir wissen es alle: aus Hektik und Eile wird meist nichts Gutes. Und trotzdem geschieht es oft, dass wir uns unter Druck setzen oder unter Druck gesetzt fühlen und uns nicht die Zeit und den Raum nehmen, uns ganz genau zu vergegenwärtigen, was jetzt gerade ansteht: Wer will was (von mir)? Was war vorher? Was ist mir in Hinblick auf diese Situation wichtig? Wie kann ich mich und die anderen so durch diese Situation führen, dass sich hoffentlich Gutes entwickelt?

Wie kann es gut und rund laufen?



schauen nach außen und innen

Was sehe ich, was höre ich, welche Körperempfindungen nehme ich wahr? Wie kann ich das, was ich wahrnehme, wertfrei beschreiben? Was ist in meinem Fokus? Was taucht am Rand meines Sichtfeldes auf?

Gut hinzuschauen und hinzuhören ist sehr, sehr hilfreich. Oftmals meinen wir schon zu verstehen, hören nicht mehr genau hin und folgen unserer unbewusst getroffenen Fehlinterpretation bei unseren weiteren Gedankengängen. Das kann in der folgenden Interaktion nur schiefgehen! Die Kommunikationsschleife »Stimmt das, Du möchtest von mir ... / Dir ist wichtig ... / ...?« haben wir alle mal gelernt und wenden sie doch zu selten an. Auch das Hören nach Innen ist wichtig sowie das Nachspüren – zumindest wenn es um wirklich wichtige Dinge geht. Sicher nicht in jeder kleinen Alltagssituation.



Anerkennung und Wertschätzung

Wem habe ich heute etwas Anerkennendes gesagt?
Was schätzen die anderen an mir?
Welche Anerkennung könnte ich mal aussprechen?

Vermutlich (fast) alle Menschen sehnen sich nach Anerkennung und Wertschätzung. Und doch wird es selbst in Teams in pädagogischen Arbeitsfeldern selten ausgesprochen. Alte kommunikative Gewohnheitsmuster blockieren uns. Hier hilft nur ein bewusstes Tun: den eigenen Blick schärfen. Was tut der andere, was mich freut bzw. was mich in meiner Arbeit unterstützt? Das gilt es zu bemerken und dann auszusprechen.

Wie kann es gut und rund laufen?



Wie habe ich es kennen gelernt:
Waren Eltern / Erzieher / Lehrer eher milde oder streng?
Wie reagiere ich, wenn ich mich so richtig über etwas
oder jemanden ärgere oder mich gekränkt fühle?
Wozu könnte eine milde Klarheit beitragen?

Die Kurzformel für das Erarbeiten von konstruktiven Konfliktlösungen lautet: Klar in der Sache und freundlich zu den Menschen. Schnell sinkt die Bereitschaft zu Wohlwollen und Freundlichkeit, wenn andere Menschen anderes denken oder wollen als ich selbst. Die eigene Freundlichkeit zu bewahren und weiter einen positiv klärenden Kontakt zu suchen, birgt Chancen zur Lösungsentwicklung in Situationen beizutragen.



Was traue ich mir zu? Was wäre mutig für mich?
Was ist wichtig zu sagen / zu tun – auch wenn es vielleicht
für andere unbequem ist?
Welche mutigen Beiträge anderer habe ich miterleben
können?

In Gruppen wirkt das Phänomen der sozialen Erwünschtheit. Oft gibt es ungeschriebene Gesetze nach denen viele sich richten. So geschieht es leider immer wieder, dass wichtige Beobachtungen wie beispielsweise zu grober Umgang mit Kindern nicht kommuniziert werden. Alle wissen, wenn ich was Kritisches sage, reagieren die meisten Menschen gekränkt und beleidigt und werden es mich spüren lassen. Mutig und fähig werden auch kritische Rückmeldungen geben zu wollen und zu können, ist wichtig für gelingende Teamarbeit.

Wie kann es gut und rund laufen?



Wie zupackend gehe ich an die täglichen Aufgaben?
Wie zupackend erlebe ich meine Kolleginnen?
Was trägt zu Motivation und Einsatzbereitschaft bei?
Wie kann ich mich selbst motivieren?

Es tut so gut, Kolleginnen zu haben, die immer wieder signalisieren: Ja, mache ich! In einem Team mit tatkräftigen und unterstützungsbereiten Kolleginnen macht Arbeiten viel Freude!



Wie gut weiß ich um meine eigenen Grenzen?
Wann traue ich mich »Nein« zu sagen?
Wann fällt es mir schwer, meine Grenze zu setzen?

Beides ist wichtig: Ja-Sagen und Nein-Sagen. Beides hängt zudem unmittelbar zusammen: Das JA zu einem großen Ziel bedeutet viele NEINs. Mein punktuellenes Nein gut zu kommunizieren könnte hilfreich sein. Statt zu sagen: »Nein, ich habe keine Zeit.«, könnte eine differenziertere Antwort zu besserer Akzeptanz beim Gegenüber beitragen »Mache ich gerne, nur jetzt gerade bin ich dabei (...).«

Wie kann es gut und rund laufen?



Aufrichtigkeit

Woran erkenne ich die Aufrichtigkeit anderer Menschen mir gegenüber? Wie geht es mir mit Menschen, die mir nicht aufrichtig begegnen? Was richtet mich auf?

Das ist es, was wir an Kindern so lieben! Ihre ehrliche und unmittelbare Resonanz. Wir wissen genau wie es ihnen mit dem, was wir sagen und tun, geht. Mich auf- und auszurichten und authentisch im Gespräch mit anderen zu sein, ist nicht immer leicht. Aufrichtigkeit führt in die eigene Kraft und stärkt das „Mir-selbst-bewusst-Sein“.



Reflexion

Wie reflektiere ich mich und mein Handeln?

Wie reflektieren wir gemeinsam unsere Arbeitsprozesse?

Welche Gewinne haben sich durch gute Reflexion in unserem Arbeitskontext entwickelt?

