



Vorarlberger
Kinderdorf

#PERSPEKTIVEN 2024

DAS JOURNAL



WIR
**KINDER
VOR.**
ARLBERGS

Gemeinsam für die
Kinder Vorarlbergs

WIR KINDER VOR. ARLBERGS

Wir alle waren einmal Kinder.
Doch es sind die Perspektiven,
die uns geschenkt wurden, die uns zu
dem machen, was wir heute sind.

**Werden auch Sie zum:
Perspektivengeber:in für Kinder
in Vorarlberg:
wir-kinder-vorarlbergs.at**

**Eine Initiative des
Vorarlberger Kinderdorfs**



**Vorarlberger
Kinderdorf**

WIE KINDER GIPFEL STÜRMEN

Seit drei Jahren sammeln wir im Vorarlberger Kinderdorf auf unserem Blog Kindheitsgeschichten aus Vorarlberg (www.wir-kinder-vorarlbergs.at). Die Erzählungen zeigen, was Kinder stärkt. „Machen lassen statt bremsen“, so beschreiben viele in ihren Erinnerungen das Credo ihrer Perspektivengeber:innen. Sie halten kein Plädoyer für einen naiven „Laissez-faire-Erziehungsstil“, sondern sprechen von Erwachsenen, die in ihre Fähigkeiten vertrauen. Das Resultat sind Mut und Entscheidungsfreude.

Das ist wichtig, denn für die Entwicklung unserer Gesellschaft brauchen wir mutige, entscheidungsstarke Bürger:innen. Die Geschichten lassen uns bewusst werden, dass es an uns Erwachsenen liegt, ob Kinder das dafür notwendige Vertrauen erhalten und wie es gelingt, Kindern Lebensmut zu geben. Heute reden wir vom Zeitalter der multiplen Krisen und Transformationen. Das macht wenig Mut. Wir brauchen Initiativen, die Zuversicht und Orientierung vermitteln, die Freiräume für Entwicklung schaffen.

Im Alltag können wir uns selbst immer wieder fragen, was wir Kindern zutrauen und ob wir ihnen ausreichend Chancen zum Experimentieren bieten. Manchmal hilft vielleicht ein kurzer Blick in die eigene Kindheit. Die Porträts in diesem Perspektivenheft zeigen eindrücklich, wie wichtig es für die persönliche Entwicklung ist, scheitern zu dürfen und wieder aufzustehen. Das setzt neben Vertrauen auch die Sicherheit durch starke Bezugspersonen voraus. Der Kids Buin des Vorarlberger Kinderdorfs bietet dafür einen kostenlosen Ort. Hier können alle Kinder, unter der achtsamen Begleitung von Bezugspersonen, Schritt für Schritt an ihre Grenzen gehen und immer wieder neu beginnen. Über 1500 Kinder und Jugendliche, aber auch Erwachsene haben die Gelegenheit bereits genutzt. So können Kinder Gipfel stürmen!



Alexandra Wucher

Alexandra Wucher
Geschäftsführerin

Simon Burtscher-Mathis

Simon Burtscher-Mathis
Geschäftsführer

IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber

Vorarlberger Kinderdorf
Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz
T +43 5574 4992-0
willkommen@voki.at
www.vorarlberger-kinderdorf.at

Verlagsort: Bregenz, Auflage: 6500

Redaktion & Text: Christine Flatz-Posch

Texte Storys „Wir KINDER VORarlbergs!“:
Christine Flatz-Posch, Tanja Schwärzler

Gestaltung: Petra Heinzle

Fotos: Vorarlberger Kinderdorf, privat,
iStock

Coverfoto: Peter Crane,
Gedankenwald GmbH, Hohenems

Produktion: sachesieben GmbH,
Dornbirn

EINE INITIATIVE DES
VORARLBERGER KINDERDORFS

WIR

KINDER VORARLBERGS

LASST UNS (FEHLER) MACHEN!

