

KIND

DIE ZEITUNG DES VORARLBERGER KINDERDORFS



Vorarlberger
Kinderdorf
Wir tragen Sorge.

AUSGABE 16/2019

Schritte
in die
Welt-

VON DER
MACHT DER
KINDHEIT



MAG. ALEXANDRA WUCHER, MPH

ist Klinische- und Gesundheitspsychologin, Arbeitspsychologin und Master of Public Health. Sie ist Stellvertretende Geschäftsführerin.

JEDER IST SEINES GLÜCKES SCHMIED

Oft haben Sprüche etwas Wahres, aber bei diesem muss ich massiv dagegen halten. Seit ich im Vorarlberger Kinderdorf die Lebenssituationen und Schicksale betreuter Familien kennenlerne, bestätigt sich mein Studienwissen.

Auch im reichen Vorarlberg, wo man meint, dass es allen gut gehen sollte, leben Familien an oder unter der Armutsgrenze und sind dementsprechend die Gesundheitschancen für Kinder ungleich verteilt. Österreich ist das viertreichste Land der EU, jedoch im Ranking der Kinder- und Jugendgesundheit laut OECD weit hinten angesiedelt. Die großen Gesundheitsausgaben werden in die letzten Lebensjahre investiert und weit mehr für die Behandlung von Krankheiten als für Prävention verwendet. Gesundheit wird laut WHO allerdings als Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur des Freiseins von Krankheit und Gebrechen definiert. Gesundheit ist ein Grundrecht des universellen Menschseins und findet dort statt, wo Menschen spielen, lernen, arbeiten und lieben (Ottawa 1986).

Persönliches Verhalten, besonders aber die Lebensumstände prägen unsere Gesundheit. So spielt es eine Rolle, ob ein Kind im 20-Parteienblock an der Hauptdurchzugsstraße oder im Einfamilienhaus mit Garten aufwächst. Es gibt

zahlreiche Studien, die belegen, dass Menschen aus armen Verhältnissen, mit schlechterer Schulbildung und geringem Einkommen dreimal häufiger schwer erkranken. Zusätzliche Anstrengungen der Politik sind nötig, um soziale und damit auch gesundheitliche Ungleichheit zu verringern und allen Kindern ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen.

In unseren Fachbereichen tragen wir zur Verbesserung der Entwicklungsmöglichkeiten und Gesundheitschancen von Kindern und Eltern bei. Einen Meilenstein konnten wir unter anderem mit den Frühen Hilfen setzen. Gesundheit ist unser höchstes Gut. Dementsprechend sollte jeder politischen Entscheidung die Frage vorausgehen, was sie für unsere Gesundheit bedeutet, und Gesundheitspolitik heute vorrangig eine fördernde Politik der Lebenschancen sein. Die Marke Vorarlberg mit dem Ziel „Chancenreichster Lebensraum für Kinder 2035“ lässt hoffen.

”

Als viertreichstes Land der EU belegt Österreich einen der letzten Plätze, wenn es um Kinder- und Jugendgesundheit geht.

“

INHALT

GESCHÄFTSFÜHRUNG

- 03 Editorial

FAMILIENIMPULSE

- 04 „Es ist schön, Kindern Mut zu machen“

BESUCHSBEGLEITUNG

- 05 Teamwork nach der Trennung

AMBULANTER FAMILIENDIENST

- 06 Wege aus der totalen Erschöpfung – was hilft, wenn alles zu viel ist?

NETZWERK FAMILIE

- 08 Training fürs Elternsein

WERTVOLLE KINDER

- 10 „Ich fühl' mich so leer“

KINDERSCHUTZ

- 12 30 Jahre Kinderrechte

KINDLÄ - DIE ZEITUNG FÜR KINDER

PAEDAKOOP

- 13 Selfie-Queens und kleine Machos: Leben für Likes

AUFFANGGRUPPE

- 14 „Wenn etwas Schlimmes passiert, brauchen Kinder Normalität“
15 Krisen können Perspektiven schaffen und Wege freilegen

PFLEGEKINDERDIENST

- 16 Marie ganz nah

KINDERDORF KRONHALDE

- 17 Erinnern, um nach vorne zu schauen
18 Aurelia und YoYoMane

KOMMUNIKATION & FUNDRAISING

- 20 Sonnige Zeiten

UNSERE ORGANISATION

- 22 Vorarlberger Kinderdorf: Netzwerk der Solidarität



Organigramm und Fachbereiche:
vorarlberger-kinderdorf.at/
wir-ueber-uns/organisation



IHRE SPENDE ZÄHLT

HYPO VORARLBERG

IBAN: AT60 5800 0000 1103 0114
BIC: HYPVAT2B

DANKE

IMPRESSUM

Vorarlberger Kinderdorf Informationen 3/2019

MEDIENINHABER, HERAUSGEBER & VERLEGER

Vorarlberger Kinderdorf gemeinnützige GmbH,
Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz,
T +43 5574 4992-0, F +43 5574 4992-48,
vermittlung@voki.at,
www.vorarlberger-kinderdorf.at

VERLAGSORT

Bregenz, Auflage: 5800

REDAKTION UND KONZEPT

Mag. Christine Flatz-Posch

LAYOUT

Petra Heinzle, Barbara Drexel

FOTOS

Vorarlberger Kinderdorf, iStock-Fotos, pixabay

DRUCK

BUCHER Druck GmbH, Hohenems

Zum Schutz der Persönlichkeitsrechte der betreuten Kinder werden Symbolfotos verwendet. Die Namen sind anonymisiert.



UNSERE
KINDER
REICH AN

CHANCEN

Landeshauptmann Markus Wallner hat einen breit angelegten Prozess für die „Marke Vorarlberg“ angestoßen und dabei mit vielen involvierten Menschen aus unserer Bevölkerung eine griffige Quintessenz und ein wunderbares Ziel für das politische Handeln der nächsten 15 Jahre formuliert. Vorarlberg soll „Chancenreichstes Land für Kinder 2035“ werden. Im Grunde genommen kann man sich – nicht nur aus Sicht des Vorarlberger Kinderdorfs – nichts Besseres für unser Land und unser aller Lebensqualität wünschen: Förderung von Talenten und Ressourcen unserer Kinder, Stärkung von Kindern und Familien, Bildungschancen auf allen Ebenen, ein solidarisches Miteinander von klein auf, ein ganzes Dorf, das Kinder in die Mitte nimmt, um ihnen Kraft und Zuversicht für ihre persönliche Selbstverwirklichung und sinnstiftende Beiträge für unsere Gemeinschaft mitzugeben. Kinder, die reich an Chancen sind, werden ihr Bestes entfalten und sich zu kraftvollen, verantwortlichen Erwachsenen entwickeln, die nicht nur egoistisch auf sich selbst achten, sondern an nächste Generationen denken und ihr Handeln danach ausrichten.

ÜBER DEN TELLERRAND SCHAUEN

Ein chancenreiches Land werden wir dann bleiben und noch mehr werden, wenn wir unsere wirtschaftliche Kraft bewahren und ausbauen können, wenn wir dabei Ressourcen schonen und ökologische Nachhaltigkeit für unsere Umwelt genauso wie soziale Teilhabemöglichkeiten für alle forcieren. Zudem werden wir über unseren eigenen Tellerrand hinaussehen müssen, um uns bei europäischen und weltweiten Herausforderungen für wirtschaftliche, soziale und ökologische (Chancen-)Gerechtigkeit für alle Menschen einbringen zu können. Bei all dem Vorreiter zu sein, nicht nur chancenreiches, sondern chancenreichstes Land zu werden, erfordert Mut zu einer Neuausrichtung und kraftvolle Investitionen, damit dies nicht nur ein wohl klingender

Slogan bleibt. Wir investieren sinnvollerweise massiv in Wasserkraft und Energieautonomie und wollen uns mit hunderten Millionen durch Rhesi vor den Gefahren eines Rheinhochwassers schützen. Genau so müssen wir zur Erreichung des noch weit entfernten Ziels, chancenreichstes Land für Kinder zu werden, einen Handlungsplan entwickeln.

MITTENDRIN STATT ABGEHÄNGT

Denn immer noch ist es ein Viertel unserer Kinder – das sind von 80.000 etwa 20.000 Kinder und Jugendliche unseres Landes –, deren Chancen aufgrund ihrer familiären und sozialen Situation teilweise massiv eingeschränkt sind. Armut, Vernachlässigung, seelische Erkrankungen, mangelnde Bildungschancen, Isolierung in digitalen Welten, Migrationsprobleme, Mobbing, körperliche und emotionale Gewalt, fehlende Bewegung und steigendes Übergewicht sind nur einige Belastungsfaktoren. Diese Kinder und deren Eltern benötigen unsere ganz besondere Aufmerksamkeit, um ihnen Chancen zur Teilhabe und Mitwirkung für ein großes Ganzes zu ermöglichen. Wir dürfen kein Kind zurück lassen, wie es manche Gemeinden formulieren. Wir brauchen für alle Kinder und besonders für jene, die sonst abgehängt werden, viel mehr Aufmerksamkeit, d. h. Familienstärkung, Frühe Hilfen, sozialräumliche Begegnungschancen, besser ausgestattete Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen, die sich mit mehr Zeit für die Schwächsten einsetzen können, um auch ihnen Erfolgserlebnisse zu ermöglichen.

LEUCHTTURMPROJEKTE

So sollten wir – wie vom Landeshauptmann als erstes Leuchtturmprojekt bereits benannt – durchaus die Fachhochschule um 50 Millionen Euro weiter ausbauen, aber uns eben nicht nur für die Leistungsträger an der Spitze, sondern dringend auch für jene mit derzeit noch geringen

Chancen einsetzen. Wer wirtschaftliche Kraft und materiellen Wohlstand sichern will, muss ebenso für sozialen Frieden und ökosoziale Gerechtigkeit insbesondere für Kinder und nachfolgende Generationen eintreten. Neuseeland hat heuer ein Regierungsprogramm beschlossen, in dem der sozialen Gerechtigkeit der gleiche Stellenwert wie dem Wirtschaftswachstum zukommt und den Slogan durch entsprechende Budgetentscheidungen bekräftigt. Für Vorarlberg ist zu wünschen, dass mutige Budgetinvestitionen und die Marke Vorarlberg tatsächlich spürbar neuen Chancenreichtum für Kinder schaffen.

VOM SLOGAN ZUM PROGRAMM

Wir vom Vorarlberger Kinderdorf setzen uns gemeinsam mit Land und Gemeinden, kraftvoll getragen von unseren Spender*innen, Sponsor*innen, Freiwilligen, Freunden und Systempartnern, seit unserer Gründung vor fast 70 Jahren für bessere Chancen von benachteiligten Kindern ein. Daraus berichten wir Ihnen gerne persönlich, aber auch in dieser KIND-Ausgabe. Unser Dank gilt allen, die uns auf unserem Weg unterstützen und an die Talente aller Kinder glauben. Wie ermutigend, dass wir nun mit unserer Erfahrung, unserem Wissen und unseren Wünschen für Vorarlberg als „Chancenreichstes Land für Kinder 2035“ nicht nur Bestätigung für unsere Anliegen und Werte finden, sondern neue Zuversicht für noch deutlichere Anstrengungen und damit Programme von Chancenarmut hin zu Chancenreichtum für Kinder erwarten dürfen.



DR. CHRISTOPH HACKSPIEL

ist Geschäftsführer des Vorarlberger Kinderdorfs und Präsident der Österreichischen Liga für Kinder- und Jugendgesundheit. Er ist Psychologe und Psychotherapeut.



DSA DANIELA WAGNER-TURKEN, MA

ist Sozialarbeiterin und leitet den Fachbereich Familienimpulse.

„ES IST SCHÖN, KINDERN MUT ZU MACHEN“

Drei Stunden wöchentlich stehen für Astrid Spiegel im Zeichen des Ehrenamts mit Kindern für das Vorarlberger Kinderdorf. Dann schenkt die Dornbirnerin einem kleinen Buben ihre volle Aufmerksamkeit.



„**Man kann viel tun, um für Kinder mit wenigen Chancen den Weg zumindest etwas zu ebnet.**“

„Ich liebe Kinder und empfinde es als ungerecht, wenn sie in eine Situation hineingeboren werden, die ihnen kaum Chancen zur Entwicklung bietet“, sagt die 56-Jährige über ihre Motivation. Die eigenen Söhne sind erwachsen und haben das Nest bereits verlassen. Als sie in einem Zeitungsinserat den Aufruf der Familienimpulse des Vorarlberger Kinderdorfs las, griff sie zum Hörer. Rasch wurde ein Treffen mit einer passenden Familie organisiert, denn gegenseitige Sympathie ist für das Ehrenamt mit Kindern unabdingbar.

Familienimpulse-Koordinatorin Miriam Iлека begleitete Astrid Spiegel zu ihrem ersten Besuch bei der in Dornbirn lebenden afrikanischen Familie. „Die Mutter bemüht sich, Deutsch mit den Kindern zu sprechen, lernt aber selbst noch“, erzählt Frau Spiegel. „Die Familie ist sehr liebevoll, bei vier Kindern steht das Älteste in der Aufmerksamkeit dennoch oft etwas zurück.“

AUFGABE MIT SINN

Nun schon seit über einem Jahr verbringt Astrid Spiegel Woche um Woche drei bis vier

Stunden mit dem kleinen Buben. Sie besucht mit ihm die Bibliothek, liest ihm vor, spielt mit ihm und gibt ihm das Gefühl, ganz im Mittelpunkt zu stehen. War der Kleine zunächst schüchtern und traute sich nicht mit den Altersgefährten zu spielen, ist er nun schon um einiges aufgeschlossener. „Es macht Freude zu erleben, wie er immer mutiger und selbstbewusster wird, wie er sich auf unsere gemeinsamen Nachmittage freut. Der jungen Familie ein wenig Rückhalt geben zu können, ist sehr erfüllend.“

„**Ich gebe einer jungen Familie Rückhalt – das ist sehr erfüllend.**“

ZEIT FÜR KLEINE WELTENTDECKER

„Es sind viele kleine Dinge, die man tun kann, um Kindern den Weg zumindest etwas zu ebnet“, ist Astrid Spiegel überzeugt. Die engagierte Freiwillige will anderen Interessierten Mut machen, Kindern Zeit zu schenken. Denn nicht allen Familien ist es möglich, ihre kleinen Forscher und Entdecker so zu unterstützen, dass sie sich ihren Fähigkeiten entsprechend entwickeln können.

FREIWILLIGE FÜR DAS EHRENAMT MIT KINDERN (2 BIS 3 STUNDEN/WOCHE) IM GANZEN LAND GESUCHT!

WIR FREUEN UNS ÜBER IHREN ANRUF:

Familienimpulse des Vorarlberger Kinderdorfs, Mo bis Fr von 8.30 bis 11.30 Uhr: T +43 676 4992078, familienimpulse@voki.at

Viele Beispiele:

www.vorarlberger-kinderdorf.at

FAMILIENIMPULSE

Der Bereich Familienimpulse bietet mit Ehrenamt für Kinder und Babys, dem Spielbus und der Vortragsreihe „Wertvolle Kinder“ allen Familien frei zugängliche Präventivangebote und praktische Alltagsunterstützung.

Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz, T +43 5574 4992-54, familienimpulse@voki.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at



SUSANNE MATHIS, BA

ist Sozialarbeiterin und Mitarbeiterin der Besuchsbegleitung des Vorarlberger Kinderdorfs.

ES GEHT NICHT OHNE TEAMWORK NACH DER TRENNUNG

Verletzungen zurück stellen, um ein gutes Elternteam zu bleiben – genau das braucht ein Kind von seiner Mutter und seinem Vater nach einer Trennung. Denn immer werden Kinder in Loyalitätskonflikte gestürzt, wenn es Eltern nicht gelingt, sich fair zu begegnen.

Sehr häufig bringt eine Trennung tiefe Kränkungen mit sich. Die Kinder spüren dies und leiden stark mit. Sich trennen, Altes abschließen und weiterhin ein gutes Elternteam sein, wäre die perfekte Lösung für alle Beteiligten. Nicht alle Eltern sind jedoch in der Lage, unter Zurückstellung von Verletzungen und aktuellen Interessen miteinander zu kooperieren und so Loyalitätskonflikte beim Kind zu vermeiden. Dem*der Ex-Partner*in mit dem Entzug des Kindes zu drohen ist manchmal nachvollziehbar, immer jedoch gefährdet dies die gesunde Entwicklung des Kindes.

ANNÄHERUNG IN KLEINEN SCHRITTEN

Die Besuchsbegleitung des Vorarlberger Kinderdorfs bietet Kindern und Eltern einen neutralen Raum, um sich (wieder) zu begegnen und dem Kind den Kontakt zum anderen Elternteil zu ermöglichen. Die Annäherung geschieht vielfach in kleinen und langsamen Schritten. Gerade nach einer langen Trennung ist das Aufeinander-Zugehen oft schwierig und die Verunsicherung bei den Erwachsenen ebenso wie bei den Kindern groß.

„
**Sich trennen,
Altes abschließen und
weiterhin ein gutes
Elternteam sein, wäre
die perfekte Lösung
für alle Beteiligten.**
“

Durch die Besuchsbegleitung ist für eine entspannte Atmosphäre gesorgt, für Verlässlichkeit, klare Regelungen, fixe Termine und kleine gemeinsame Rituale. Hier können sich Elternteile und Kinder vom Alltag erzählen, ihre Lieblingsspiele mitbringen oder Feste nachfeiern.

GELIEBT VON BEIDEN

Im Besuchscafé treffen wir auf Eltern, die in ihrer aktuellen Situation nicht in der Lage sind, sich fair und sachlich zu begegnen. Viele sind geschieden, manche hatten jedoch nur eine kurze oder auch keine Beziehung. Immer geht es darum, dass die Kinder oder Jugendlichen beide Elternteile gleichermaßen lieben dürfen und dass sie sich sicher sein können, für beide wichtig zu sein. Kinder müssen wissen, dass sie sich auf die Besuchskontakte freuen dürfen. Es ist wichtig, dass sich

„
**Kinder müssen
wissen, dass
sie sich auf die
Besuchskontakte
freuen dürfen.**
“

Kinder nicht schuldig fühlen, wenn sie ins Besuchscafé gebracht und danach vielleicht sogar ausgefragt oder mit Beschimpfungen über den anderen Elternteil konfrontiert werden. Auch sollen sie nicht nur wortlos abgestellt, sondern in freundlicher Atmosphäre übergeben werden. Bei älteren Kindern entwickelt sich oft eine Verbindung zum getrennt lebenden Elternteil per WhatsApp oder andere digitale Medien über die vereinbarten Treffen hinaus.

WEITERHIN FAMILIE (ER)LEBEN

Eine funktionierende gemeinsame Obsorge bietet dem Kind eine gute Basis, weiterhin Familie erleben zu können. Geburtstage, Weihnachten, spätere Hochzeiten, aber auch unerfreuliche familiäre Ereignisse sind Gelegenheiten, bei denen sich leibliche Eltern unweigerlich sehen. Nur sehr selten verlieren sich Mutter und Vater gänzlich aus den Augen. Denn Kinder bleiben immer gemeinsame Kinder.

BESUCHSBEGLEITUNG

Die Besuchsbegleitung bietet Überbrückungshilfen für Eltern in Trennungssituationen. Besuchskontakte können fachlich begleitet in unbelasteter Umgebung stattfinden. Die Besuchscafés in Bregenz und Feldkirch haben samstags geöffnet. Eine Anmeldung ist notwendig!

Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz, T +43 650 7732222,
g.rohrmeister@voki.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at



ANDREAS HAID

ist diplomierter Sozialarbeiter und leitet den Ambulanten Familiendienst.

WIEDER IN DIE KRAFT KOMMEN

Zu viele Probleme, zu wenig Lösungen. Zu viel Chaos, zu wenig Geld. Zu viel Stress, zu wenig Zeit. Der Strudel der Alltagsprobleme zieht einen tiefer und tiefer, rumpelt einen durch wie eine Waschmaschine im Schleudergang. Im Überlebensmodus bleibt keine Zeit zum Auftanken.

Weil wir alle im Stress nur noch reagieren, fehlt uns die Ordnung, gehen vorausschauendes, planendes Denken und zielgerichtetes Handeln verloren. Dann heißt es dringend innehalten, um zuerst einmal wieder aufzutanken und sich zu befreien. Aber wie? Alles drängt, alles eilt, ist bedrohlich und muss noch erledigt werden, bevor man verschlafen und zu sich kommen darf. Weil es überall klemmt und hakt, bleibt die Gelassenheit zum Genießen und sich erholen auf der Strecke. Die nächste „Tankstelle“ entschwindet mit rasant ansteigendem Tempo hinterm Horizont.

AUSWEG AUS DEM DICKICHT

In unserer unterstützenden Arbeit mit den Familien holen wir Eltern und Kinder an einem Punkt ab, wo sie nicht mehr wissen, wie es weitergehen soll. Wir schenken ihnen jene Zeit und Aufmerksamkeit, die sie sich selbst zunehmend weniger zugestehen. Es braucht ordnende vertrauliche Gespräche, um Ruhe und Gelassenheit in die Familie zurückzubringen. Ebenso wie eine Prise Hoffnung, damit sich das undurchdringliche Dickicht der Probleme lichten kann.

TANKSTELLE IN SICHT

Meist aber ist zuerst eine ordentliche Portion Anstrengung nötig, um Familien bei der Lösung ihres „gordischen Knotens“ zu helfen. Da werden Dokumente sortiert, Finanzen geordnet, Anträge gestellt, Spielgruppenplätze organisiert, Beziehungen geklärt, Kontakte geschmiedet, die Kinder gefördert, Berichte geschrieben, Gespräche geführt, Wohnungen geräumt und Freizeitaktivitäten geplant. Da wird zugehört, an der Erziehung gefeilt, mit Behörden verhandelt, Verständnis gezeigt und alles sonst in Angriff genommen, was zu den Anforderungen einer Familie gehört. Am Ende bleibt manchmal noch zu lernen, sich richtig zu verabschieden. Mit dem, was zusammen geschaffen wurde, sollte es dann wieder möglich sein, als Familie selbst weiter zu kommen. Dann rücken auch die Tankstellen zum Genießen – um Kraft und Zuversicht zu schöpfen – in erreichbare Nähe.

“
Ohne Kommunikation entsteht kein Beziehungsraum.

“

WEGE AUS DER TOTALEN ERSCHÖPUNG WENN ALLES ZU

Mitten drin im Hamsterrad von Ansprüchen und Bedürfnissen, von To Do und Must Have, getaktet von Terminen und Leistungsdruck: Wenn Eltern ständig unter Strom stehen, finden auch die Kinder keine Ruhe. Der Psychiater und Familientherapeut Hans Hartmann erklärt im Interview, warum es dringend „Loslass-Listen“ braucht.

Ist das von Ihnen so genannte „Familien-Burnout“ den aktuellen Lebensbedingungen von Familien geschuldet, quasi ein Zeitphänomen?

Dr. Hans Hartmann: Ja und nein. Ja, weil sich in den aktuellen Lebensbedingungen von Familien die Außenwelt verdichtet zur „Pufferzone“, zum „Kampfplatz“ zwischen drinnen und draußen, zur „Regulationseinheit“ des Leistungsdrucks. Nein, weil bereits Max Weber 1878 das „Zeitalter der Erschöpfung“ beschreibt, Hanna Ahrendt 1984 den Begriff des „Homo oeconomicus“ prägt. Seither wird „das Hamsterrad des Funktionierens“ vielfach beschrieben als Beschleunigungs- oder auch Müdigkeitsgesellschaft. Die WHO benennt Stress als die Krankheit des 21. Jahrhunderts.

Wie sieht eine Familie aus, die vom Burnout betroffen ist?

Bedrückt, ratlos, zerstritten, isoliert. Weil die meisten berichten: „Ich habe es nicht kommen sehen.“ Weil jede Burnout-Symptomatik mit depressiver Erschöpfung einhergeht, sich Kommunikation oft reduziert auf Schweigen oder Brüllen und die Kraft für gemeinsame Aktivitäten nicht mehr da ist. Nur 16 % der deutschen Familien verbringen derzeit eine gemeinsame Aktivität pro Monat zusammen.

Was führt denn zu dieser totalen Erschöpfung?

Ein wesentlicher Grund ist der Verlust von „Gleichgewichten“, verkürzt wird dies „Life-Work-Balance“ genannt. Unser Selbstbezug geht verloren zugunsten des Erfüllens gesellschaftlicher Anforderungen, des Erfolgs durch Leistung. Hart formuliert ist es die Anarchie des Marktes, wo es nur Gewinner und Verlierer gibt – und zu den Verlierern darf ich ja nicht zählen.

Wann sollte die Notbremse gezogen werden?

Ein wichtiges Alarmsignal ist, wenn ich keine Ruhe mehr finde – fehlender Schlaf, nicht entspannen können, nach einer Auszeit so erschöpft sein wie zuvor. Wenn ich keine Lücke mehr sehe, mich nur getaktet erlebe. Reizbarkeit, Kraftlosigkeit, Ungeduld, Ängste bis zur Panik, völlige Lustlosigkeit und Gedankenkreisen wie „Das schaffe ich sowieso nie“ sind Signale, um sich Hilfe zu holen. Können die Großeltern helfen, gibt es Freunde, die auch ein Wochenende die Kinder betreuen? Professionelle Hilfen, Selbsterfahrungsgruppen, Beratungsstellen sowie psycho- und familientherapeutische Interventionen dürfen nicht gescheut werden. Auf jeden Fall den Hilfsbedarf benennen, sich öffnen!

“
Oft brauchen wir für Veränderung die bittere Erfahrung der eigenen Grenzen.

“

Was können Eltern tun, um ihre Widerstandskraft, ihre Resilienz, zu stärken?

Indem wir gedanklich das ganz andere zulassen, d. h. Abschied nehmen von Selbstbildern wie „Ich bin selber schuld“, „Die anderen schaffen das besser“. Eine Veränderung entsteht durch einen Wechsel der Perspektive, durch neue Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge. Dafür brauchen wir oft eine äußere Distanz bzw. Auszeit, z. B. durch Krankschreibung, Kur oder Urlaub. Auch das Gespräch ist enorm wichtig, damit der Zustand „sagbar“ wird, diagnostiziert und behandelt werden kann.

PFUNG – WAS HILFT, VIELLICH?

”
Statt zu
To-do-Listen
rate ich zu
Loslass-Listen.
“

Was brauchen Kinder, um gut gerüstet zu sein?

Für Kinder ist ein Beziehungsraum notwendig, der ihnen durch Rhythmus, klare Grenzen und empathische Bezogenheit Struktur gibt. Es braucht eindeutige Ich-Botschaften. „Mach mal, lass das“ sind fruchtlose Appelle. Intellektuelle Erklärungen und Dauerdiskussionen helfen nicht weiter. Kinder müssen wissen, wie die Eltern sich fühlen: „Für mich ist es wichtig, weil ...“, „Ja, ich bin wütend und ich will, dass ...“. Schlüsselkompetenzen der Eltern sind authentische, emotionale Reaktionen, besonders wenn Grenzen nicht eingehalten werden. Protektiv wirken die inneren Bilder, die Eltern von ihrem Kind haben. Sehen sie es mit den Augen des Gärtners oder des Schreiners, geben sie ihm Raum zum Wachsen oder sehen sie das „fertige Ergebnis“, vor allem was noch fehlt?

Und auf gesellschaftspolitischer Ebene – was muss da getan werden?

Leider gibt es kein Anti-Stress-Gesetz. Gesetze der Marktwirtschaft, der Gesundheitsfürsorge und der Familienpolitik sind nicht aufeinander abgestimmt. Die Familie braucht deutlich mehr soziale und finanzielle Anerkennung und Hilfen. Es bedarf dringend neuer familienpolitischer Impulse und Gesetze, die die Wertschätzung der „inneren Familie“ in den Fokus stellen. Damit Familie ein Platz der stabilen Bindungs- und Beziehungserfahrung sein kann, ein Entwicklungs- und Spielraum für die Kinder. Wo lernen Kinder Empathie, Respekt, Affektregulation, Selbstbewusstsein, wo erfahren sie Geborgenheit und Solidarität?

Wie können Familien dem Hamsterrad entkommen und solch ein Ort der Geborgenheit sein?

Statt „To-do-Listen“ rate ich zu „Loslass-Listen“. Pausen, gemeinsame Aktivitäten, die allen Spaß machen, Neues wagen. Einführen von Familienkonferenzen mit Bedürfniskarten, jeder schreibt, was ihm fehlt, was er für einen Wunsch hat, was ihm missfällt. Kurzfristig helfen Sport, Bewegung, Entspannung und Gespräche aus dem Hamsterrad. Die langfristigen Auswege sind Abschied vom Perfektionismus, eine neue Selbstwahrnehmung

mit den Fragen: Wer bin, was will, wohin will ich und mit wem? Das führt zu Veränderung statt Jammern, zu proaktivem Handeln statt sich an die Macht der Gewohnheit klammern.

Oft werden Probleme von einer Generation auf die nächste übertragen – welche Rolle spielt diese Weitergabe von Beziehungsmustern?

Jede Familie hat eine Geschichte, eine „Ahnenreihe“. Das ist die Geschichte „von hinten“. Hier übertragen sich Beziehungsmuster und nicht bewältigte Traumata von einer auf die nächste Generation. Dies ist nur zu durchbrechen, indem das Schweigen gebrochen, das „Familiengeheimnis“ offenbar wird. Wichtig ist aber auch, als Familie eine Geschichte „nach vorne“ zu schreiben.

Hilft es Kindern, mehr Bezugspersonen als „nur“ die Eltern zu haben?

„Um ein Kind zu erziehen, bedarf es ein ganzes Dorf.“ Dieses alte afrikanische Sprichwort hat unverändert psychologische Gültigkeit für die Entwicklung von Kindern. Neben den Eltern sollte es „bedeutende Andere“ geben, neben der Kernfamilie eine erweiterte Familie, Freunde, Schule, Vereine.