Die Kompetenz, die eigene Arbeit reflektieren zu können, ist gerade im pädagogischen Arbeitsfeld von großer Bedeutung. Sie ermöglicht die Einnahme einer Metaposition und damit einen »Blick von oben« auf das Geschehen sowie das Nebeneinanderstellen der Wahrnehmungen vieler Kolleg*inn*en in Hinblick auf eine bestimmte Situation. Aus der Perspektivvielfalt können sich neue Handlungsansätze entwickeln, um anders und gewinnbringender mit entstandenen Situationen umgehen zu können.

Wie kann es gut und rund laufen?



lick für das Ganze

Was ist mein Beitrag zum Ganzen?

Welche Wirkung entfaltet mein Tun im kollegialen Arbeitskontext?

Welches Feedback und welche Resonanz bekomme ich?

Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile. Die gute Erfüllung der eigenen Aufgaben ist für gelingende Zusammenarbeit notwendig, stellt sie allein jedoch noch nicht her. Für den Aufbau und die Erhaltung eines guten »WIR-Gefühls« kann es hilfreich sein, ein fehlerfreundliches Klima sowie eine gute Feedback-Kultur zwischen allen Mitarbeitenden zu etablieren.



mpathie

Wie gut kann ich mich in die Sichtweise und das Empfinden von anderen Menschen einfühlen?

Wie feinfühlig sind meine Eltern / Erzieher / Lehrer mit mir umgegangen?

Welche Erfahrungen habe ich mit feinfühligem Verstehen in der Arbeit mit Menschen gemacht?

Es fühlt sich so gut an, von anderen verstanden zu werden! Doch wie oft erleben wir das? Wenige Menschen sind als Kinder in der überwiegenden Mehrheit der Lebenssituationen von Erwachsenen feinfühlig verstanden und geführt worden. Die kindliche Erfahrung, dass mit den eigenen Gefühlen nicht gut umgegangen wurde und dass es oft nicht erwünscht war, sie zu äußern, wirkt nach. Selbst-Empathie zu entwickeln wie auch die Fähigkeit, sich empathisch mit anderen zu verbinden, beinhaltet große Potentiale für die Entstehung von gutem Kontakt.

Wie kann es gut und rund laufen?



Individualität achten

Wie begegne ich Menschen, die so anders sind als ich?
Wie ermutige ich andere, zu sich und ihrem So-Sein zu stehen?

Wer ermutigt mich, meine eigene Individualität weiter zu entfalten und zum Ausdruck zu bringen?

Wie gut, dass wir verschieden sind! Die Vielfalt der Menschen trägt zu vielfältigen Lebensmöglichkeiten bei. In einem Klima von gutem Miteinander können wir uns ergänzen und mit unseren Fähigkeiten gegenseitig unterstützen. Basis dafür ist ein Dialog auf Augenhöhe, in dem jeder erleben kann: ich werde ernst genommen und bin gleich viel wert wie alle anderen.



Teamarbeit

Was beinhaltet für mich eine gute Zusammenarbeit im Team?

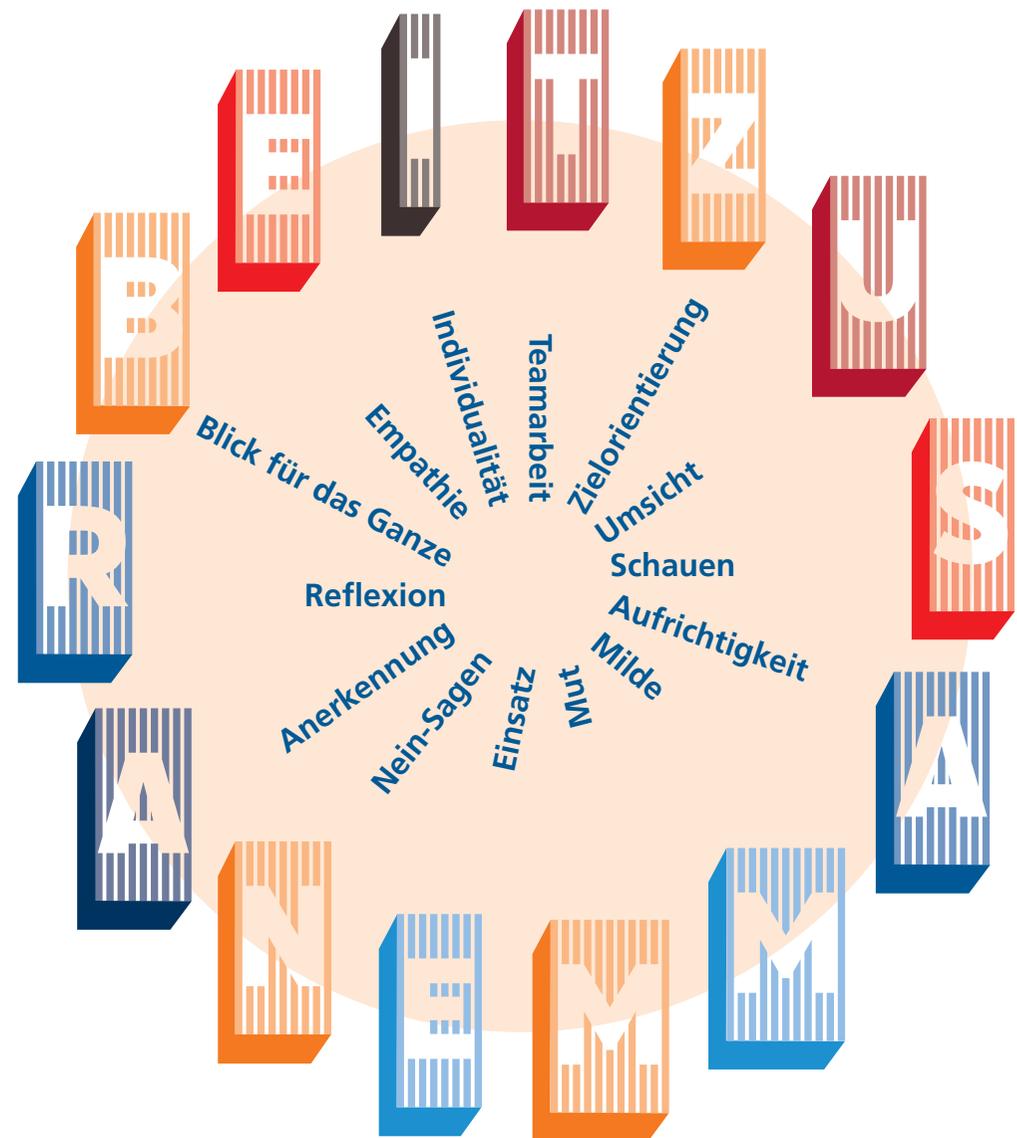
Welche Erfahrungen habe ich mit Teamarbeit gemacht?