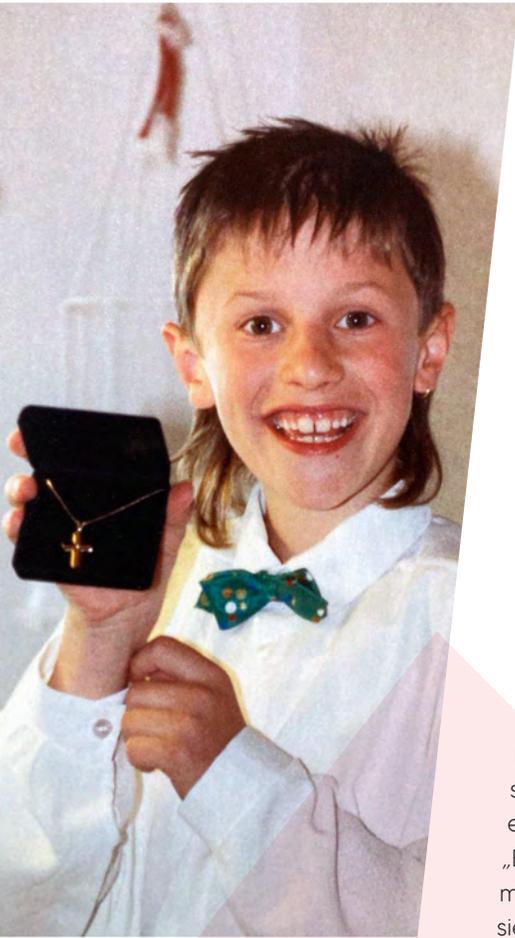
In unserer Initiative „Wir KINDER VORarlbergs!“ laden wir dazu ein, über die eigene Kindheit zu erzählen. Die Porträts zeigen eindrücklich, was ein gutes Aufwachsen ausmacht.

15 der mittlerweile 140 Geschichten auf dem Blog „Wir KINDER VORarlbergs!“ werden in diesem Journal veröffentlicht. Sie lesen auf den folgenden Seiten zum Beispiel über die Kindheit von Aydin Aktas, der in zwei Familien aufwuchs und einer der ersten türkischstämmigen Banker in Vorarlberg wurde. Von Yvonne Fussi, die in ihrer Kinderdorffamilie ein Zuhause fand, als sie schon keines mehr erwartete und heute als Sozialpädagogin mit traumatisierten Kindern arbeitet. Von Konzepter & Designer Silvio Agueci, der sich als kleiner Junge jemanden gewünscht hätte, der weiß, wie es sich anfühlt, anders zu sein – und mehr von einer Welt, die nicht nur schwarz und weiß ist. Von Klaus Drexel, erfolgreich in der Baubranche und engagiert als Bergretter, der von seiner Kindheit als beängstigendem Wirrwarr spricht und dennoch Perspektivengeber benennen kann. Oder von Julia Zambonin, die ihren unternehmerischen Mut nicht zuletzt den Worten ihres Vaters verdankt: „Auch Fehler und Rückschritte sind Schritte in die richtige Richtung.“

Die Porträts unterstreichen: Kinder brauchen liebevolle Menschen, die für sie da und für sie Vorbild sind. Die ihnen authentisch, warmherzig und auf Augenhöhe begegnen. Und sie brauchen Freiräume, um sich auszuprobieren und dabei auch Fehler machen zu dürfen. Wir alle sind gefordert, Kindern mehr Aufmerksamkeit, Mitsprache und die Chance zu geben, ihren eigenen Weg und ihr Glück zu finden – egal, mit welchem Background.

GESCHICHTEN ÜBER DAS GROSSWERDEN

- 06** **Lukas Kopf:** So mutig, so cool
- 07** **Sarah Bösch:** Ein ganzes Dorf und eine Oma
- 08** **Laura Bilgeri:** Fußballbegeistert, tollpatschig, total im Hier und Jetzt
Seyma Demircioglu: Die Überfliegerin
- 09** **Hubert Matt:** „Höre nicht auf den eigenen Rat!“
- 10** **Jürgen Zimmermann:** Daniel Düsentrieb mit „Goscha“
- 11** **Silvio Agueci:** „Die Welt ist nicht schwarz und weiß“
- 12** **Julia Zambonin:** Weil Fehler Freunde sind
- 13** **Aydin Aktas:** Das Beste aus zwei Welten
- 14** **Tamira Paszek:** „Meine Kindheit, die entspannteste Zeit meines Lebens“
- 15** **Hannes Hagen:** Kuhhirte, Krankenpfleger, Kulturmanager
- 16** **Valentin Sottopietra:** Mensch sein ohne Punkt und Komma
- 17** **Yvonne Fussi:** „Mein Bruder zeigte mir, dass Scheitern okay ist“
- 18** **Ramona Nussbaumer:** Wild, frei und mutig – egal mit welchem Background
- 19** **Klaus Drexel:** „Hab keine Angst“