Worauf legen Sie persönlich in Ihrer eigenen Familie besonders Wert?

Auf das gemeinsame Gespräch, den nicht endenden Austausch mit den Fragen: „Wo bist du gerade, wo kann ich dich finden und abholen und was tut dir gut?“ und die Freude, ebenso befragt und abgeholt zu werden. Daneben auf viel gemeinsamen Aufenthalt in der schönen Natur.

Das Interview führte Christine Flatz-Posch.



Dr. Hans Hartmann ist Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie, Neurologie, Paar- und Familientherapeut sowie leitender Arzt der Mutter-Kind-Kurklinik in Plön.

ANGEBOTE DES AMBULANTEN FAMILIENDIENSTES

- KREWO (Kreativwochenenden)
- Psychotherapie
- Entwicklungspsychologische Beratung
- Begleitetes Malen
- Achtsamkeitstraining
- Erziehungscoaching
- Körperarbeit
- Traumapädagogik
- Sozialpädagogische Gruppenangebote
- Sozialpädagogische Einzelbegleitung
- Elterngruppen
- Kasulino (Therapiegruppe für Kinder aus Suchtbelasteten Familien)
- Seidenlöwe (Therapeutische Kindergruppe für Kinder, die Gewalt erlebt haben)
- Besuchsbegleitung
- Familiengruppenkonferenzen
- Mediation



REIHE WERTVOLLE KINDER FAMILIEN BURNOUT – WEGE AUS DER ERSCHÖPFUNG

Vortrag von Dr. Hans Hartmann
Mittwoch, 4. März 2020, 20.00 Uhr
Vorarlberger Kinderdorf, Kronhalde Bregenz
Eintritt frei, Anmeldung unter a.pfanner@voki.at!

Warum funktioniert ohne mich hier nichts? Wie kann ich wieder Kraft tanken? Diese Fragen stellen sich fast alle jungen Mütter und Väter im Laufe ihrer Familienzeit. Der Leiter einer Mutter-Kind-Kurklinik zeigt hilfreiche Strategien für eine wirkungsvolle Stressbewältigung und mehr Widerstandskraft auf. Er erklärt, wie persönliche Ziele dabei helfen, Beziehungsmuster zu verändern und wie mit Krisen umgegangen werden soll, ohne dass die eigenen Bedürfnisse auf der Strecke bleiben.

AMBULANTER FAMILIENDIENST

Der Ambulante Familiendienst betreut Kinder und deren Eltern in oftmals existenziellen Problemlagen vor Ort. Die Familien werden durch fünf Regionalteams in den Bezirken Bregenz und Dornbirn bei der Bewältigung ihrer schwierigen Situationen unterstützt.

Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz, T +43 5574 4992-411,
a.haid@voki.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at

**DSA CHRISTINE RINNER**

ist diplomierte Sozialarbeiterin, Familienberaterin und Mediatorin. Sie ist Leiterin von Netzwerk Familie.

DIE SPRACHE DER BABYS VERSTEHEN

SAFE® ist ein Gruppenangebot von Netzwerk Familie zur Förderung einer starken Eltern-Kind-Bindung.

Der Kurs richtet sich an alle werdenden Eltern, beginnt in der 20. Schwangerschaftswoche und wird bis zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes in einer geschlossenen Gruppe durchgeführt. An zehn Kurstagen – jeweils sonntags – erhalten Eltern ein Feinfühligkeitstraining, bei dem sie anhand von Eltern-Kind-Interaktionen mittels Video lernen, die Signale von Säuglingen zu lesen. Nach der Geburt sind die Babys bei den Seminaren dabei. Zusätzlich zu den Gruppentagen können die Eltern bei Bedarf Einzelberatungstermine sowie eine telefonische Hotline in Anspruch nehmen. Die Hotline ist eine „sichere Basis“, die Beratung und Unterstützung in akut schwierigen Situationen bietet. So können junge Eltern in der Entwicklung ihrer elterlichen Kompetenzen sicherer werden.



Infos und Kontakt:
Netzwerk Familie, Am Rathausplatz 4,
6850 Dornbirn, T +43 5572 200 262,
E-Mail: info@netzwerk-familie.at
www.netzwerk-familie.at



TRAINING FÜRS ELTERNSEIN

Wie werde ich eine gute Mutter, ein guter Vater? Anne Richter und Sebastian Schade wollten es genau wissen und nahmen an einem SAFE-Kurs von Netzwerk Familie teil.

”

Wir haben nicht nur gelernt, feinfühlig mit Klara, sondern auch als Paar miteinander umzugehen.

“





Vor allem der Wunsch nach Austausch war es, der das Paar zur Teilnahme an einer SAFE-Gruppe motivierte. Die beiden waren berufsbedingt von Berlin nach Vorarlberg gesiedelt, Sebastian bereits 2015, Anne folgte zwei Jahre später nach. Kurz darauf kündigte sich auch schon Klara an. „Kein klassischer Geburtsvorbereitungskurs sollte es sein, sondern eine intensive Vorbereitung auf das Leben mit Kind. „Ich wollte mehr Sicherheit für meine Rolle als Vater“, erzählt der Produktmanager bei Zumtobel. Für Anne, die Sozialarbeiterin ist, stand das Kennenlernen anderer Eltern im Vordergrund: „Ich kannte in Vorarlberg niemanden, der Kinder hatte. Und unsere eigenen Eltern sind weit weg.“

CRASHKURS MIT LANGZEITWIRKUNG

Gemeinsam mit acht anderen (werdenden) Müttern und Vätern hat das Paar zehn Sonntage in den praxisorientierten „Crashkurs fürs Elternsein“ investiert und auf voller Linie profitiert, wie beide betonen. Start für den Kurs ist in der 20. Schwangerschaftswoche, die Begleitung dauert bis zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes. „Sehr viel geht es um Feinfühligkeit, die in den Seminaren trainiert wird“, erklärt Anne. „Man lernt, die Signale des Babys richtig zu deuten und angemessen zu reagieren.“ Übungen und Videoanalyse waren sehr hilfreich. „Ich habe

dadurch auch gesehen, dass ich eh gar nicht so viel verkehrt mache“, erinnert sich Anne. Ebenso standen praktische Themen wie Ernährung, Krankheiten oder Impfen im Fokus und natürlich alles, was gerade aktuell war. „Jeder konnte sich einbringen“, so Sebastian. „Ich habe viel von den Fragen der anderen gelernt und fand es sehr toll zu erfahren, wie es frühere Generationen gemacht haben – gerade weil wir unsere Eltern nicht in Reichweite haben.“ Auch die angebotene Hotline nahm das Paar in Anspruch, „als Klara gar nicht mehr aufhören wollte zu schreien und wir nicht mehr weiter wussten. Das war extrem hilfreich und hat uns viel Sicherheit gegeben.“

BABY UND PARTNER*IN VERSTEHEN

Im Lehrgang geht es nicht nur um die Beziehung zum Baby, sondern auch um die Partnerschaft. Was ändert sich, wo können Konflikte entstehen, wie kann man gegenseitig feinfühlig sein?

“
Als Klara einmal gar nicht mehr aufhörte zu schreien, nahmen wir die Hotline in Anspruch. Das war extrem hilfreich und hat uns Sicherheit gegeben.
 “

“

“

Denn allzu leicht dreht sich alles nur noch um den kleinen Neuankömmling und die Kommunikation auf der Paarebene gerät aus dem Blick. „Wir haben geübt, worauf wir achten müssen und wie auch wir beide feinfühlig miteinander umgehen können“, so Anne. „Zum Beispiel dass wir uns am Tisch anschauen und nicht nur Klara im Blick haben.“ Klara ist mittlerweile 15 Monate alt. Nicht nur ihre Eltern haben im SAFE-Kurs viele schöne Begegnungen erlebt und Freundschaften geschlossen, ebenso freut sich Klara über kleine Spielgefährte*innen. Anne und Sebastian konnten ihre persönlichen, elterlichen Kompetenzen stärken und eine sichere Beziehung zu ihrer Tochter aufbauen. Dass sie den Kurs weiterempfehlen sei keine Frage, denn „es ist eine Erfahrung, die wir nicht missen wollen und allen Eltern wünschen“.

NETZWERK FAMILIE

Netzwerk Familie ist ein Angebot des Vorarlberger Kinderdorfs, der akts gesundheit und der Vorarlberger Kinder- und Jugendfachärzte – überwiegend finanziert durch die Gemeinden und das Land Vorarlberg. In ganz Vorarlberg werden junge Familien und werdende Eltern begleitet.

Am Rathausplatz 4, 6850 Dornbirn, T +43 5572 200262,
 info@netzwerk-familie.at, www.netzwerk-familie.at
 www.vorarlberger-kinderdorf.at



MAG. CHRISTINE FLATZ-POSCH

ist Soziologin und zuständig für Öffentlichkeitsarbeit & Medien. Sie bringt die Vorträge der Reihe „Wertvolle Kinder“ auf den Punkt.

In der Vokithek stehen sämtliche Vorträge zudem zum Nachhören bereit.

HÖR DICH REIN!



WWW.VORARLBERGER-KINDERDORF.AT/VOKITHEK



Herzlichen Dank an das ORF Landesfunkhaus Vorarlberg.

„ICH FÜHL' MICH SO LEER“

Ein zu wenig beachtetes Thema, ein renommierter Experte, ein gebanntes Publikum: Stefan Lüttke zeigte in der Reihe „Wertvolle Kinder“, wie man Depressionen bei Kindern und Jugendlichen erkennen und was helfen kann.

Anja ist 14, Einzelkind, besucht die Realschule. Ihre Eltern sind verheiratet. Mit zwölf zeigt Anja erstmals selbstverletzendes Verhalten. Sie ritzt sich an Armen, Beinen, Bauch. „Ich bin doof wie Scheiße“, sagt das Mädchen über sich selbst. Sie

hält sich für hässlich, fühlt sich wertlos und verkriecht sich am liebsten den ganzen Tag im Bett. Anja zählt laut dem Kinderpsychologen Stefan Lüttke zu den 450.000 Kindern und Jugendlichen in Deutschland, die an einer Depression leiden. Etwa 50.000 Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre seien in Österreich betroffen. Noch viel zu oft würde die Krankheit bei den jüngsten Betroffenen übersehen, dabei hätte jede*r Fünfte im Laufe seines Lebens eine Depression, die meisten bereits im Jugendalter.

Wie lässt sich eine Depression im Kinder- und Jugendalter aber überhaupt erkennen? Wesentliche Symptome sind eine depressive Stimmung, Niedergeschlagenheit und Traurigkeit. „Ich fühle mich einfach leer, so als ob ich nicht mehr leben könnte“, sagt zum Beispiel die 15-jährige Laura, die oft weinen muss und nicht weiß warum. Der Verlust von Interessen, Hobbys und Freundschaften sowie außergewöhnliche Müdigkeit sind weitere Merkmale.

EXTREME SELBSTZWEIFEL

Zu den Nebensymptomen zählen mangelndes Selbstbewusstsein und ein Gefühl der Wertlosigkeit. „Die Kinder bezeichnen sich als Idiot, Versager, Dummkopf, haben einen ausgeprägten negativen Denkstil“, erzählt der Therapeut aus seiner Praxis. „Sie sind von unbegründeten Selbstvorwürfen und Schuldgefühlen geplagt.“ Es fehle die Fähigkeit, sich zu konzentrieren, banale Dinge würden zum Problem, zum Beispiel, was man essen soll. Auch große Unruhe und gehemmtes Auftreten, z. B. eine verlangsamte Sprache, würden auf eine Depression hinweisen, ebenso wie Schlafstörungen, Appetitverlust oder gesteigerter Appetit verbunden mit großer Gewichtsab- oder -zunahme und Suizidgedanken.

WAS IST SCHON NORMAL?

Zumindest zwei Haupt- und zwei Nebenmerkmale müssten 14 Tage lang gegeben sein, damit von einer Depression gesprochen werden kann. All diese Symptome sind je nach Alter unterschiedlich ausgeprägt. Erkrankte kleine Kinder wirken traurig, ihre Mimik ist starr und ausdruckslos, sie zeigen wenig Kreativität und Spiellust. Bei betroffenen Kindern im Vorschulalter fallen die mangelnde Fähigkeit, sich zu freuen, und das geringe Interesse an Spiel und Freunden auf. Im Schulalter kämen Selbstzweifel dazu, das Gefühl, nicht geliebt zu sein, Kopf- oder Bauchschmerzen ebenso wie Schulleistungsstörungen.

ANGST VOR AUSGRENZUNG

Sozialer Rückzug, das Aufgeben von Hobbys und Reizbarkeit kennzeichnen Depressionen in der Pubertät. „Ich fänd's nicht schlimm, wenn ich nicht mehr da wäre“, meint Laura. „Es in-



„
**Ich fänd's nicht
schlimm, wenn ich nicht
mehr da wäre. Es
interessiert sich sowieso
niemand für mich.**“

Laura, 15

“



FACTS

What's up?-Studie. Frühwarnsystem für Kinder und Jugendliche mit Depressionen
Uni Tübingen, Klinische Psychologie und Psychotherapie
www.pi.uni-tuebingen.de

Anlauf- und Beratungsstellen in Vorarlberg
JUGEND – pro mente V www.promente-v.at/jugend
jugend.unterland@promente-v.at, T 05572 21274
jugend.oberland@promente-v.at, T 05525 63829

BLEIB INFORMIERT: WWW.FACEBOOK.COM/VORARLBERGERKINDERDORF



Schritte in die Welt - von der Macht der Kindheit

Ehrliches Zutrauen von Menschen, die Kinder auf ihren Schritten ins Erwachsenenleben begleiten, ist ein wesentlicher Faktor für eine gute Kindheit. Welchen Einfluss haben dabei Erfahrungen wie Trennungen oder erlebte Traumata? Wie groß ist die Macht der Vergangenheit und welche Rolle spielt sie für die Zukunft von Familien? Was hilft, wenn plötzlich Zutrauen und Kraft fehlen? Es liegt an uns allen, was aus Kindern wird, damit sie durch ihre Erfahrungen gestärkt durchs Leben gehen können.

teressiert sich sowieso niemand für mich.“ Die eigene Wahrnehmung der Realität treffe häufig auf Unverständnis der Eltern. „Endlich wieder normal“ soll das Kind sein, „nicht immer so schlecht drauf“. Auch Scham und die Angst, als „Psycho“ stigmatisiert zu werden, verhindere das Sprechen über die Krankheit. Pubertätsbedingte Stimmungsschwankungen und Antriebslosigkeit seien leicht mit einer Depression zu verwechseln. „Teenager kommen oft mit sich nicht klar. Sie müssen große Veränderungen bewältigen“, so der Depressionsforscher. Hier gelte es, Intensität und Dauer der Symptome im Blick zu haben.



Eltern müssen hinhören und hinschauen statt mit dem Smartphone mit den Kindern kommunizieren.

Stefan Lüttke, Depressionsforscher

gungsstrategien der Kinder stärkt. Manchmal seien Medikamente und ein Klinikaufenthalt aber unumgänglich.