Wohin möchte ich unsere Teamarbeit weiterentwickeln?

Ein wichtiger Faktor für eine gelingende Teamarbeit ist die Verbundenheit, die sich unter anderem in dem Gefühl zeigt, miteinander und kooperierend an der gemeinsamen Aufgabe zu arbeiten. Hier kommt auch der Leitung eine wichtige Aufgabe zu. Teamführung ist für viele Führungskräfte eine besondere Herausforderung. Dazu wurde in der eigenen Ausbildung meist nichts gelernt. Zur Entwicklung eines »individuellen Zauberstabs« kann hier

Wie kann es gut und rund laufen?

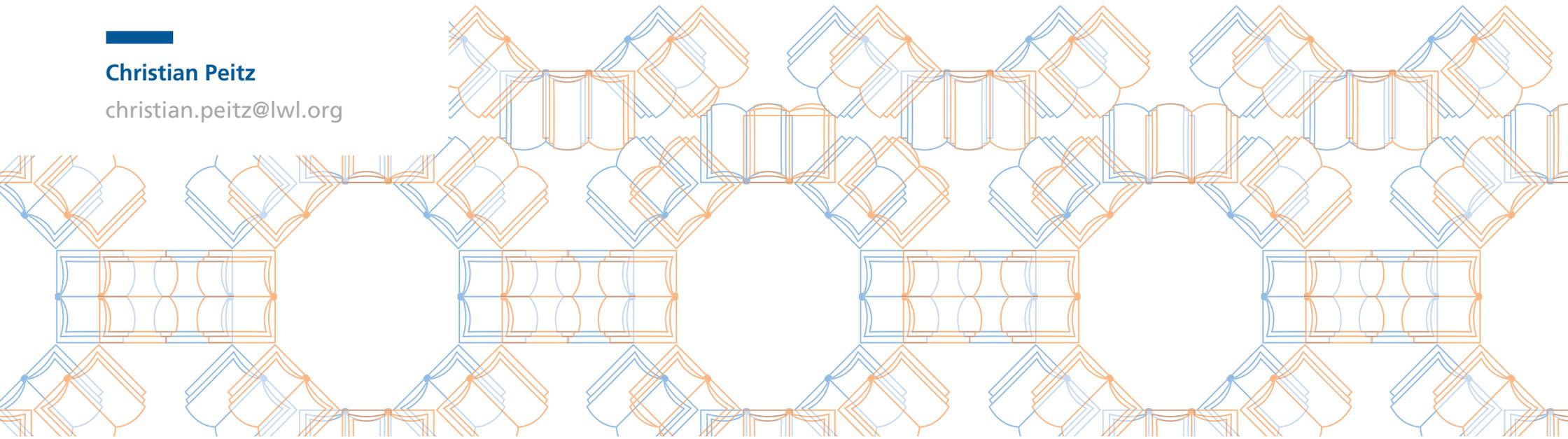
sicherlich mehr und mehr die Weiterentwicklung der eigenen Kommunikationskompetenz beitragen – gerade auch im Umgang mit Situationen, die persönlich als schwierig empfunden werden. Denn letztlich geht es ja immer um Sprechen und Zuhören und darum, ob in einem Gespräch Verständigung und in der Folge gute Zusammenarbeit gelingt. Für Teammitglieder sind transparentes Handeln der Leitungskraft und ein gut funktionierender Informationsfluss grundlegend wichtig, um sich jeweils aktuell im Ganzen orientieren, das eigene Handeln darauf einstellen und somit zum Rundlaufen beitragen zu können.



Verbundenheit als Vorlese-Thema

Christian Peitz

christian.peitz@lwl.org



Märchen, Geschichten und Bilderbücher erzählen von besonderen Ereignissen. / Diese Ereignisse sind dabei mehr oder weniger realistisch. In aller Regel sind die Erzählungen symbolisch verdichtet. Durch diese Verdichtung lassen sie unterschiedliche Lesarten und Deutungen zu.

Versucht man, Geschichten zu bestimmten Themen zu finden, entdeckt man manchmal altbekannte Geschichten auf neue Weise. Vielleicht stellt man fest, dass das gesuchte Thema darin enthalten ist, was einem bislang gar nicht aufgefallen war. Geschichten könnten Trost spenden und wertvolle Impulse für Denk- und Entwicklungsprozesse vermitteln. Aus diesem Grund finden sich hier Bilderbücher, die auf die eine oder andere Weise das Thema Verbundenheit darstellen.