SO MUTIG, SO COOL

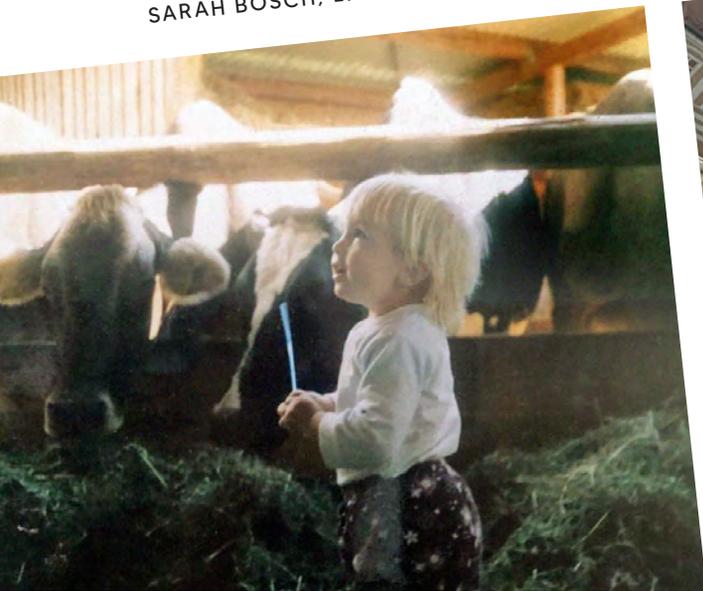
Er bewies schon früh seinen eigenen Kopf, auf dem ein Vokuhila selbstbewusste Unverwechselbarkeit markierte. Und auch heute scheut der gebürtige Röhner vor unkonventionellen Entscheidungen nicht zurück.

Mit seinen Freunden habe er die nähere und weitere Umgebung seiner Heimatgemeinde erobert, erzählt Lukas Kopf von einer Kindheit, die sich viel draußen auf freier Wildbahn abspielte. Hohe Wiesen boten unbeobachtete Verstecke zum Träumen, der Wald ein Experimentierfeld zum Hüttenbauen, der große Kirschbaum auf der „Kälberweide“ ein Klettereldorado. „Den haben wir jährlich wie eine Affenbande abgeräumt.“ Damals habe er ältere Burschen aus der Umgebung bewundert, weil sie „so mutig, so cool“ waren, und „natürlich MacGyver“. Um einiges schwerer fällt es ihm, aktuelle Vorbilder auszumachen. „Es gibt viele, die ich inspirierend finde. Unterm Strich schwimmen sie alle gegen den Strom und sind authentisch, in dem was sie tun – unabhängig davon, was andere von ihnen halten.“

In jeder Situation zu ihm hielten seine Eltern, die er als Perspektivengeber Nummer eins nennt. „Ich wuchs in der Gewissheit auf, geliebt zu werden, auch wenn ich Scheiße gebaut habe, was nicht selten der Fall war.“ Basierend auf diesem Grundvertrauen konnte er seinen eigenen Weg finden. Baumeister oder Architekt habe er als Kind werden wollen, erinnert sich Lukas. „Oder später irgendwas Praktisches mit Holz machen.“ Heute zimmert sich der gelernte Schilderhersteller, der zudem Raum&Designstrategien an der Kunstuniversität Linz studierte, seine eigene (Berufs)Welt als Gipsformenbauer, Designer, Hausmeister und Vater. „Den Job hab’ ich mir selbst gemacht. Darauf bin ich schon stolz“, meint er. Gemeinsam mit seiner Partnerin Silvi betreibt er ein Porzellanstudio in Bartholomäberg, wo das Paar mit ihrem kleinen Sohn lebt und arbeitet.

Wenn er nicht hinter der Werkbank steht, dann ist der kreative Abenteurer am liebsten irgendwo in den Bergen – ob mit dem Snowboard im Tiefschnee oder am Seil in einer langen Klettertour. Kindern wünscht er, dass sie ihre eigene Geschwindigkeit im Leben finden, dass sie Kind sein dürfen und nicht zu schnell erwachsen werden müssen. „Denn alles hat seine Zeit. Dafür braucht es Geduld und Vertrauen“, so Lukas, der inzwischen anstelle eines Vokuhilas einen Schnauzer und vieles mit Gelassenheit trägt. Dabei hilft ihm ein Spruch seines Freundes Richi, den dieser in einer schwierigen Lebensphase zu ihm sagte und der sich ihm regelrecht eingebrannt habe: „Erst kratzen, wenn’s juckt!“





EIN GANZES DORF **UND EINE OMA**

Ihr Markenzeichen: Freundlichkeit. Ihre prägendste Zeit: jene im Kinderdorf.
Ihr wichtigster Mensch: die Oma. Für Sarah Bösch fielen die Perspektiven nicht vom Himmel. Dennoch hat sie heute ihr Leben fest im Griff.