URSACHENFORSCHUNG HINKT NACH

„Immer betrifft eine Depression die ganze Persönlichkeit“, so der Wissenschaftler, der in London und Tübingen lehrt und forscht. „Stimmung, Denken, Verhalten und Körper sind beeinträchtigt.“ Noch viel zu wenig untersucht seien die eigentlichen Ursachen wie biologische und genetische Aspekte, aber auch psychosoziale Faktoren, z. B. Belastungen durch anhaltende familiäre Konflikte. Der Kinderpsychologe äußerte sich zurückhaltend, soziale Medien für depressive Störungen bei Kindern verantwortlich zu machen. „Es geht mehr um Möglichkeiten, die Informationsflut zu verarbeiten. Das Gehirn braucht auch mal Pause.“

WHATSAPP ALS FRÜHWARNSYSTEM

Gemeinsam mit Informatikern der Universität Würzburg untersucht der Experte derzeit, inwieweit ein verändertes Kommunikationsverhalten von Heranwachsenden im Messenger WhatsApp zur Früherkennung von Depressionen genutzt werden könnte. Denn: Je eher die Behandlung beginnt, desto besser die Prognose für die Zukunft.

KEINE PANIK UND: EINFACH MAL RUMSPINNEN

„Überhaupt ist genaues Beobachten wichtig“, rät Lüttke Eltern, deren Kind in eine Depression gerutscht ist. „Hinhören und hinschauen statt mit dem Smartphone mit den Kindern kommunizieren“ sei gefragt, ebenso wie Ruhe bewahren, Schuldgefühle überwinden und so rasch wie möglich Hilfe suchen. Früherkennung sei die einzige Chance, um einen chronischen Verlauf zu verhindern, und erste Anlaufstelle der Kinder- oder Hausarzt. Helfen könnten dann u. a. Psychotherapie, Sport, Gruppenaktivitäten (auch einfach mal mit den Kindern „rumspinnen“) und alles, was Ressourcen und Bewälti-



NEWSLETTER-ANMELDUNG

Damit Sie weiterhin über alle Veranstaltungen des Vorarlberger Kinderdorfs auf dem Laufenden bleiben.

WWW.VORARLBERGER-KINDERDORF.AT



WERTVOLLE KINDER

Vortragsreihe 2019/20



Vater sein kann man nicht von Müttern lernen

Vortrag von Mathias Voelchert

Mittwoch, 20.11.2019, Kinderdorf Kronhalde

Mit der Gesellschaft hat sich auch die Vaterrolle verändert. Was heißt es, ein guter Vater zu sein und kann man das lernen? Wie definieren Väter und Mütter ihre Rollen in der heutigen Gesellschaft? Mit diesen und ähnlichen Fragen setzt sich der Referent seit vielen Jahren mit Vätern intensiv auseinander und teilt seine wertvollen Erkenntnisse.



Selfie Queens und kleine Helden

Vortrag von Dr. Maya Götz

Mittwoch, 29.1.2020, Russmedia Schwarzach

Viele Mädchen fokussieren ihr Selbstwertgefühl auf Aussehen und Anerkennung. Im Gegensatz dazu wird Jungen das Bild vom aktiven und starken Mann vermittelt. In dem eingängigen Vortrag werden aktuelle Ergebnisse aus der Mediennutzungsforschung vorgestellt und hilfreiche Wege für Mädchen und Jungen in den aktuellen Medien- und Konsumwelten vorgestellt.



Familien Burnout - Wege aus der Erschöpfung

Vortrag von Dr. Hans Hartmann

Mittwoch, 4.3.2020, Kinderdorf Kronhalde

Warum funktioniert ohne mich nichts und wie kann ich wieder Kraft tanken? Der Referent zeigt hilfreiche Strategien für eine wirkungsvolle Stressbewältigung und mehr Widerstandskraft auf. Er erklärt, wie persönliche Ziele dabei helfen, Beziehungsmuster zu verändern und wie mit Krisen umgegangen werden kann, ohne dass die eigenen Bedürfnisse auf der Strecke bleiben.



Was Mütter und Töchter voneinander wissen müssen

Vortrag von Claudia Haarmann-Paasche

Mittw., 1.4.2020, KIMI Lustenau, Millennium Park 4

Was macht die Beziehung zwischen Müttern und Töchtern so besonders, aber auch oft so schwierig? Inwieweit beeinflusst die Bindungs- und Liebesfähigkeit der (Groß-)Mütter das spätere Leben und Lieben der Töchter? Die Expertin verknüpft in ihren Antworten Lebensgeschichten aus ihrer langjährigen Praxis mit Erkenntnissen der Neurobiologie und Bindungstheorie.



Hungern um zu leben - Entstehung, Behandlung & Verlauf von Essstörungen

Vortrag von Prof. Dr. phil. Günter Reich

Mittwoch, 13.5.2020, Kinderdorf Kronhalde

Essstörungen sind ernste psychosomatische Erkrankungen mit körperlichen, seelischen und sozialen Folgen. Übergänge von gestörtem Essverhalten zu Essstörungen sind fließend, doch Hilfe ist möglich. Der renommierte Arzt und Therapeut informiert über Entstehung, Warnsignale, Therapiemöglichkeiten und die Rolle der Familie im Zusammenhang mit Essstörungen.



Schritte in die Welt - wie traumatisierte Kinder und Jugendliche (wieder) gehen lernen

Vortrag von Prof. Dr. Miriam Rassenhofer

Mittwoch, 17.6.2020, ORF Landesstudio

Was macht ein belastendes Ereignis für Kinder zu einem Trauma? Was können Eltern und begleitende Personen unterstützend leisten? Wann ist es angesagt, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen? Die Ärztin und Therapeutin gibt spannende Einblicke anhand konkreter Fallbeispiele aus der klinischen Praxis.

VERANSTALTUNGSBEGINN IST JEWEILS 20 UHR. DER EINTRITT IST FREI, ANMELDUNG UNTER:

Vorarlberger Kinderdorf | FAMILIENIMPULSE
Kronhaldenweg 2 | 6900 Bregenz | T 05574 4992-63
a.pfanner@voki.at | www.vorarlberger-kinderdorf.at

IN KOOPERATION MIT
Fachbereich Jugend und Familie – Amt der Vorarlberger Landesregierung, ORF Vorarlberg, Russmedia Schwarzach, KIMI Lustenau, Prisma, Hotel Weißes Kreuz Bregenz, Landeselternbüro des Landeselternverbandes Vorarlberg, Dorn Arbeitsbühnen, ATRIUM® – Raum für Ideen



DR. CLAUDIA GÖSSLER

ist Klinische und Gesundheitspsychologin, Leiterin der Qualitätsentwicklung und Kinderschutz-Koordinatorin.

30 JAHRE KINDERRECHTE



SETZ
DICH EIN

FLASHMOB

AM KINDERRECHTETAG
20. NOVEMBER 2019

INFOS: WWW.VORARLBERGER-KINDERDORF.AT/FLASHMOB



KINDERSCHUTZ

Die Stabstelle „Koordination Kinderschutz und Kinderrechte“ sowie die Kinderschutzgruppe informieren und unterstützen Mitarbeiter*innen in Kinderschutzfragen.

Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz,
T +43 5574 4992-77,
c.goessler@voki.at,
www.vorarlberger-kinderdorf.at

Am 20. November feiert die Welt 30 Jahre Kinderrechte. 1989 wurde die UN-Kinderrechtskonvention beschlossen und damit Kinder und Jugendliche erstmals als Träger*innen von eigenen Rechten definiert.

192 Staaten haben sich verpflichtet, das was in der Konvention steht, auch wirklich einzuhalten und umzusetzen. 54 Artikel sind drei großen Bereichen zugeordnet: der Versorgung (Recht auf Nahrung, Bildung, Freizeit, Unterstützung ...), dem Schutz (vor körperlicher, seelischer, sexueller Gewalt und Vernachlässigung, wirtschaftlicher Ausbeutung und bewaffneten Konflikten) und der Beteiligung (Berücksichtigung der Meinung der Kinder und Jugendlichen in allen Belangen, die sie betreffen, Informationsrecht und Meinungsfreiheit, Privatsphäre). Insgesamt orientiert sich die UN-Kinderrechtskonvention am Wohl des Kindes. Sie unterstreicht die Rolle der Eltern, denen die hauptsächliche Verantwortung für die Erziehung und Entwicklung ihrer Kinder zufällt. Der Staat hat die Verpflichtung, Eltern dort zu unterstützen, wo es notwendig ist. Die Kinderrechtskonvention ist in der Bundes- und Landesverfas-

sung (§ 138) verankert. Sie legt fest, dass Gewalt in der Erziehung und generell verboten ist und Misshandlung einen Strafbestandteil darstellt.

Das Vorarlberger Kinderdorf als Kinderschutzeinrichtung setzt sich für das Wohl von Kindern und Jugendlichen sowie deren Familien – besonders in belastenden Lebenssituationen – ein. Maßgeblich handlungsleitend ist dabei die UN-Kinderrechtskonvention. Wir sind überzeugt, dass Kinderschutz nur dann gelingen kann, wenn es ein Anliegen von uns allen ist, wenn wir den Schutz von Kindern als gemeinsame Verantwortung sehen. Unser Ziel ist es, unsere Mitarbeitenden ausdrücklich für sämtliche Formen von Gewalt und Vernachlässigung zu sensibilisieren und deren Handlungsmöglichkeiten zu erweitern, damit Kinder in prekären Situationen auch wirklich Hilfe und Unterstützung erhalten.

“
**Der Schutz
von Kindern kann nur
gelingen, wenn wir
uns alle verantwortlich
fühlen.**

“

Kinder-
zeitung
zum Heraus-
trennen

Umweltschutz geht uns alle an!



Lange Transportwege, Lagerung und Kühlung von Lebensmitteln belasten die Umwelt. Nachhaltig und klimaschonend ist deshalb vor allem frisches Obst und Gemüse der Saison und der Region.

Regionales Obst & Gemüse

EIN BAUARBEITER ZUM ANDEREN: „MENSCH, 32 GRAD IM SCHATTEN! DA KANN MAN DOCH NICHT ARBEITEN!“
„NA, DANN GEH DOCH EINFACH NICHT IN DEN SCHATTEN!“

WIE NENNT MAN EINEN SPANIER OHNE AUTO?
CARLOS.

EIN KIND, EIN UMWELTBEWUSSTER ÖLMANAGER UND DER WEIHNACHTMANN VERLASSEN EINEN KONFERENZRAUM. WER SCHALTET DAS LICHT AUS?
DAS KIND. DIE BEIDEN ANDEREN GIBT ES NICHT.

„UND WAS TUN SIE FÜR DEN UMWELTSCHUTZ?“
„ICH WERFE NIEMALS MEINE FAHRKARTE WEG, ICH BENUTZE SIE MEHRMALS.“

SAGT DER EINE GLETSCHER ZUM ANDEREN: „DU SCHULDEST MIR NOCH 100 EURO.“
SAGT DER ANDERE GLETSCHER: „WARTE BIS AUGUST, DA BIN ICH FLÜSSIG.“

EIN UMWELTBEWUSSTER KÄUFER VOR DEM OBSTSTAND: „KOMMEN DIE TOMATEN AUS ÖSTERREICH ODER FRANKREICH?“
ANTWORTET DER VERKÄUFER: „WOLLEN SIE DIE TOMATEN ESSEN ODER MIT IHNEN REDEN?“

Unsere Buchtipps zum Thema Klima & Umweltschutz



WENIGER INS MEER – WAS DU TUN KANNST, UM PLASTIK UND MÜLL ZU VERMEIDEN

Plastik, das die Weltmeere verseucht, Regenwälder, die zusehends schrumpfen, Müllberge, die immer weiterwachsen, unser Klima, das sich mehr und mehr verändert – an vielen Stellen ist zu erkennen, dass wir so nicht weitermachen können mit der Umweltverschmutzung und der Ausbeutung unserer Erde. Neben Fakten und anschaulichen Fotos bietet dieses Kindersachbuch viele Tipps und Anregungen, wie Kinder, ihre Freunde und Familien selber dazu beitragen können, die Umwelt zu schützen und sich umweltbewusst zu verhalten – ein Anliegen, das heute viele Kinder und Jugendliche haben!

Gebundene Ausgabe: 64 Seiten, 19,5 x 25,1 cm
Verlag: arsEdition; Auflage: 1. (23. August 2019)
Sprache: Deutsch
Vom Hersteller empfohlenes Alter: 8 bis 10 Jahre

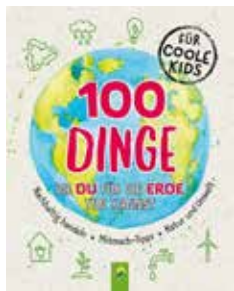


PLASTIAN, DER KLEINE FISCH ...

... UND WIE ER MIT SEINEN FREUNDEN AUF EINER ABENTEUERLICHEN REISE DIE WELT EIN BISSCHEN BESSER MACHT.

Lillian und Moritz begeben sich auf eine Reise an einen geheimnisvollen Ort, von dem ihnen ihre Uroma erzählt hat. Sie bauen sich ein Boot und machen sich auf den Weg über das Meer. Doch ihr selbstgebauter Motor spuckt viele Plastikfuzerln aus. Plastian, der kleine Fisch, entdeckt die bunte Plastikspur und schluckt eine ganze Menge von diesen Stückchen. Es dauert nicht sehr lange, da bekommt der kleine Fisch starkes Bauchweh. Da haben Lillian und Moritz einen rettenden Einfall ...

Gebundene Ausgabe: 36 Seiten, 20,5 x 28,4 cm
Verlag: oekom verlag; (18. März 2016)
Sprache: Deutsch
Vom Hersteller empfohlenes Alter: 5 bis 10 Jahre



100 DINGE, DIE DU FÜR DIE ERDE TUN KANNST

NACHHALTIG HANDELN – MITMACH-TIPPS – NATUR UND UMWELT

Klima- und Umweltschutz ist die Sache von Politikern und großen Organisationen? Falsch gedacht!

Dass der Erhalt unseres blauen Planeten, seiner grünen Wälder und artenreichen Weltmeere wichtig ist, begreift heute jedes Kind. Und Mitmachen ist gar nicht so schwer! Ein Insektenhotel bauen, Wasser und Strom sparen, unnötigen Plastikmüll vermeiden: Auf diese Weise kann jeder Mensch etwas bewegen und einen kleinen Beitrag zur Rettung unserer Erde leisten.

100 Mitmach-Tipps zum Schutz von Natur, Umwelt und Klima hält dieses praktische Buch für Kinder bereit: Zusammen Energie sparen, fair und sinnvoll einkaufen ... ist gut für das Ökosystem der Erde und macht zugleich Spaß. So wird Klima- und Umweltschutz zur gemeinsamen Challenge für eine bessere Welt. Spannende Fakten rund um Umwelt und Natur runden die Lektüre ab.

Taschenbuch: 224 Seiten, 16,9 x 20,6 cm
Verlag: Schwager & Steinlein (9. Juli 2019)
Sprache: Deutsch
Vom Hersteller empfohlenes Alter: ab 8 Jahren

WIE SCHÜTZT DU UNSERE UMWELT?