Verbundenheit als Vorlese-Thema

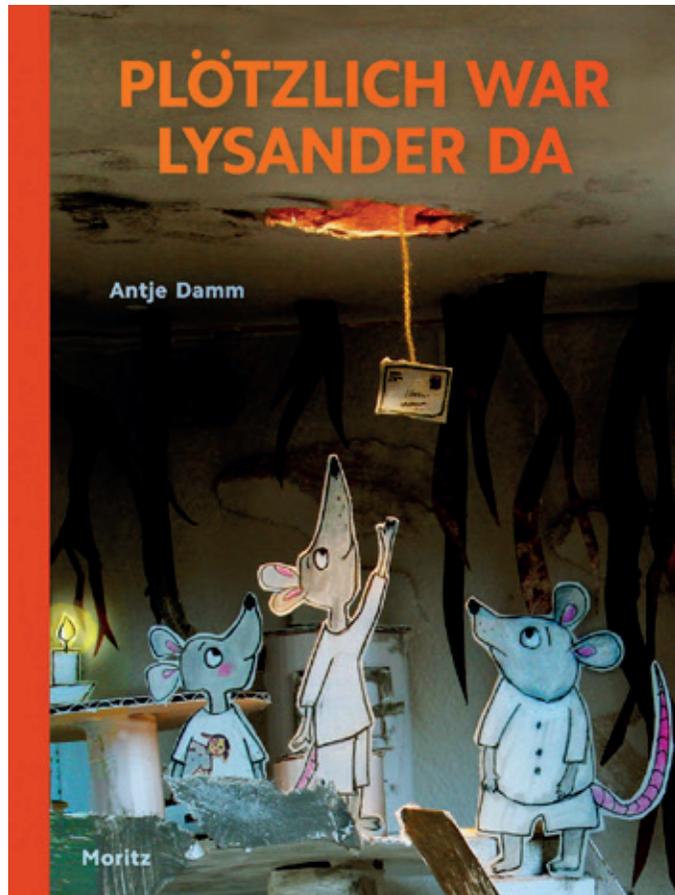
Herr Glück & Frau Unglück

von Antonie Schneider und Susanne Straßer

Frau Unglück liebt es grau und düster. Als eines Tages der gut gelaunte und bunte Herr Glück ins Nachbarhaus einzieht, fühlt sie sich bedroht. Herr Glück versucht immer wieder, mit ihr in Verbindung zu treten. Und obwohl Frau Unglück es eigentlich nicht möchte, entsteht doch nach und nach eine Verbundenheit zu ihrem neuen Nachbarn.



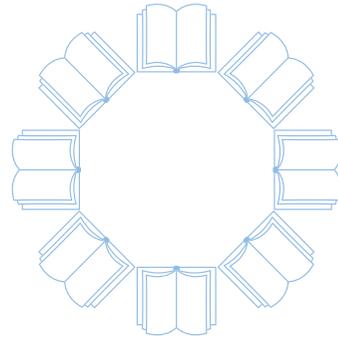
Verbundenheit als Vorlese-Thema



Plötzlich war Lysander da von Antje Damm

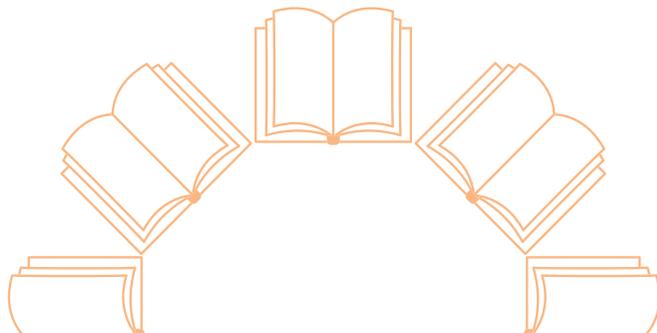
Die Mäusefamilie ist entsetzt. Der Bürgermeister hat einen Brief geschrieben und darin gefordert, dass sie jemanden bei sich aufnehmen muss, der kein Zuhause mehr hat. Noch am selben Abend kommt Lysander, ein Molch. Das Buch erzählt, wie aus Ablehnung Verbundenheit wird.

Verbundenheit als Vorlese-Thema

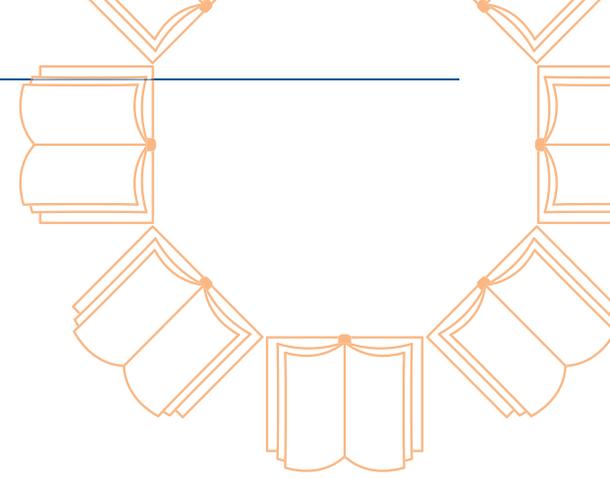


Das kleine Wir von Daniela Kunkel

Das Wir symbolisiert die Verbindung zwischen zwei Personen. Ben und Emma sind beste Freunde und haben ein großes, grünes und flauschiges Wir. Bis sie in Streit geraten und das Wir verschwindet. Was ist nötig, um es zurückzuholen und eine neue Verbundenheit zu erschaffen?



Verbundenheit als Vorlese-Thema



Der wunderbarste Platz auf der Welt

von Jens Rasmus

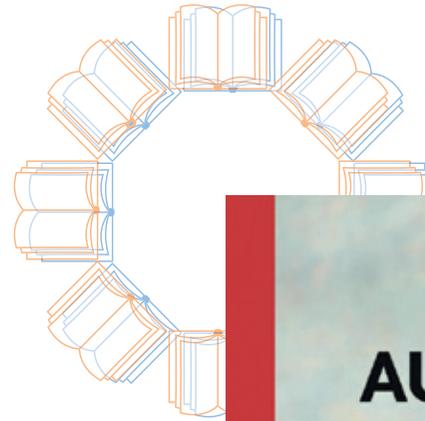
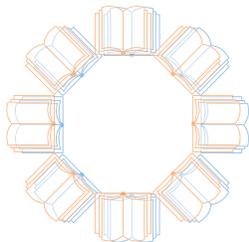
Frosch Boris wohnt zusammen mit anderen Fröschen im Teich. Doch eines Tages kommt der Storch, die Frösche müssen fliehen und verlieren sich dabei. Boris sucht nun nach einem neuen Teich und erfährt viel Ablehnung, bis er einen Molch trifft, der ihm einladend und freundlich begegnet. Sofort ist Verbundenheit da, die beide stärkt, gemeinsam gegen den Storch anzutreten.