Das hat die 21-Jährige vor allem auch ihrer Oma zu verdanken. „Sie war immer für mich da, kümmerte sich um mich und verstand sich mit meinen Betreuer:innen sehr gut. Und das war wichtig“, erzählt Sarah, die schon als kleines Mädchen in eine Kinderdorffamilie in Bregenz kam. „Meine Familie wurde im Kinderdorf mit eingebunden. So hatte ich das Gefühl, dass alle an einem Strang ziehen.“

Noch heute spielt ihre Großmutter eine Hauptrolle in Sarahs Leben. Aber auch mit den Fachpersonen aus dem Vorarlberger Kinderdorf, allen voran ihrer damaligen Primärbetreuerin Natalie, und ihren „Kinderdorf-Geschwistern“ ist Sarah nach wie vor fest verbandelt. Zwei Mal wöchentlich besucht sie im Schnitt ihr altes Zuhause. „Die Leute hier sind wie meine Familie. Der Kontakt ist mir sehr wichtig – und es ist immer jemand zum Quatschen da.“ Und auch ein Vierbeiner wartet sehnsüchtig auf ihre Besuche und hinterließ unauslöschliche Spuren in ihrem Herzen: Therapiehund Gino, der Sarah schon früh für die allabendliche Gassi-Runde anvertraut wurde und durch den sie lernte, Verantwortung zu übernehmen.

„Es war eine schöne Zeit im Kinderdorf“, meint Sarah. Dennoch sei es nicht einfach gewesen. „Ich habe zwar recht schnell verstanden, warum ich nicht bei meiner Mama leben konnte, war aber trotzdem oft traurig darüber.“ Hilfreich war die Chance, ihre Talente zu entfalten. Auf dem Snowboard und dem Longboard konnte sie ihre Traurigkeit abstreifen und sich frei fühlen. Und auch ein Instrument wollte sie unbedingt lernen. Dass sie sich fürs Cello entschied, kam für manche überraschend. Ebenso wie die Tatsache, dass sie ihren Lehrabschluss bravourös meisterte, obwohl Lernen nicht unbedingt zu ihren Lieblingsbeschäftigungen zählte.

Sarah blickt zurück auf ein Großwerden mit Brüchen, geprägt von Trennungserlebnissen, ebenso wie dem Gefühl, dennoch aufgehoben und umsorgt zu sein. Die gelernte Einzelhandelskauffrau ist stolz darauf, was sie alles geschafft hat, und besticht sowohl privat als auch beruflich beim Interspar durch ihre Freundlichkeit. Eine schöne Kindheit – darauf haben alle Kinder ein Recht, ist Sarah aufgrund ihrer eigenen Biografie überzeugt. Genauso wie auf Menschen, die viel Zeit mit ihnen verbringen.



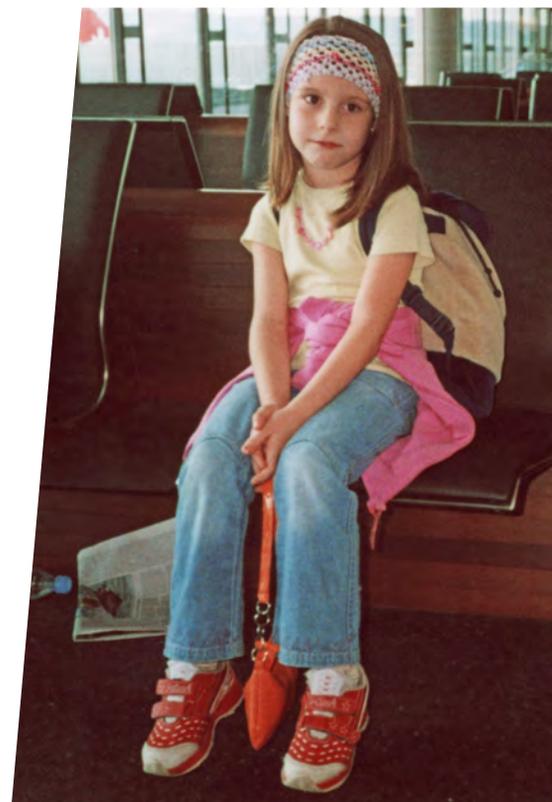
LAURA BILGERI, SCHAUSPIELERIN & SÄNGERIN

FUSSBALLBEGEISTERT, TOLLPATSCHIG, **TOTAL IM HIER UND JETZT**

Ohne Social-Media-Wahn das echte Leben zu spüren, wünscht Laura Bilgeri den Kindern heute. Selbst war sie als Mädchen ein Fan von Fußball, Waldspaziergängen mit ihrem Hund und Mamas Palatschinken. Und sie traute sich schon früh viel zu.