Unter allen, die bis 16.12.2019 ein E-Mail an: b.drexel@voki.at mit dem Betreff „Umweltschutz“ schicken, verlosen wir dieses Buch.

← ← ← **GEWINNSPIEL**



UNSERE ZUKUNFT IST JETZT!

Gebundene Ausgabe: 96 Seiten
Verlag: Oetinger (19. August 2019)
Größe: 12,8 x 19,5 cm
Alter: 8 bis 10 Jahre

Fridays for future Schulstreik für den Klimaschutz

„Fridays for future“ – jeden Freitag Schulstreik für den Klimaschutz und damit für unsere Zukunft auf der Erde, diese Aktion hat die Schwedin Greta Thunberg erfunden. Mittlerweile unterstützen viele Kinder Gretas Klima-Protest.

Die Umwelt ist Greta sehr wichtig: Sie möchte, dass endlich mehr für den Klimaschutz getan wird. Die 16-jährige Schwedin hat mit acht Jahren zum ersten Mal gehört, dass die Erde immer wärmer wird und dass daran wir Menschen schuld sind. Seitdem versucht sie, die Umwelt möglichst wenig zu verschmutzen. Sie fliegt nicht mehr mit dem Flugzeug und spart möglichst viel Strom. Doch Greta ist klar: Es müssten viel mehr Menschen umdenken!

Doch Streiks sind längst nicht mehr Gretas einziger Weg, um gehört zu werden. Sie gibt viele Interviews und tritt im Fernsehen auf. 2019 nahm sie am UN-Klimagipfel in New York mit Politikern und Umweltexperten aus 60 Nationen teil. Dort forderte sie die anwesenden Staats- und Regierungschefs zu mehr

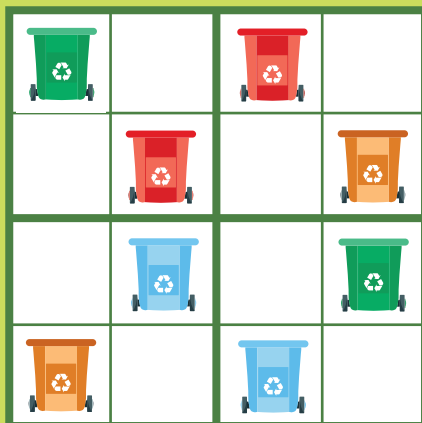
Einsatz beim Schutz des Klimas auf und warf ihnen vor, ihre Generation im Stich zu lassen.

Greta Thunbergs Idee, für das Klima zu streiken, ist eingeschlagen wie eine Bombe. Sie inspiriert immer mehr junge Menschen, sich bewusst für ihre Zukunft einzusetzen. Für ihr Engagement wurde sie nun bereits von zwei schwedischen Zeitungen als wichtigste Frau Schwedens ausgezeichnet. Im März 2019 wurde ihr in Berlin die Goldene Kamera verliehen. Es ist ein Sonderpreis für den Klimaschutz, den es erst seit diesem Jahr gibt. Und das war's noch nicht: Greta ist sogar für einen Friedensnobelpreis nominiert! Klimaschutz ist das wichtigste Thema der Gegenwart und Greta trägt durch ihr Engagement extrem zum Weltfrieden bei.

Suchbild

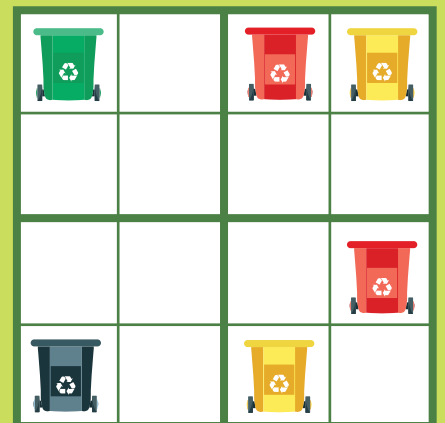


So viel Müll im Meer, findest du die 10 Unterschiede der beiden Bilder?



EINFACH

SUDOKU



SCHWER



Bist du ein Recycling-Profi? Sortiere den Müll – kreise die Dinge in der Farbe der passenden Mülltonne ein.

AUS ALT MACH NEU

Recycling ist die Aufbereitung und Wiederverwendung von Abfällen für neue Produkte. Aber wozu macht man das eigentlich?

Jeden Tag verwenden wir viele verschiedene Rohstoffe, wie zum Beispiel Kohle, Metalle, Öl oder Holz, um daraus die Dinge herzustellen, die wir für unser Leben brauchen. Aber Rohstoffe sind auf der Welt nur begrenzt vorhanden,

und deshalb müssen wir sparsam damit umgehen. Beim Recycling werden in Müllanlagen wiederverwertbare Abfälle durch unterschiedliche Verfahren in neue Rohstoffe verwandelt. So entsteht ein Kreislauf, bei dem Rohstoffe

nicht verschwendet, sondern wiederverwertet und somit Natur und Umwelt geschont werden. Aber nicht jeder Abfall kann recycelt werden: Das Recycling-Symbol auf Produkten weist auf wiederverwendbares Material hin.



Was ist eigentlich ein ökologischer Fußabdruck?

Durch die Art, wie wir leben, was wir kaufen oder wohin wir reisen, hinterlassen wir Spuren auf unserer Welt. Der ökologische Fußabdruck misst, wie groß die Fläche ist, die wir für unseren Lebensstil brauchen.

Es werden alle Dinge gezählt, die wir für den Alltag nutzen: zum Beispiel Strom, Wasser, Essen, Kleidung oder Fahrzeuge. Um all diese Gegenstände zu produzieren, wird eine bestimmte Fläche benötigt. Diese wird auf alle Menschen hochgerechnet und mit dem Platz verglichen, den es tatsächlich auf unserer Welt gibt.

Die gesamte Weltbevölkerung verbraucht mehr Ressourcen, als die Erde uns bietet. Wenn wir so weitermachen, wären laut WWF bis zum Jahr 2030 zwei Erden nötig, um uns zu versorgen. Bis zum Jahr 2050 wären es sogar drei Planeten. Wenn man die Nutzfläche der Erde berechnet und diese gerecht auf alle Menschen aufteilt, dürfte laut WWF jeder Mensch einen Fußabdruck von ungefähr 1,8 Hektar haben. Dann wäre alles im Gleichgewicht.

Wenn du wissen möchtest, ob der Fußabdruck von dir/deiner Familie auf die Erde passt, kannst du das ausrechnen. Im Internet auf der Seite des Bundesministeriums für Nach-

haltigkeit und Tourismus gibt es dazu einen Online-Test (www.mein-fussabdruck.at). Dieser Test soll dir zeigen, wie wichtig es ist, bewusst zu leben und deine Umwelt zu schützen.

Du kannst deinen ökologischen Fußabdruck auch verbessern – zum Beispiel dadurch, nicht so oft zu fliegen, Strom zu sparen und keine unnötigen Dinge zu kaufen.

DIESE DINGE KANNST DU GANZ EINFACH IN DEINEM ALLTAG UMSETZEN, UM DEINEN FUSSABDRUCK ZU VERKLEINERN

- Lösche das Licht, wenn du aus deinem Zimmer gehst.
- Schalte elektrische Geräte aus, wenn du sie nicht benötigst (kein Standby-Modus).
- Kurze Strecken zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurücklegen.
- Längere Strecken mit dem Zug oder Bus fahren.
- Wasserhahn zudrehen, während du die Zähne putzt oder dich beim Duschen einseifst.
- Saisonales Obst und Gemüse aus der Region bevorzugen.
- Weniger Fleisch und Wurst essen.
- Nicht immer alles neu kaufen, sondern reparieren oder im Secondhand-Shop einkaufen.
- Bio- und Fairtrade-Produkte kaufen.
- Trenne deinen Müll richtig!
- Verwende Recyclingpapier und nutze auch die Rückseite zum Schreiben oder Malen.



Die nachhaltige und wiederverwendbare Alternative zu Alufolie und Frischhaltefolie. Brot, Obst, Gemüse, die Reste vom Fest und natürlich deine Jause haben endlich einen tollen Beschützer. Das Bienenwachstuch schmiegt sich um dein Brot und schafft einen natürlichen Schutz. Wie das funktioniert? Mit natürlichen Rohstoffen und der Wärme deiner Hand.

So ein Bienenwachstuch kannst du mit etwas Hilfe eines Erwachsenen auch selber herstellen:

1. Suche dir einen Stoffrest (Baumwolle) mit einem Muster, das dir gefällt.
2. Schneide den Stoff in der gewünschten Größe zu – hierfür kannst du auch eine Zickzack-Schere verwenden (für ein Pausenbrot reichen ca. 25 x 25 cm).
3. 100 Gramm reines Bienenwachs und 10 Gramm Bio-Kokosöl in einem Wasserbad langsam schmelzen (diese Wachsmenge ergibt ca. sieben Tücher).
4. Stoff auf ein Backpapier legen und gleichmäßig mit dem flüssigen Wachs bestreichen.
5. Danach Tuch zwischen zwei Backpapieren bügeln, dadurch gelangt das Wachs ins Innere des Stoffes und wird gleichmäßig verteilt. (Schütze das Bügelbrett mit einem alten Handtuch und nimm Backpapierstücke, die groß genug sind, damit kein Wachs ausläuft).
6. Nach dem Bügeln das Tuch sofort zum Trocknen auf einen mit Backpapier belegten Wäscheständer legen (Vorsicht heiß).

NACH DEM GEBRAUCH DAS TUCH MIT ETWAS SPÜLMITTEL UND HANDWARMEM WASSER REINIGEN!

LEBENS-
MITTEL
SIND
WERTVOLL!



In Österreich werden pro Jahr ca. 166.000 Tonnen Lebensmittel weggeworfen. Jede*r von uns kann einen wesentlichen Beitrag dazu leisten, damit Lebensmittel nicht verschwendet werden!

- Speiseplan machen und nur soviel einkaufen, wie man tatsächlich benötigt.
- Reste nicht wegwerfen – am nächsten Tag aufwärmen oder neue Rezepte daraus erfinden.
- Lebensmittel, deren Ablaufdatum erreicht ist, sind meist noch länger genießbar – einfach ansehen, riechen und kosten.
- Übrige Lebensmittel verschenken oder teilen. (z. B. „Offener Kühlschrank“)
- Lebensmittel richtig lagern oder rechtzeitig einfrieren.

PIZZA MAL ANDERS

ZUTATEN: Gekochte Spaghetti mit Tomatensauce vom Vortag, 200 g Käse, 100 g Crème fraîche, Gemüse deiner Wahl, zwei Eier, Salz, Pfeffer, Basilikum, 1 Esslöffel Olivenöl

ZUBEREITUNG

Backofen auf 200° C vorheizen. Den Knoblauch fein hacken. Den Käse reiben, Gemüse schneiden. Crème fraîche mit den Eiern und der Hälfte des Käses verrühren und mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen. Die Ei-Mischung in die Spaghetti rühren. Eine Backform mit Backpapier auslegen und Olivenöl einpinseln. Die Nudel-Mischung hineingeben und leicht andrücken. Danach die Spaghetti mit Tomatensauce bestreichen und mit Gemüse nach Wahl oder Salami belegen, mit dem restlichen Käse bestreuen, salzen und pfeffern. Im Backrohr ca. 25 Minuten goldbraun backen. Fertige Pizza mit Basilikum bestreuen.

kinder
lieben
lesen 
Vorarlberg
unser Land

Sprach-
und Leseförderung
für Kleinkinder

Das Land Vorarlberg unterstützt Familien mit kostenlosen Buchpaketen für Kinder von 0 bis 4 Jahren.

Informationen und Anmeldung
unter T +43 5574 511 22175
www.vorarlberg.at/kinderliebenlesen





LINDA MARTE

Linda Marte ist Lehrerin an der Paedakoop Privatschule in Schlins und betreut dort unter anderem die Werkstätten print und paedakoop_online.

LEBEN FÜR LIKEES

SELFIE-QUEENS UND KLEINE MACHOS:

Aussehen und Anerkennung, das ist es, was in den sozialen Medien besonders zählt. Das Bedienen der von Werbeprofis und Influencer*innen vorgegebenen Rollenklischees zieht Kinder und Jugendliche in den Sog der konsumorientierten Selbstinszenierung. Wie können wir diesem antiemanzipatorischen Backlash gegensteuern?

Die Kinder und Jugendlichen dieses Jahrtausends wachsen in einer konsum- und mediendominierten Welt auf. Während das Smartphone für ältere Generationen oft noch immer ein Wunderding ist, bedienen es junge Menschen spielend und intuitiv. Anstatt durch Einkaufspassagen zu tingeln, wird bei *amazon* oder *wish* geshoppt, was das Taschengeld hergibt.

ERZIEHUNG MIT TÜCKEN

Die Teilhabe an der Konsumgesellschaft beginnt bereits in sehr jungem Alter. Kinder und Jugendliche erleben das Konsumverhalten ihrer Eltern mit und verfügen häufig bereits mit Beginn der Schulpflicht über Taschengeld und ein eigenes Smartphone. Immer öfter beziehen Eltern ihre Kinder auch in Konsumententscheidungen mit ein. Was auf den ersten Blick nach moderner, partizipativer Erziehung klingt, hat aber seine Tücken. Ob der neue Fernseher 40 oder 50 Zoll haben soll, ob 750 Euro für ein Produkt viel oder wenig und ein Lebensmittel wirklich gesund bzw. nachhaltig ist, können Teenager nicht immer abschätzen. Dafür fehlt es ihnen oft an Lebenserfahrung und Wissen über die Produkte sowie deren Produktion. Kinder und Jugendliche haben auch kaum oder keine Erfahrung mit Finanzen und letztlich nicht die Möglichkeit, eine Konsumententscheidung in Relation zum eigenen Lebensstan-

dard und den eigenen Bedürfnissen zu treffen. Die Gefahr ist groß, dass nur oberflächliche, von Medien und Werbung hervorgerufene Wünsche schnellstmöglich befriedigt werden. Denn längst sind Kinder nicht nur Werbeziel für Süßigkeiten und Fastfood, sondern auch für neue technische Spielereien, Games, Trends und Marken, die einen besonderen Lifestyle versprechen.

HOBBY: SHOPPEN UND SURFEN

Gerade in den sozialen Medien erleben wir derzeit einen antiemanzipatorischen Backlash. Die Rollenbilder degradieren Mädchen zum hübschen Anschauungsobjekt und Jungs zum gefühllosen Macho. Social-Media-Portale fungieren als Bühnen der Selbstinszenierung, wo Mädchen und Jungs ihr Selbstwertgefühl an möglichst vielen Likes festmachen. Zwar gibt es Studien, die belegen, dass Kinder und Jugendliche sehr wohl über die Probleme der neuen Medien Bescheid wissen. Die Diskrepanz zwischen Problembewusstsein und Handeln ist jedoch enorm. Konsum, ob materiell oder medial, wird in erster Linie mit Spaß gleichgesetzt. So geben viele Jugendliche Shoppen und Surfen als einziges Hobby an. Kein Wunder, denn gesellschaftliche Teilhabe und Beliebtheit hängen immer noch stark vom Verfügen über finanzielle Mittel ab: Wer nichts hat, ist nichts wert. Das spüren Kinder und Jugendliche sehr deutlich.