Verbundenheit als Vorlese-Thema

Warten auf Goliath

von Antje Damm

Ein kleiner Bär sitzt auf einer Bank bei der Bushaltestelle und wartet. Auf seinen Freund Goliath, sagt er. Das Warten dauert viele Tage und bringt ihm eine Menge Spott ein. Niemand glaubt, dass ein Goliath kommt. Wer soll das auch sein. Doch der Bär hält durch, von tiefer Verbundenheit getragen.

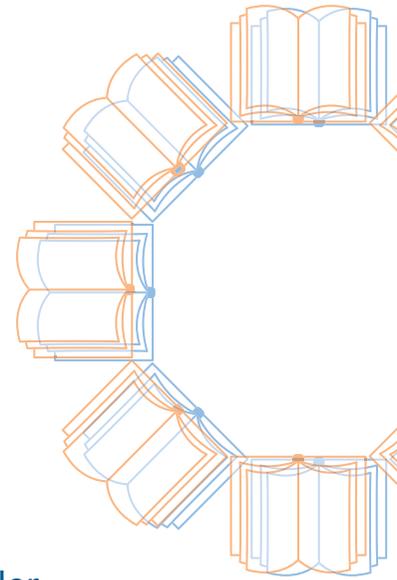


Verbundenheit als Vorlese-Thema

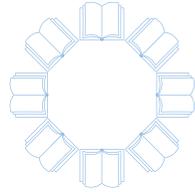


Seepferdchen sind ausverkauft von Katja Gehrman und Constanze Spengler

Papa hat Stress. Die Arbeit nimmt ihn vollkommen für sich ein. Die Verbundenheit zu Mika wird dadurch nahezu unsichtbar. Mika aber weiß für sich zu sorgen und fragt, ob er ein Haustier bekommen kann. Papa sagt Ja, ohne richtig hingehört zu haben und gibt Mika das Portmonee. Das Geld reicht für mehr als ein Haustier. Am Ende muss Papa erst einmal einen kleinen Schrecken verarbeiten, was ihm aber letztlich den Weg zu neuer Verbundenheit ebnet.



Verbundenheit als Vorlese-Thema

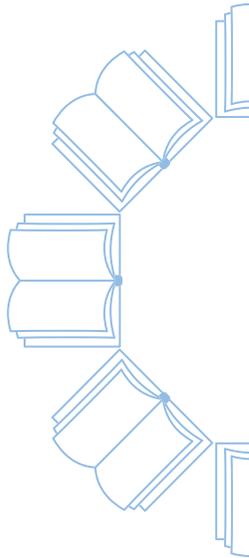
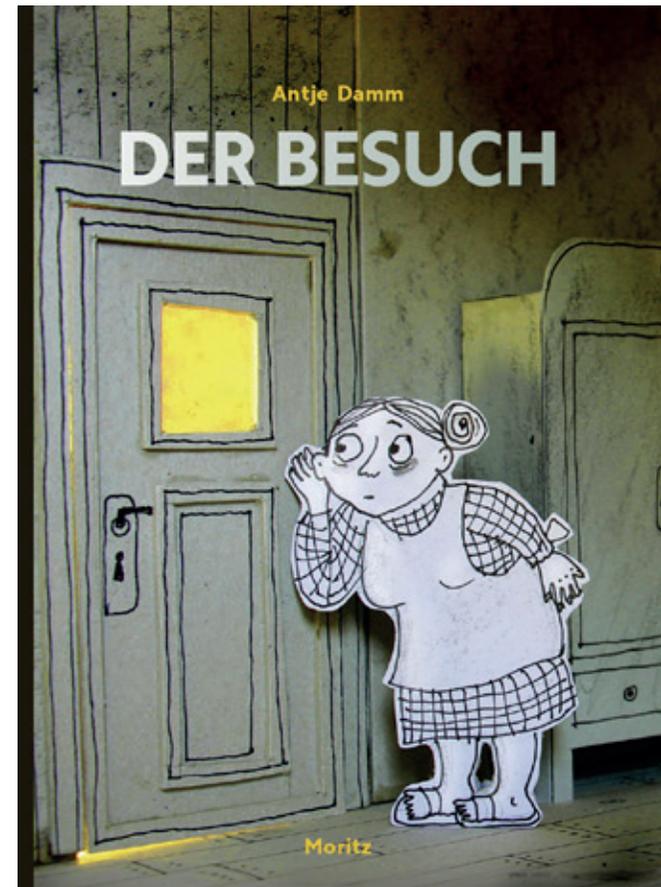


Der Besuch

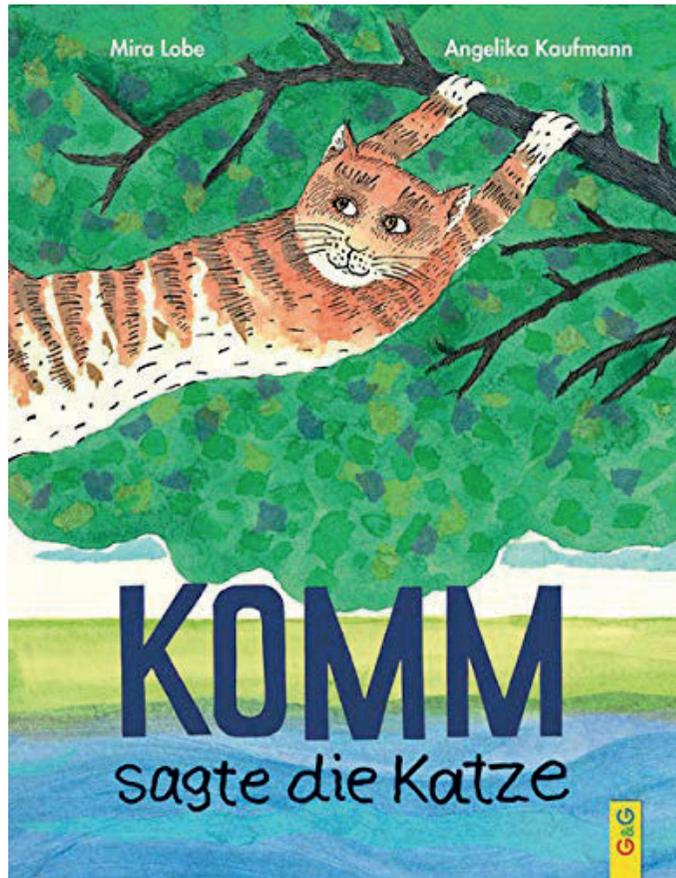
von Antje Damm

(auch als Bilderbogen für das Kamishibai erschienen)

Elise ist eine alte Dame, die sehr zurückgezogen lebt. Sie ist beinahe etwas scheu und meidet den Kontakt zu anderen Menschen. Eines Tages fliegt ein Papierflieger durch das geöffnete Fenster. Am nächsten Tag kommt ein kleiner Junge und möchte ihn wieder abholen. Aus anfänglicher Distanz entsteht nach und nach eine besondere Verbundenheit.



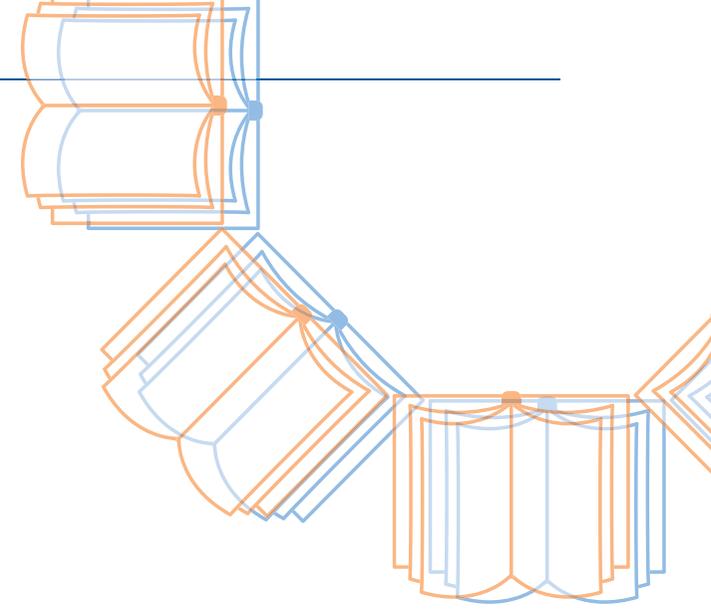
Verbundenheit als Vorlese-Thema



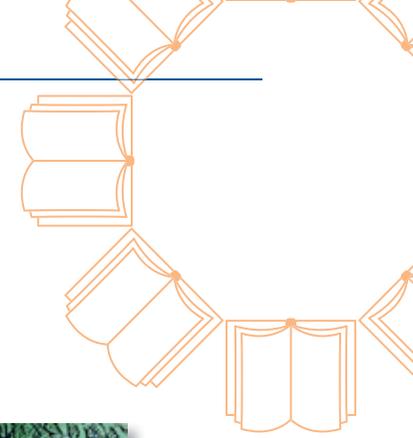
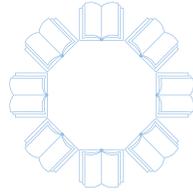
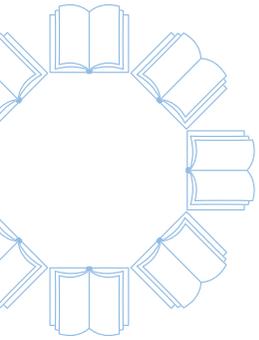
Komm, sagte die Katze

von Mira Lobe und Angelika Kaufmann

Im Hochwasser hat sich eine Katze auf einen Baum gerettet, der über das Wasser treibt. Die Katze kommt an vielen hilfsbedürftigen Tieren vorbei, an Freund und Feind. Doch die alten Beziehungen beachtet sie gar nicht. Es ist eine Krise, und die meistert man durch festen Zusammenhalt. Also lässt die Katze alle auf ihren Baum und damit in Sicherheit. Alle halten zusammen und vergessen, was sie ursprünglich einmal getrennt hat.



Verbundenheit als Vorlese-Thema



Der Tag, an dem Louis gefressen wurde

von John Fardell

Ein schräges und schwarzhumoriges Buch über die Verbundenheit zwischen Geschwistern. Sarah ist mit ihrem kleinen Bruder Louis unterwegs. Plötzlich kommt ein Schluckster aus dem Busch und frisst Louis mit einem Haps auf. Sarah nimmt die Verfolgung des Schlucksters auf, der seinerseits von einem Grabscherix gefressen wird. Und das ist lange nicht das Ende. Sarah aber lässt sich durch gar nichts beeindrucken. Mit unglaublichem Erfindergeist hält sie unbeirrbar an einem Ziel fest: Sie will ihren Bruder zurückhaben.



Licht im Dunkeln

Nicole Piel

nicole.piel@lwl.org



Wir alle blicken auf ein ganz besonderes Jahr zurück. / Geschlossene Kitas, geschlossene Schulen und Freizeiteinrichtungen, ein Pausieren ambulanter Hilfen, Therapien etc. Stattdessen: Notbetreuungen und soziale Abstandsgebote auch in der Kinder- und Jugendarbeit, einer Arbeit, die auf Beziehung basiert.

Auf den 1. Blick mögen die vergangenen Monate vieles infrage stellen oder Entwicklungsrückschritte von Kindern befürchten lassen. Doch lohnt immer auch ein 2. Blick, ein Blick auf die besonderen gemeisterten Herausforderungen und Chancen bzw. Potenziale.

Viele Einrichtungen waren für Kinder ein Licht im Dunkeln, ein kleiner Anker, ein Stück Alltag und Normalität in einer Zeit, die nicht nur Kinder, sondern auch viele Eltern und Erwachsene verunsicherte.

Licht im Dunkeln



Wenn Eltern vielleicht keine Antworten hatten, konnten Mitarbeitende in Einrichtungen versuchen, Antworten zu finden und Ansprechpartner zu sein.

Wenn Vieles nicht mehr in gewohnten Abläufen lief, Großeltern oder Freunde nicht mehr besucht werden konnten, ambulante Hilfen pausierten, konnten Einrichtungen helfen, im Kontakt mit Kindern zu bleiben, Isolation zu durchbrechen.