GESELLSCHAFT NEU GEDACHT

Es stellt sich die Frage: Wie kommen wir da raus? Wie können Heranwachsende wieder Spaß ohne Konsum erleben, Anerkennung ohne Likes bekommen und ihre Persönlichkeit jenseits von klischeebedienenden Influencer*innen entfalten? Bei Projekten wie „Essbare Stadt Dornbirn“ oder Bewegungen wie „Fridays For Future“ spüren Kinder und Jugendliche Selbstwirksamkeit und Sinnhaftigkeit. Sie sind auch richtungsweisend,



denn es ist absolut denkbar, dass ein gesamtgesellschaftlicher Umschwung notwendig ist, dass der Appell an Eltern und Pädagog*innen, anders zu handeln, anders zu erziehen, nicht ausreicht. Gesellschaft muss durch kreative Kollektive, konsumfreie Sozialräume, Schulen als Orte der Persönlichkeitsbildung sowie eine sozialsolidarische Politik neu gedacht und gestaltet werden. Doch entwickeln wir uns derzeit leider in eine andere Richtung. Das immer schneller werdende (Des-)Informationsnetz und das politische Ausspielen finanziell Schwacher gegen finanziell noch Schwächere stehen einer solidarischen, kreativen, freien Gesellschaft entgegen.

”
**Wer nichts hat,
 ist nichts wert.
 Das spüren Kinder
 und Jugendliche
 sehr deutlich.**
 “

PAEDAKOOP

Die Paedakoop bietet Kindern und Jugendlichen Betreuung und Begleitung. Das Angebot umfasst Wohngruppen, Lebensweltorientierte Betreuung und eine Privatschule zur Erlangung eines qualifizierten Schulabschlusses.

Paedakoop Wohngruppen & Lebensweltorientierte Betreuung,
 Jagdbergstraße 44, 6824 Schlins, Leiter: Gerhard Heinritz,
 T +43 5524 8315-0, paedakoop@voki.at

Paedakoop Privatschule, Jagdbergstraße 45, 6824 Schlins,
 Direktion: T +43 5524 8315-451, direktion@paedakoop.snv.at,
 www.paedakoop.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at

„WENN ETWAS SCHLIMMES PASSIERT, BRAUCHEN KINDER SO VIEL NORMALITÄT WIE MÖGLICH“

Wahrheitsgemäße Antworten und Alltag trotz Schock und Trauer sind für Kinder und Jugendliche nach traumatisierenden Ereignissen wichtig.

fürchten, offen mit den Kindern zu reden und gemeinsam nach Antworten zu suchen“, erklärt die Leiterin des Instituts für Psychologie der Universität Innsbruck.

ERINNERUNGSHILFEN

Zudem bräuchten Kinder Erinnerungshilfen, denn sie müssen eine neue Beziehung zu der verstorbenen Person aufbauen. Dies sei auch deshalb wichtig, weil „Trauer uns ein Leben lang begleitet und in jeder Entwicklungsphase wieder relevant wird“. Barbara Juen betont, dass in Trauerphasen Pausen erlaubt, ja wichtig sind und „man auch lachen darf, wenn man trauert“. Für Kinder seien Ablenkung, Bewegung, Spiel und Freunde gerade nach tiefgreifenden Ereignissen angesagt. Grundsätzlich würden Kinder ganz anders auf plötzliche Krisen und Tod reagieren als Erwachsene und schnell „aus der Emotion rauswickeln, wenn man sie lässt“.

„**Wir müssen uns nicht davor fürchten, offen mit den Kindern zu reden und gemeinsam nach Antworten zu suchen.**“

ANGST NEHMEN

Trauma-Symptome bei Kindern reichen von Ängsten und heftigen Reaktionen auf bestimmte Geräusche, Gerüche und Bilder, die an das schlimme Ereignis erinnern, über Schlaf- und Konzentrationsprobleme, Regression, Klammern, Rückzug bis zu Aggression. Als Erwachsener gelte es, auf das Kind einzugehen, ihm aber auch Stück für Stück die Angst zu nehmen und es wieder zur Normalität zu führen. „So viel Zuwendung und Nähe wie möglich, aber auch Grenzen setzen“, laute die Devise, denn „zu wenige Grenzen“ sei neben „fehlender Offenheit und Überprotektion“ ein häufiger Fehler im Umgang mit Kindern, die Krankheit, Tod eines Elternteils oder Trennung in ihrem nahen Umfeld verkraften müssen. Klare Strukturen erleichtern es Kindern, nach einem unvorhergesehenen Ereignis mit den neuen Lebensumständen klar zu kommen.

DIE KINDHEIT IST NICHT VORBEI

Emotionen teilen, aber nicht überfordern, Vertrauen schaffen, wenn das Familiensystem erschüttert ist, die Macht der Gewohnheit beschwören, wenn die Welt droht auseinanderzufallen – es ist keine leichte Aufgabe, die Familien nach einem traumatischen Ereignis bewältigen müssen, aber: Das Leben geht trotzdem weiter, für Erwachsene wie für Kinder, deren Kindheit nicht vorbei, ganz sicher aber anders ist.

Autorin: Christine Flatz-Posch

Barbara Juen weiß, wovon sie spricht. Als Notfallpsychologin war sie u. a. beim Amoklauf von Winnenden und der Brandkatastrophe der Gletscherbahn Kaprun im Einsatz. Laut der Expertin, die bereits zum zweiten Mal in der Reihe „Wertvolle Kinder“ zu Gast war, entwickeln Kinder die Vorstellung, dass die Welt ein gutartiger Ort ist und sie selbst etwas bewirken können. Tritt ein Notfall ein, werden diese Grundannahmen erschüttert. „Ein plötzliches unvorhergesehenes Ereignis und gleichzeitig erlebte Hilflosigkeit können bei Kindern das Gefühl auslösen, dass die ganze Welt zusammenbricht“, so Juen. Gerade dann sei es wichtig, Kindern Zuwendung, Hoffnung und Sicherheit im Alltag zu geben. „Je schrecklicher das Ereignis, desto mehr glauben wir, Kindern etwas Außergewöhnliches bieten zu müssen“, weiß die Psychologin aus über 20 Jahren Praxiserfahrung. Dabei müssten Kinder vor allem erleben, dass der Alltag weiter geht, z. B. durch die Aufrechterhaltung von familiären Ritualen wie das gemeinsame Essen oder den Kontakt zu gewohnten Bezugspersonen.

BEI DER WAHRHEIT BLEIBEN

„Wir schaffen das gemeinsam, wir halten zusammen“, sei eine essenzielle Botschaft, die es zu vermitteln gelte. Darüber hinaus plädiert die Psychologin dafür, bei der Wahrheit zu bleiben. Um zu verstehen, bräuchten Kinder größtmögliche Offenheit und Erwachsene, die sich auf ihre Fragen einlassen, auch wenn sie nicht immer eine Antwort parat haben. „Es ist sehr schmerzhaft, bei einem Suizid oder einer Trennung die Frage nach dem Warum nicht beantworten zu können.“ Oft seien Eltern und Erwachsene der Meinung, betroffene Kinder zu schonen, indem sie ihnen die Wahrheit vorenthalten, ihnen eine Scheinwirklichkeit vermitteln oder durch eine Lüge einen „Aufschub“ erwirken. Wenn einem achtjährigen Jungen erzählt wird, dass sein Vater, der Suizid begangen hat, in den Urlaub gefahren ist und der Bub durch seine Klassenkameraden die Wahrheit erfährt, bleibt dies nicht ohne Folgen für das Kind. „Wir müssen uns nicht davor

„**Die Devise lautet: So viel Zuwendung und Nähe wie möglich, aber auch klare Grenzen setzen.**“

“





CLAUDIA HINTEREGGER-THOMA

ist Sozialpädagogin und Psychotherapeutin. Sie leitet die Auffanggruppe.



KRISEN KÖNNEN PERSPEKTIVEN SCHAFFEN UND WEGE FREILEGEN

Die Arbeit in einer Krisenstation für Kinder im Alter von fünf bis 14 Jahren fordert neben Professionalität und fachlicher Grundlage vor allem eines: die Fähigkeit, schnell in Beziehung zu treten.

Die Mitarbeiter*innen der Auffanggruppe tun ihr Bestes, um Kindern in einer belastenden Ausnahmesituation Zuneigung und Geborgenheit zu geben. Dabei geht es immer auch darum, die Kinder nicht zu überfordern oder ihnen eine Welt vorzugaukeln, die nicht ihrer entspricht. Alle Kinder, die zu uns kommen, brauchen Menschen, die wohlwollend, vertrauenserweckend und klar sind, die unerschrocken und liebevoll auf sie zugehen und ihnen vermitteln: Es wird alles gut, es bleibt nicht so, wie es jetzt ist. Nur dadurch kann eine Beziehung entstehen, die Sicherheit gibt. Denn für fast alle Kinder erscheint es erst einmal unmöglich, aus ihrer gewohnten, vertrauten Umgebung in ein neues Umfeld zu kommen. Nicht unmöglich ist es für das Team der Auffanggrup-

pe, diese Situation so zu gestalten, dass er für die Kinder aushaltbar wird. Dafür ist Sensibilität und Wertschätzung gegenüber der gesamten Familie von Nöten, ein freundlicher Blick, ein positives Wort. Es gilt, den Kindern das Gefühl zu geben, willkommen zu sein, auch wenn sie sich dieses Szenario nicht ausgesucht haben.

STIMMT DER BLICK?

Konzepte und Handlungspläne sind gerade in akuten Krisensituationen für Kinder notwendig. Dennoch ist es immer die Haltung, die ein Gelingen oder Scheitern von komplexen Situationen maßgeblich mitbestimmt. Damit sich Kinder in der Auffanggruppe wohlfühlen können, müssen wir unseren Blick immer wieder prüfen: Ist der

Zugang zu den Kindern und ihren Herkunftssystemen wertschätzend? Denn wie sehr sich Kinder in der Auffanggruppe wohl fühlen, wie gerecht wir ihrer speziellen Not werden und ob sich die gemeinsame Zeit positiv auf ihr Lebensbild auswirkt, hängt auch von unserer Bereitschaft ab, zu geben und zu lernen.

KRISEN HABEN POTENZIAL

Krisen sind nie schön, stellen oft alles auf den Kopf, trennen vorübergehend Menschen. Ihnen wohnt aber auch die Kraft inne, um Wege freizulegen und Perspektiven zu schaffen. Sich dem Leben öffnen und bereit sein, immer wieder nach vorne zu schauen – wenn unsere Arbeit diese innere Grundhaltung bestärkt, dann sind wir gemeinsam auf dem richtigen Weg.

“
**Kinder in der
Auffanggruppe brauchen
Menschen, die vertrauens-
erweckend, klar und
liebevoll sind und ihnen
vermitteln: Es wird
wieder gut.**
“

AUFFANGGRUPPE

Die Auffanggruppe bietet in akuten familiären Krisen Schutz und Hilfe für Kinder von vier bis 14 Jahren. Zusätzlich werden Kleinkinder und Säuglinge in privaten Krisenpflegefamilien betreut.

Kronhaldenweg 4, 6900 Bregenz, T +43 5574 4992-40,
afg@voki.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at



DR. SILVIA ZABERNIGG

ist Psychologin und Psychotherapeutin. Sie leitet den Pflegekinderdienst.



MARIE GANZ NAH

Marie war nur wenige Tage alt, als sie von ihrer Mutter getrennt wurde. Das Baby verleiht seiner Trauer Ausdruck, indem es viel schreit und weint. Seit acht Monaten wird Marie von liebevollen Pflegeeltern umsorgt, die ihr jene Nähe geben, die sie so dringend braucht.

Frühe Trennungen und Verluste sind für alle Kinder ein radikaler Einschnitt. Auch wenn Marie noch ein Baby ist, empfindet sie bereits große Trauer. Erleben Kinder in ihren ersten Lebensjahren vermehrt Beziehungsabbrüche, reagieren sie auf andere Bezugspersonen zunächst misstrauisch und überprüfen deren Absichten genau. Kinder sind aber auch in der Lage, sich neu einzulassen und Bindung anzunehmen. Maries Pflegeeltern geben dem Baby Halt, Sicherheit und intensive Nähe. Dennoch dauerte es einige Monate, bis das kleine Mädchen sich aufgrund der ihm gebotenen Nestwärme entspannen und Vertrauen gewinnen konnte.

FRÜHE ERFAHRUNGEN PRÄGEN

Eine Pflegefamilie bietet einem Kind ein neues Zuhause, vor allem Normalität, und sehr oft gelingt es, dass sich Pflegekinder gänzlich zugehörig fühlen. Als Privatfamilien leisten Pflegeeltern unschätzbare Wertvolles. Sie ermöglichen heilsame Beziehungserfahrungen, geben Sicherheit und Verständnis, doch auch sie kommen manch-

mal an die Grenzen ihrer Möglichkeiten. Um angemessen auf das Kind eingehen zu können, ist es von großer Bedeutung, dass Pflegeeltern die Vorgeschichte des Pflegekindes kennen.

WAS DIE PFLEGSCHAFT STÄRKT

Für eine positive Identitätsentwicklung braucht das Kind nicht nur eine einfühlsame Pflegefamilie, sondern ebenso regelmäßige Besuchskontakte zu den leiblichen Eltern. Nur wenn die Eltern das Pflegeverhältnis befürworten und Kontakte gepflegt werden, kann das Kind verstehen, weshalb es in einer Pflegefamilie aufwächst und wo seine Wurzeln sind. Eine wertschätzende Haltung der Pflegeeltern zu den leiblichen Eltern ermöglicht dem Pflegekind konfliktfreie Begegnungen mit allen Beteiligten. Auch für abgebende Eltern ist ein gutes Verhältnis wohltuend und stärkt die Pflegschaft.

STETES LERNEN, STETES WACHSEN

Pflegeeltern zu sein bedeutet stetes Lernen und die Auseinandersetzung mit der eigenen Rolle als Pflegemutter oder -vater. Jedes Pflegekind bringt seine eigenen Themen mit, die immer wieder für Überraschungen sorgen. Nicht nur die Kinder, sondern auch die Eltern und Pflegeeltern wachsen an einer Pflegschaft. Marie hat eine sehr liebevolle, kompetente Pflegefamilie, die bereit ist, sich voll und ganz auf sie einzulassen – welch' Glück und Chance für alle Beteiligten.

„WIR SIND DA, DU KANNST BLEIBEN“



Wir lernten Marie kennen, als sie zwei Tage alt war. Einige Zeit lang besuchten wir sie täglich im Krankenhaus und verbrachten viele Stunden mit ihr, bevor wir sie mit nach Hause nahmen. Mit ihr war alles ganz anders als mit unseren zwei leiblichen Kindern. Marie brauchte durchgehend Körperkontakt, ohne diesen begann sie sofort zu schreien. Somit trugen wir sie den ganzen Tag im Tragetuch, ganz nah bei uns. Nachts schlief sie nur ein, wenn sie auf uns lag oder eng zu uns kuscheln konnte. Mittlerweile ist Marie acht Monate bei uns und es gelingt ganz langsam, dass wir sie für kurze Sequenzen alleine hinlegen können.

WIR VERMUTEN, DASS DER GROSSE SCHMERZ, SO FRÜH VON IHRER MUTTER GETRENNT WORDEN ZU SEIN, TIEF IN MARIE SITZT.

Marie benötigt täglich Sicherheit von uns: Wir sind da, wir lassen dich nicht alleine, du kannst hier bleiben. Als Eltern von zwei Kindern sind wir sehr gefordert, und wir wollen auch Marie gerecht werden. Wir haben im Alltag vieles umstrukturiert, da unser Pflegekind diese intensive Nähe aktuell braucht. Durch die Unterstützung unserer Familie und Freunde schaffen wir das alles. Obwohl Marie erst seit Kurzem Teil unseres Lebens ist, erleben wir die Pflegschaft als große Bereicherung. Es ist schön zu sehen, wie Marie in unserer Familie ankommt und Stück für Stück Vertrauen fasst.

Hanna und Manuel, Pflegeeltern



PFLEGEKINDERDIENST

Der Pflegekinderdienst sucht und begleitet Pflegeeltern und Ankerfamilien. Über 180 Pflegefamilien in ganz Vorarlberg geben derzeit 235 Kindern und Jugendlichen ein neues Zuhause und die Chance, sich in der Welt besser zurecht zu finden.

Ringstraße 15, 6830 Rankweil, T +43 5522 82253, pkd@voki.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at



ERWIN KOVACEVIC

ist Sozialpädagoge und Leiter der Ehemaligenbetreuung.

LICHT INS DUNKEL



DANKE!

Wir danken Licht ins Dunkel für die Ermöglichung vieler toller Angebote. Unter anderem konnten ein Malatelier für ambulant betreute Kinder, eine Nachmittagsbetreuung sowie therapeutische und psychosoziale Unterstützungen realisiert werden. Außerdem steht dank Licht ins Dunkel ein Notbudget für armutsbetroffene Kinder zur Verfügung.

ERINNERN, UM NACH VORNE ZU SCHAUEN

In der frühen Kindheit werden die Weichen für das ganze spätere Leben gestellt. Positive Erfahrungen sind ebenso prägend wie schlimme oder traumatische Erlebnisse. Gerade für Menschen, die nicht bei ihrer leiblichen Familie aufgewachsen sind, ist der Blick zurück wichtig, um nach vorne schauen zu können.

Die Zeit der Fremdunterbringung ist für viele Ehemalige geprägt durch schöne Erlebnisse mit ihren Bezugspersonen. Es kommen aber auch Erinnerungen hoch, die aus Sicht der jungen oder älteren Erwachsenen nicht immer nur positiv waren. Durch angeleitete Biografiearbeit wird diesen Geschichten Raum gegeben. Die Tatsache, dass ein Mensch über seine Kindheit erzählt, offenbart eine persönliche, subjektive Sicht auf die Vergangenheit. Zugleich gibt sie dem Erzählenden eine Identität und lässt ihn Wertschätzung erfahren.

KONFLIKTSTOFF

Besonders kommt Biografiearbeit dort zu tragen, wo Krisen oder Wendepunkte eine Rückschau erfordern oder unverstandene Teile der eigenen Lebensgeschichte einer Aufarbeitung bedürfen. Für Erich waren anhaltende Konflikte in der Paarbeziehung und das Gefühl, von seiner Frau und seinen Kindern ausgeschlossen zu werden, der Anlass, um bei der Ehemaligenbetreuung Rat zu suchen. Der 55-Jährige, der sich als Familienoberhaupt sieht, traf schwierige Entscheidungen oft allein. Auch in seine Pläne, ein Eigenheim zu erwerben, hatte er Frau und Kinder nicht miteinbezogen. Immer schon habe in ihm der Wunsch nach einem eigenen Haus mit Garten geschlummert – das aus seiner Sicht fehlende Interesse und Verständnis seitens seiner Familie kränkte ihn, er fühlte sich ausgegrenzt und im Stich gelassen. In die Suche nach einem passenden Haus investierte der Familienvater viel Zeit und Energie. Die

hohen Immobilienpreise machten ihm jedoch zu schaffen und die langwierige Suche ließen Erich immer angespannter und reizbarer werden.

ROLLE IN DER FAMILIE

Gerne nahm Erich das Angebot an, seine Rolle in der Familie näher zu betrachten. Im Verlauf der angeleiteten Biografiearbeit änderte er sein Verhalten. Waren seine Aussagen gegenüber seiner Lebensgefährtin und den Kindern anfänglich sehr dominant, kritisierend und vorwurfsvoll, entwickelte Erich zusehends mehr Verständnis für die Zurückhaltung seiner Familie ihm gegenüber.

DER EIGENE VATER

Eine zentrale Rolle in der biografischen Rückschau spielte der leibliche Vater, den der gelernte Elektriker als Patriarchen beschrieb, dessen Wort Gesetz war. Es gab wenig Freiraum für Diskussionen oder Mitgestaltung innerhalb seines Herkunftssystems. Dass Erich nie so werden wollte wie sein Vater, war ihm schon sehr früh bewusst geworden. Umso härter traf ihn die Erkenntnis, dass sein Verhalten sehr viele Parallelen zu jenem des Vaters aufwies. Durch die Reflexion und das Annehmen der eigenen Lebensgeschichte konnte Erich die Beziehung zu seiner Frau und seinen Kindern ändern. Das Erinnern und Erzählen öffneten ihm Möglichkeiten zur Weiterentwicklung und persönlichem Wachstum – ein eigenes Haus erwies sich dann bald als gar nicht mehr so wichtig ...

„
Verstehen kann man das Leben nur rückwärts, leben muss man es vorwärts.
“
Sören Kiergegaard



EHMALIGENBETREUUNG

Die über Spenden finanzierte Ehemaligenbetreuung unterstützt junge Erwachsene, die im Kinderdorf Kronhalde aufgewachsen sind, auf ihrem Weg in die Selbstständigkeit. Viele Ehemalige halten bis weit ins Erwachsenenleben hinein Kontakt.

Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz, T +43 5574 4992-22, eb@voki.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at

AURELIA UND YoYoMANE

Es gibt eine Welt, in der YoYoMane sich sehr geborgen fühlt. Diese Welt hat sie gemeinsam mit Aurelia geschaffen. Die Sozialpädagogin im Kinderdorf Kronhalde zeigte dem traumatisierten Mädchen mit unendlicher Geduld, wie viele Schätze in ihr selbst verborgen sind.



Vor allem ermutigte sie das Kind, diese Schätze zu finden und zum Strahlen zu bringen. Die heute Neunjährige kam mit vier Jahren ins Kinderdorf Kronhalde. Zum damaligen Zeitpunkt konnte sie nicht sprechen und attackierte bei der kleinsten Verunsicherung die Menschen um sich. Sie drückte ihre Wut und Aggression ungehemmt aus, indem sie ausdauernd weinte und um sich schlug. Im Laufe der intensiven Begleitung gab sie sich selbst den Fantasienamen „YoYoMane“, ihrer Primärbetreuerin den neuen Namen „Aurelia“. Aurelia war die erste Person im Leben des Mädchens, die ihre Welt einschätzbar machte.

KAPITALE FEHLANNAHME

Die ersten beiden Lebensjahre sind zentral für eine gesunde bio-psycho-soziale Entwicklung. Geborgenheit heißt für den kleinen Menschen schlicht und einfach: Ich bin absolut umsorgt. Wann immer ich mich nicht wohl fühle, versteht dies ein „großer Riese“, und er oder sie weiß, was zu tun ist. Manche Eltern sind sehr belastet und unsicher. Die Idee, einem Kind jene Geborgenheit zu schenken, die sie so mangeln, ist für sie an die Hoffnung geknüpft, durch das Kind selbst Zugehörigkeit zu erfahren. Dies ist eine kapitale Fehlannahme: Babys fordern und müssen fordern, um sich

„
**Babys fordern
und müssen fordern,
um sich zu
entwickeln.**“

zu entwickeln. Erwachsene, die keinen eigenen Nährboden für Sicherheit entwickeln konnten, verzweifeln, wenn sie die Bedürfnisse eines Kindes nicht befriedigen können. Das kleine Baby wird dann als „Feind“ empfunden, das bei den Erwachsenen Gefühle der Verlassenheit auslöst, als „Zornbündel“, das sie „ausbeutet“ oder „absichtlich keine Regeln einhält“.

DAS STRESSSYSTEM BLEIBT SUPERWACHSAM

Das Stresssystem von Menschen wird in den ersten beiden Lebensjahren grundlegend geprägt. Frühe Misshandlung oder Vernachlässigung hinterlassen nachhaltige Spuren. Der Organismus betroffener Kinder ist ständig mit der Frage konfrontiert, ob irgendwo versteckte Gefahren lauern. Beruhigung können nur wissende, geduldige und immer wieder zugewandte Menschen bringen, die das Kind kennen und in seinem Verhalten und seiner Mimik lesen können. Durch „Traumapädagogik“ wird im Kinderdorf Kronhalde dieses Wissen vermittelt. Das einfache Modell vom

„Häschen und Denker“ dient Kindern, Jugendlichen, Eltern und Betreuungspersonen als gemeinsame Verständnisbasis.

„
**Das Weitergeben
von Fürsorge ist nur
vom Erwachsenen
zum Kind möglich –
nie umgekehrt.**“

DIE WELT EINSCHÄTZEN

YoYoMane war, als sie zu uns kam, das kleine Häschen, das nur mit Angriff oder Flucht reagieren konnte. Sicherheit gaben ihr fixe Rituale: vom Tischset beim Frühstück bis zum Zubettgehritual, bei dem die Puppe erzählt, was sie während des Tages erlebt hat. Reden lernte „YoYoMane“ vor allem durch viele kleine Reime und Liedzeilen, eingebaut in den Alltag. „Jetzt gehen wir zum Spar, das ist doch klar“ – das Kind kann mitsingen und emotional mitschwingen, zugleich verankern sich in der Großhirnrinde eine Information und ein Ablauf. Alle Personen um den kleinen Menschen müssen fein aufeinander abgestimmt dieselben Botschaften und Verhaltensweisen vermitteln.

REDEN – NO PROBLEM

YoYoMane hat gelernt, dass die Welt um sie geordnet ist, und sie redet wie ein Wasserfall. Sie fühlt sich in das Gegenüber ein und fragt nach, wie es dem anderen geht. Unterschiedliche Ansichten kann sie gut stehen lassen. Sie hat

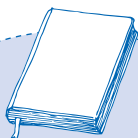


MAG. VERENA DÖRLER

ist Pädagogin und Psychotherapeutin. Sie ist Leiterin des Kinderdorfs Kronhalde.



Freunde und kann ihre Bedürfnisse ausdrücken. Inzwischen weiß sie auch, dass die Erwachsenen halten, was sie versprechen. Die Welt von YoYo-Mane ist jene Welt, von der aus das Mädchen sich und seinen Alltag betrachten kann, in der alles gut ist, jener Teil, der alles im Griff hat. Die Neunjährige kann heute aber ebenso mit ihrer anderen Seite umgehen, die manchmal aggressives Verhalten zeigt. Dies setzt einen intensiven und professionellen Begleitprozess voraus, in dem Kinder in einem liebevollen Umfeld immer besser lernen, mit ihrem inneren Stress umzugehen. Wenn Kinder dann anfangen sich mitzuteilen und ihre Emotionen steuern können, ist das ein Geschenk für alle Beteiligten.



LITERATUREMPFEHLUNGEN

Lydia Hantke/Hans Joachim Gorges:
Handbuch Traumakompetenz –
Basiswissen für Therapie, Beratung
und Pädagogik

John G. Watkis/Helen H. Watkis:
Handbuch Ego-States – Theorie
und Therapie

LUZZI UND MIRO SIND WIEDER FREUNDE

Die Geschichte erzählt von Luzzi und Miro – zwei Freunden, die manchmal vergessen, dass sie Freunde sind. Alles begann im Klassenzimmer, als Miro verträumt die Regentropfen beobachtete ...

Im Schulzimmer ist es ganz leise und ruhig. Draußen im Schulhof fallen große Regentropfen und einige klopfen lustig ans Fenster. Miro sitzt an seinem Tisch in der Klasse. Obwohl er lieber draußen wäre, klebt er kleine Papierknödelchen auf ein Blatt. Es soll eine große Steinburg werden. Der Burg fehlen nur noch zwei Türme, ein großes Tor und natürlich die Fahnen auf den Türmen, rot-blau ... genauso wie Papas Schal. Miro ist begeistert von seiner Idee. Trotzdem, es ist ganz schön anstrengend, eine so tolle und so riesige Burg zu gestalten.

Miro steht vom Stuhl auf und geht zum Fenster, um hinaus zu schauen, was die Regentropfen gerade machen. Sie wirbeln durch die Luft. Miro möchte draußen sein und auch durch den Regen wirbeln. Er träumt davon, wie sich das anfühlen würde und vergisst alles um sich herum. Jetzt kommt Luzzi zu Miro und sagt: „Setz dich wieder hin! Du musst deine Burg fertig machen!“ Miro ärgert sich. Luzzi hat ihm gar nichts zu sagen. Um ihr dies zu zeigen, streckt er ihr die Zunge heraus.

Was dann passiert, könnt ihr diesem Mini-Kinderbuch erfahren.



Das Kinderbuch zeigt, wie ein Streit unter Kindern gelöst werden kann. Das Büchlein ist im Eigenverlag des Vorarlberger Kinderdorfs erschienen und in Deutsch oder Türkisch erhältlich. Die Geschichte stammt von Verena Dörler, illustriert wurde das Buch von Silke Hagen.



AUF ZUM



ONLINESHOP

KINDERDORF KRONHALDE

Über 70 Kinder finden in zehn Kinderdorffamilien und zwei Familiären Wohngruppen des Kinderdorfs Kronhalde ein neues Zuhause. Nach Bedarf stehen unterschiedliche Förder- und Therapieangebote zur Verfügung.

Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz, T +43 5574 4992-23,
dorf@voki.at, www.vorarlberger-kinderdorf.at



Foto: Pzwei, Dietmar Mathis

SONNIGE ZEITEN ENERGIESCHUB FÜRS VORARLBERGER KINDERDORF

Ein geniales Gemeinschaftsprojekt ermöglicht ökologischen Strom für eine lebenswerte Welt für unsere Kinder. Bei der Übergabe einer Photovoltaikanlage strahlte die Sonne mit den Beteiligten um die Wette.

Ein im Vorarlberger Kinderdorf schon lange gehegter Wunsch ging im Sommer dank des großen Engagements der Radio-Vorarlberg-Hörer*innen in Erfüllung. Durch ein Gewinnspiel von ORF Radio Vorarlberg in Kooperation mit Hanssun sowie Solar Edge konnte eine 60 m² große Photovoltaikanlage im Wert von 10.000 Euro im Vorarlberger Kinderdorf Kronhalde verwirklicht werden. Die 10-Kilowatt-Peak-(kWp)-Anlage – installiert auf der Turnhalle sowie dem Hugo-

Kleinbrod-Haus – produziert rund 10.000 Kilowatt-Stunden Strom pro Jahr.