Wenn zu Hause die Wellen hochschlugen, sich diverse Krisensituationen entwickelten, Eltern sich stritten, finanzielle Not entstand, konnten manche Einrichtungen ein Stück weit Alltagsstruktur anbieten, Ablenkung und Freude sein.

Wenn das Leben in Einrichtungen nicht mehr so frei, das Konzept nicht mehr so offen umsetzbar war, haben die Mitarbeitenden es dennoch geschafft, Kindern ein Stückchen Halt, Bildungs- und Entwicklungsmöglichkeit sowie Normalität zu geben.

Unbeirrt für Kinder da zu sein, Sicherheit und Zuversicht zu geben, auch, wenn sich einem selbst viele Fragen stellen. Eine Vorbildrolle einnehmen, die man erst einmal selbst finden bzw. füllen muss und die einem viel abverlangt. Füreinander im Team da zu sein, um große Herausforderungen umzusetzen.

Licht im Dunkeln



Momente, um großen Respekt auszusprechen für standhafte, Halt gebende und verantwortungsvolle Teams im irritierenden Corona-Alltag.

Momente, um sich als Team zu fragen:
Wie haben wir das geschafft?
Wer oder was hat uns dabei geholfen?

In jeder Krise steckt bekanntlich eine Chance.

- Was hat die Corona-Krise mit den Einrichtungsteams gemacht? Ist das Team trotz Abstandsgebot näher zusammen gerückt?
- Welche Veränderungen gab es, die durchaus positive Effekte auf Kinder hatten und welches Entwicklungspotenzial steckt in dieser Krise?

Licht im Dunkeln

- ein vermehrtes gesundheitsbewusstes Achten auf Hände-, Hust- oder Nieshygiene, um Ansteckungsrisiken allgemein zu reduzieren
- ein Zuwachs an gesundheitsbewusstem Verhalten und gesundheitlicher Kompetenz insgesamt bei Kindern
- ein Achten auf gegenseitige soziale Rücksichtnahme und Verantwortungsübernahme im täglichen Umgang
- die Entwicklung einer Kultur der Vorsicht
- die Förderung eines globalen sozialen Denkens, von globaler Verantwortung und eines Verständnisses dafür, dass wir `Weltbürger´ sind, deren Handeln nicht abgekoppelt vom `Rest der Welt´ gesehen werden kann,
- das Sensibilisieren von Kindern oder Eltern für gesellschaftliche Probleme und Zusammenhänge wie Arbeitslosigkeit, Armut, Bildungschancen, Krankheit ...
- das Thematisieren von Gefühlszuständen wie Trauer oder Vermissen
- das Ansprechen gesellschaftlicher, demokratischer Werte wie Respekt, Toleranz und Solidarität
- das Anteilnehmen an Schicksalen anderer
- das Erkennen, dass Normalität und Freiheit keine Selbstverständlichkeiten sind und ‚harte Jobs‘ mehr Beachtung verdienen
- das Nachdenken darüber, welche Werte im Leben wichtig sind und was ich brauche, damit es mir gut geht
- das Bewusstmachen der Wichtigkeit von Freundschaft in Zeiten, in denen sozial-emotionale Werte häufig hinter Leistungsgedanken in den Hintergrund rücken
- oder auch die Wahrnehmung von Vorbildern, die in irritierenden Zeiten Halt geben, weiterhin da sind und vielleicht ihren Humor nicht verlieren.

Wert-volle Erfahrungen zur charakterlichen und persönlichen Bildung von Kindern.

Der schwarze und der weiße Wolf – oder wen fütterst du heute?

Stefanie Schneider

stefanie.schneider@lwl.org



Liebe pädagogische Fachkraft! Vielleicht erlebst du die andauernde Corona-Zeit als ein ständiges Auf und Ab. / Mal gibt es Dinge, über die man sich freut und einiges läuft richtig gut, dann gibt es wieder Veränderungen, Rückschläge oder man fühlt sich von der Gesamtsituation wie erschlagen. Ständig muss man sich neu anpassen und vieles passt einem nicht. Bei vielen Menschen, mit denen du im Arbeitskontext zu tun hast, steigt der Pegel der Frustration immer weiter an.

Manche sind dauerhaft gestresst und schlecht gelaunt. Und viele wissen nicht, dass es unbewusste Entscheidungen sind, die unsere Gefühle lenken. Sich die kleinen und großen Entscheidungen im Alltag bewusst zu machen, ist ein wertvoller Reflexionsprozess. Ressourcenorientiertes Denken kann helfen, sich auch ein bisschen besser zu fühlen. Aber Ressourcenorientierung fällt in einer Dauerkrise meist schwer.

Der schwarze und der weiße Wolf – oder wen fütterst du heute?



**Deshalb möchte ich dir heute eine Geschichte erzählen.
Jeder erzählt sie ein bisschen anders.
Ich erzähle sie so:**

Ein Wanderer kam an einem Indianerdorf vorbei. Dort sah er zwei eingezäunte Bereiche. In dem einen Bereich wurde ein schwarzer Wolf gehalten und in dem anderen Bereich war ein weißer Wolf untergebracht. Der Wanderer wunderte sich und fragte einen Indianer danach, was es mit den beiden Wölfen auf sich hatte.

Der Indianer berichtet: »Wenn wir hier im Dorf einen Streit haben und nicht wissen, wie wir uns entscheiden sollen oder was der richtige Weg ist, dann lassen wir die Wölfe gegeneinander kämpfen. Vorher bestimmen wir, welcher Wolf für welche Position einsteht. Oft steht der schwarze Wolf für den traditionellen Weg, das Althergebrachte und Bewährte. Und meist steht der weiße Wolf für eine moderne Idee, etwas Neues auszuprobieren. Wenn wir die beiden gegensätzlichen Positionen benannt haben, dann lassen wir die Wölfe gegeneinander kämpfen. Wer gewinnt, dessen Weg gehen wir.«

Der Wanderer bedankte sich für die Ausführungen und hatte noch eine weitere Frage: »Und welcher Wolf gewinnt? Der schwarze oder der weiße?« Der Indianer lächelte: »Es gewinnt immer der Wolf, der vorher mehr gefüttert wurde.«

Der schwarze und der weiße Wolf – oder wen fütterst du heute?