TOLLE IDEE MIT LANGZEITWIRKUNG

Der nachhaltige Energieschub ist für alle Beteiligten ein Grund zur Freude. „Es macht mich sehr stolz, dass in Zeiten wie diesen, in denen oft das Materielle im Vordergrund steht, 15 Gewinnerinnen und Gewinner aus dem ganzen Land ihren Preis für die gute Sache gestiftet haben“, so

Markus Klement, Direktor des ORF Landesstudio Vorarlberg, bei der Übergabe im Rahmen einer kleinen Feier. Mit der neuen Photovoltaikanlage spart das Vorarlberger Kinderdorf rund 1.200 Euro an Energiekosten jährlich. Ziel ist es, künftig alle Häuser im Kinderdorf Kronhalde mit Sonnenenergie zu versorgen, um damit einen wesentlichen Beitrag zum Klima- und Umweltschutz zu leisten.



GEMEINSAM GROSSES LEISTEN ...

... wollten 70 Mitarbeiter*innen der Hypo Vorarlberg. Sie verwandelten das Kinderdorf-Areal in eine Spielwiese und bescherten 100 Kindern einen unvergesslichen Nachmittag.

Ein Spielefest für alle Sinne wurde unter strahlend blauem Himmel geboten. Dazu trug neben einer perfekten Organisation vor allem auch die große Begeisterung bei, mit der Mitarbeiter*innen und Vorstand der Hypo Vorarlberg bei der Sache waren. Tolle Stationen und Spiele, eine Hüpfburg, Überraschungen und Eis ohne Ende sorgten für

Riesenspaß bei den Kindern des Vorarlberger Kinderdorfs Kronhalde. Viele schöne Begegnungen, berührende und lustige Momente, leuchtende Kinderaugen – die Hypo Vorarlberg machte einen besonderen Tag möglich, der ein weiteres Highlight einer seit vielen Jahren bestehenden Partnerschaft ist.





SYLVIA STEINHAUSER

knüpft als Leiterin des Bereichs „Kommunikation & Fundraising“ am Netzwerk der Solidarität für benachteiligte Kinder.

TEILEN SIE IHR GLÜCK

Das Leben verteilt die Chancen nicht gleich, aber Ihre Unterstützung kann benachteiligte Kinder ein ganzes Stück weiterbringen.

Lassen Sie sich im Familien-, Freundes- oder Mitarbeiterkreis feiern und bitten Sie Ihre Gäste, statt Geschenken eine Spende für das Vorarlberger Kinderdorf mitzubringen. Gerne stellen wir Ihnen dazu eine gestaltete Spendenbox zur Verfügung.



IHRE SPENDE ZÄHLT:

HYPO VORARLBERG, IBAN: AT60 5800 0000 1103 0114, BIC: HYPVAT2B

TEAMWORK FÜR KINDER

Ihre Patenschaft hilft Kindern und Jugendlichen dabei, neues Vertrauen zu finden. Ins Leben, in ihre Träume, in sich selbst.

Sie wollen gemeinsam mit Freunden, ihrem Team oder Verein eine Patenschaft übernehmen? Schon ab einem Euro pro Tag ist das möglich! Auf Wunsch erhalten Sie eine Patenschafts-Sammelbox, die Sie in Ihrer Cafeteria, Ihrer Kantine oder Ihrem Vereinslokal platzieren – und schon können Sie gemeinsam Großes bewirken.



Je nach Höhe des Betrags unterstützen Sie symbolisch ein einzelnes Kind, eine Familie oder ein ganzes Dorf.

- KIND: 1 EURO PRO TAG/365 EURO JÄHRLICH**
- FAMILIE: 2 EURO PRO TAG/730 EURO JÄHRLICH**
- DORF: 3 EURO PRO TAG/1095 EURO JÄHRLICH**

Wir freuen uns über Ihre Anfrage:
SYLVIA STEINHAUSER, T +43 5574 4992-11,
s.steinhauser@voki.at.

Weihnachtspost

AUS DEM VORARLBERGER KINDERDORF



JEDE KARTE EIN KLEINES GESCHENK

Wunderschöne Weihnachtskarten können ab 18. November im Rahmen unserer Weihnachtskarten-Verkaufsausstellung erstanden werden. Ein kleiner Weihnachtsshop bietet zudem liebevoll gefertigte Geschenke und Kostbarkeiten für die Advents- und Weihnachtszeit. Wir freuen uns über Ihren Besuch in Bregenz, Kronhaldenweg 2. Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag jeweils von 7.30 bis 12 Uhr und von 13.30 bis 17.30 Uhr sowie am Freitag von 7.30 bis 16 Uhr. Infos: T 05574 4992-0

Weihnachtskarten ab 25 Stück können auch online bestellt werden:
www.vorarlberger-kinderdorf.at/weihnachtskarten



UNSER BUCHTIPP

Das Buch „Kindheit(en) in Vorarlberg“ präsentiert ein spannendes Stück Vorarlberger Zeitgeschichte mit Kindern im Fokus. 38 teils prominente Persönlichkeiten teilen berührende Erinnerungen an ihr Aufwachsen im Ländle.



Mehr zum Inhalt des Buches auf:
www.vorarlberger-kinderdorf.at



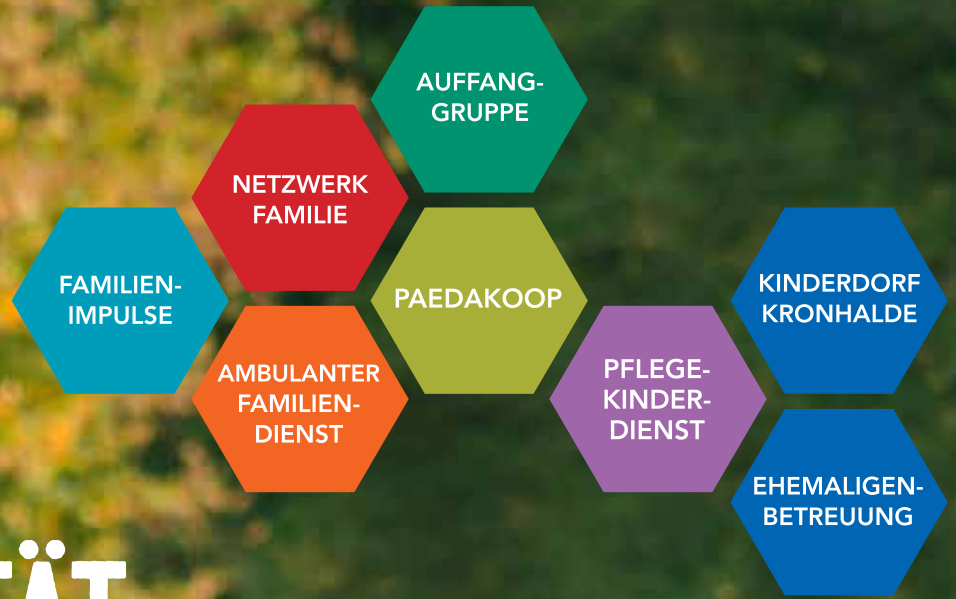
ISBN 978-3-99018-187-4, 28 Euro

KOMMUNIKATION & FUNDRAISING

Ihre Spende kommt den Kindern und Jugendlichen in unseren Kinderdorffamilien, der Ehemaligenbetreuung sowie pädagogischen Projekten zugute.

Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz, T +43 5574 4992-11,
s.steinhauser@voki.at, spenden.vorarlberger-kinderdorf.at
www.vorarlberger-kinderdorf.at

VORARLBERGER KINDERDORF: NETZWERK DER SOLIDARITÄT



Das Vorarlberger Kinderdorf ist eine Kinderschutzeinrichtung und setzt sich für das Wohl von Kindern, Jugendlichen und Familien – besonders in belastenden Lebenssituationen – ein. Über 3200 Kinder und Jugendliche werden mit präventiven, ambulanten und stationären Angeboten gestärkt.

Die Geschichte des Vorarlberger Kinderdorfs erzählt seit der Gründung durch Hugo Kleinbrod 1951 von einem Miteinander, das Mut macht. Sieben Fachbereiche treten mit ganzer Kraft für Kinderschutz und Kinderrechte, die Stärkung von belasteten Familien und kindgerechte Lebensräume ein. Achtsame Beziehungsangebote und vielfältige, möglichst frühe Hilfen ermöglichen es Familien in schwierigen Lebens-

situationen, wieder Zugehörigkeit zu erleben und Vertrauen zu gewinnen – ins Leben und in sich selbst.

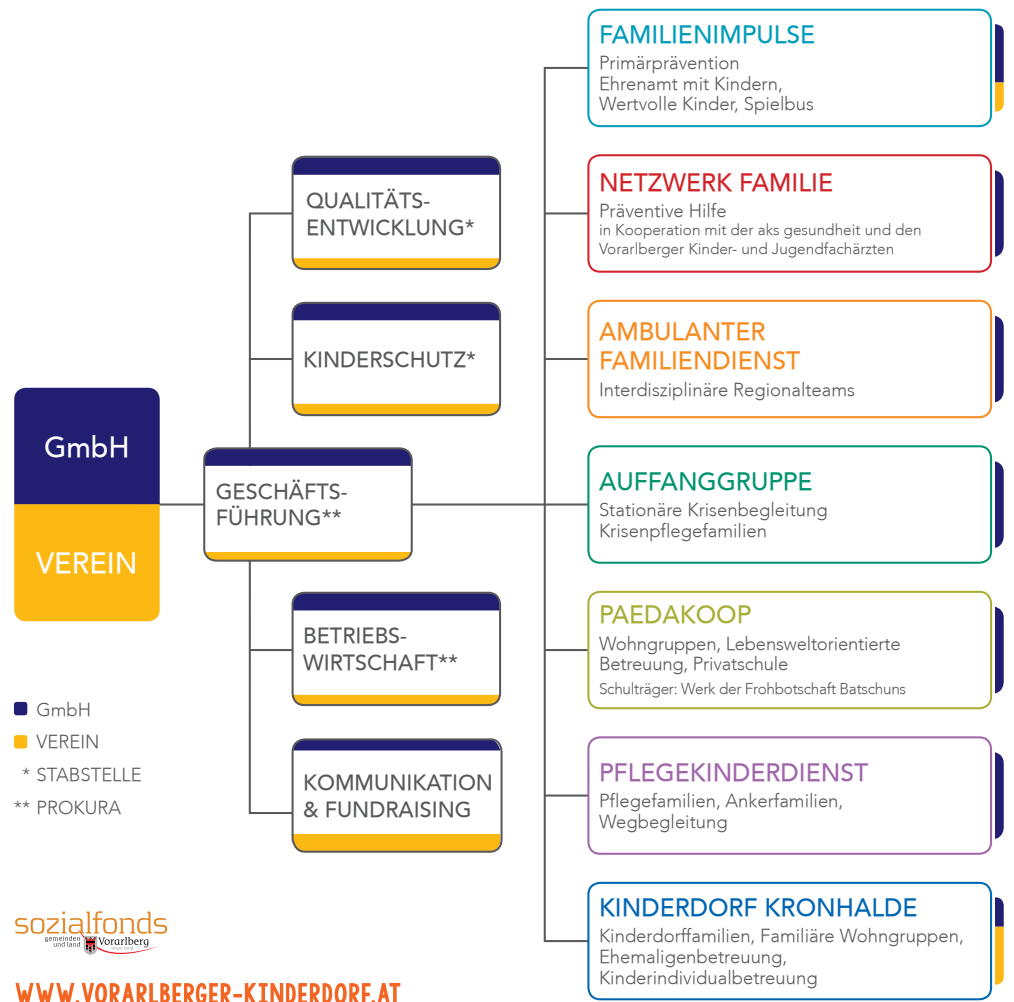
Die Arbeit des Vorarlberger Kinderdorfs wird durch öffentliche Mittel des Sozialfonds des Landes Vorarlberg und der Vorarlberger Gemeinden sowie durch Spenden finanziert.

UNSERE ANGEBOTE



”
**Wir setzen uns für
Chancengerechtigkeit
für benachteiligte
Kinder und deren
Familien ein.**
“

**ES LIEGT AN UNS ALLEN,
WAS AUS KINDERN WIRD.**



**SETZ
DICH EIN**



**FLASHMOB
AM KINDERRECHTETAG
20. NOVEMBER 2019**

INFOS: WWW.VORARLBERGER-KINDERDORF.AT/FLASHMOB

generali.at

„Bussi drauf“ reicht manchmal nicht.

Elisabeth Z., Wien

Verstanden:

Generali KIDS Care

Um zu verstehen, muss man zuhören.

Kundendienst Vorarlberg, T +43 055744941 0, office.vlbg.at@generali.com

Unter den Flügeln des Löwen.



BGR

Steuerberater & Wirtschaftsprüfer

EINFALLSREICH

ENGAGIERT

UMSICHTIG

bgr-steuerberater.at

Färbergasse 15 · A-6850 Dornbirn
T +43 (0)5572 25111-0 · office@bgr-steuerberater.at

Um ein Kind zu erziehen, braucht es ein ganzes Dorf.

(Afrikanisches Sprichwort)

Dr. Hackspiel & Partner danken dem Vorarlberg Kinderdorf für sein Engagement, Kinder in die Mitte zu stellen.

Gewerbepark
schoeller 2welten
Mariahilfstraße 31
A-6900 Bregenz

T +43 (0) 5574 83600
F +43 (0) 5574 83600 19
www.hackspiel.at

DR. HACKSPIEL & PARTNER

VERSICHERN
FINANZIEREN
VERANLAGEN

Herzlichen Dank diesen Sponsoren, die unsere Zeitung KIND mit einem Druckkostenbeitrag unterstützen.

SPAR Natur pur Bio-Produkte

Da schmeckst die Natur pur!

Exklusiv bei SPAR, EUROSPAR, INTERSPAR

HANSESUN AUSTRIA
der Vorarlberger Photovoltaik-Spezialist

Strom für eine enkeltaugliche Welt

Interpark Focus 21, 6832 Röthis **photovoltaik zentrum**
05523 56015-0, office@hansesun.at vorarlberg
www.hansesun.at

andreas hofer
IMMOBILIEN

Wir geben Ihren Kindern ein Zuhause
Wohnen ist ein Grundbedürfnis des Menschen. Wir sind oft bei der Erfüllung eines Lebensraumes dabei und empfinden es als eine sehr verantwortungsvolle Aufgabe, Immobilien zu vermitteln.

Andreas Hofer Immobilien GmbH
Lustenau und Bregenz
T 05577 93080
www.aho-immobilien.at

MARTE.MARTE ARCHITEKTEN

"WENN KINDER KLEIN SIND, GIB IHNEN WURZELN. WENN SIE GROSS SIND, VERLEIH IHNEN FLÜGEL!"

Schönes in Stein vom Meisterbetrieb

BRÜGGER
STEINCENTER

A-6890 Lustenau • Dornbirnerstrasse (Glaserweg 37)
Tel. +43 5577 859 78 • Fax +43 5577 859 78 22
info@brugger-steine.at • internet: www.brugger-steine.at



LICHT INS DUNKEL