Wenn du möchtest, kannst du dir selbst oder deinen Klientinnen und Klienten immer wieder die Frage stellen, welchen Wolf du gerade fütterst:

- Fütterst du heute den Wolf, der die Corona-Maßnahmen nur als belastend sieht oder den Wolf, der Hoffnung hat, dass es sich lohnt weiter durchzuhalten?
- Fütterst du heute den Wolf, der völlig überfordert auf die Gesamtsituation schaut oder den Wolf, der in kleinen Schritten eine kleine Aufgabe nach der anderen erledigt?
- Fütterst du heute den Wolf, der jammert und aufgeben will oder den Wolf, der sich über Kleinigkeiten freuen kann?
- Fütterst du heute den Wolf, der über alles trauert, was gerade nicht möglich ist oder den Wolf, der kreativ wird und anderen (oder sich selbst) eine Freude macht?

Welchen Wolf fütterst du heute? Bleib gesund und fröhlich!

Herzliche Grüße, Stefanie Schneider

Verbundenheit bei Albert Camus

Ines Bollmeyer

ines.bollmeyer@lwl.org

Wenn ein Krieg ausbricht, sagen die Leute: »Das wird nicht lange dauern, das ist doch zu dumm.« Und zweifellos ist ein Krieg mit Sicherheit zu dumm, aber er dauert trotzdem lange. Dummheit ist immer beharrlich, wenn man nicht immer an sich selbst dächte, würde man das merken./ In dieser Hinsicht waren unsere Mitbürger wie jeder mann, sie dachten an sich selbst, anders gesagt, sie waren Humanisten: Sie glaubten nicht an Plagen. Eine Plage ist nicht auf den Menschen zugeschnitten, daher sagt man sich, dass sie unwirklich ist, ein böser Traum, der vorübergehen wird. Aber er geht nicht immer vorüber, und von einem bösen

Traum zum nächsten sterben Menschen, und die Humanisten zuerst, weil sie sich nicht vorgesehen haben. Unsere Mitbürger waren nicht schuldiger als andere, sie vergaßen einfach nur, bescheiden zu sein, und sie dachten, alles sei für sie möglich, was voraussetzt, dass Plagen unmöglich sind. Sie machten weiter Geschäfte, sie bereiteten Reisen vor, und sie hatten Meinungen. Wie hätten sie an die Pest denken sollen, die Zukunft, Ortsveränderungen und Diskussionen aufhebt? Sie hielten sich für frei, und niemand wird je frei sein, solange es Plagen gibt.«

(aus dem Roman »Die Pest« von Albert Camus)

Verbundenheit bei Albert Camus

Der Gedanke der Verbundenheit hilft all uns geplagten Geistern dieser MERKwürdigen Zeit ...

Wenn wir uns verbunden fühlen – können wir Halt finden – in uns selbst –
in den anderen Menschen – in der Natur

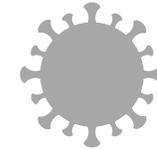
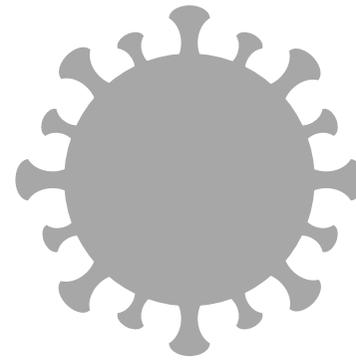
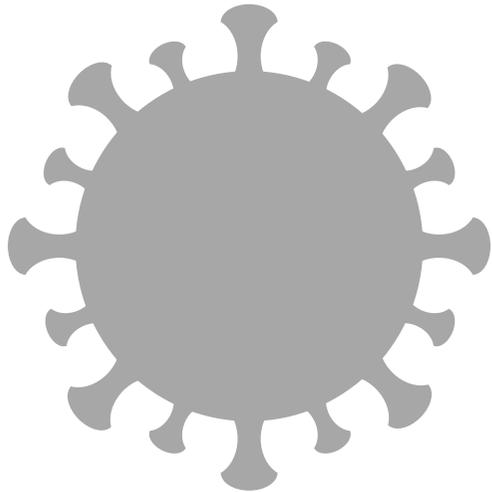
Helfen kann uns die Kultur – ein Teil davon ist die Literatur ...
Besteht nicht alles aus Geschichten?

Vieles was wir erleben, gab es ähnlich schon einmal – in anderem Gewand ...

Pflegen wir den Blick nach vorn – lernen wir aus dem Blick zurück –
und machen wir das Beste aus dem »Hier und Jetzt«, aus diesem Augenblick ...

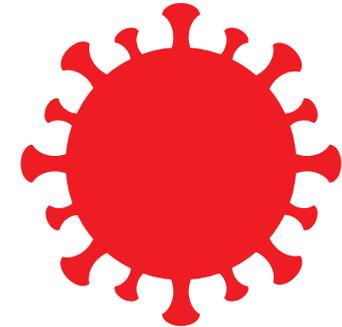
In diesem Sinne: Bleiben wir alle gesund, bei Sinnen und bei Trost!

Herzlichst, Ines Bollmeyer

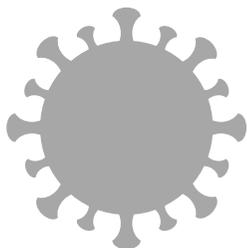


Dieses ePaper ist ein Angebot des
LWL-Bildungszentrums Jugendhof Vlotho

Oeynhausener Straße 1
32602 Vlotho
Telefon 05733 923-0
Fax 05733 10564



Homepage: www.lwl-bildungszentrum-jugendhof-vlotho.de
Fortbildungsportal: www.lwl-bildung.de



V.i.S.d.P.: Christian Peitz
Gemälde Seite 6 – 16: Uwe Scherer
Gestaltung, Fotografie & Illustrationen: Tabea Peitz

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.