Sie sei noch genauso tollpatschig und fußballbegeistert wie damals, meint Laura, deren Kindheit voller Freiheit steckte und Zeit zum Füße- und Seele-Baumeln-Lassen in ihrer Baumhütte. Inzwischen hat sich ihr Lieblingsplatz an den See oder das Meer verlagert. Unverändert sind der Humor und die Unerschrockenheit, mit der die Schauspielerin und Sängerin die Dinge angeht – und das Vertrauen ihrer Eltern, auf die sie sich stets verlassen kann. „Schon als Jugendliche durfte ich wichtige Entscheidungen, die meine berufliche Laufbahn angingen, eigenständig treffen. Mama und Papa glaubten an mich und machten mir Mut. Dafür bin ich ihnen ewig dankbar.“

Aufgewachsen in Dornbirn pendelt Laura mittlerweile zwischen Wien, Lochau und Los Angeles. Kinder brauchen Perspektiven, weil es ihnen Hoffnung und Kraft für die Zukunft gibt, ist sie überzeugt. Für die 29-Jährige waren neben den Eltern auch ihre Volksschullehrerin sowie manche Lehrperson am Gymnasium richtungsweisend prägend. Immens profitiert hätte sie zudem von den Freiräumen draußen in der Natur. Mehr „echtes Leben“ anstelle von digitalem Overflow sowie Erwachsene, die sich liebevoll kümmern und zuhören, erhofft sie sich für alle Kinder und Jugendlichen. Könnte sie das Rad zurückdrehen, würde sie sich vor allem einen Rat zu Herzen nehmen: „Lass manche Menschen, die dir nicht guttun, früher ziehen.“



Seyma Demircioglu fliegt gern hoch. Am liebsten als Pilotin im Cockpit einer Boeing 777. Seit sie denken kann, ist die Hohenemserin überzeugt, alles erreichen zu können.

Wer die in Hohenems aufgewachsene und lebende 27-Jährige kennt, weiß, dass sie gern Nägel mit Köpfen macht. Zwei Studienabschlüsse hat Seyma bereits in der Tasche, in der Ausbildung zur Berufspilotin steckt sie mittendrin. Denn das Fliegen bezeichnet sie als ihre große Leidenschaft. Die jährliche Flugreise in die Türkei mit Eltern und Schwestern ließen sie schon als Kind von einer Pilotenkarriere träumen. „Die gute Laune beim Einsteigen hat mich inspiriert. Aber auch der unerfüllte Wunsch meines Vaters in jungen Jahren, Pilot zu werden“, meint Seyma, die den Griff nach den Sternen ebenso wenig scheut wie den beruflichen Einstieg in eine Männerdomäne. „Seit ich denken kann, weiß

DIE ÜBER- FLIEGERIN



ich, dass ich alles erreichen kann, ohne von anderen abhängig zu sein. Diese Selbstsicherheit habe ich vor allem meinem Vater zu verdanken. Er ließ mich machen und ausprobieren.“

Früher waren es vor allem Menschen, die gut Englisch sprachen, die auf die Hohenemserin eine unglaubliche Faszination ausübten. „Sie waren Vorbilder für mich. Ich wollte unbedingt zur Schule gehen, um das auch zu können.“ Heute beherrscht Seyma, die an der Uni Innsbruck Translationswissenschaften studierte und an der FH-Intermedia ihren Abschluss machte, neben Englisch, Deutsch und Türkisch noch Russisch und lernt gerade Arabisch. Um entscheiden zu können, was sie später werden wollen, brauchen junge Menschen in ihren Augen die Chance, „unbeeinflusst von anderen ihr wahres Ich kennen zu lernen“. Mehr Zeit draußen in der Natur statt am Handy würde sich die Überfliegerin mit Bodenhaftung für Kinder sonst noch wünschen, und gibt ihnen mit auf den Weg: „Immer schön positiv bleiben und auf die eigenen Träume achten.“

„HÖRE **NICHT** AUF DEN EIGENEN RAT!“

Er galt als Angsthase und Fantast. Trotzdem erkundete er als Kind bevorzugt Dachböden, Baustellen und den Wald. Dieser Forscherdrang treibt Hubert Matt bis heute an.

„Sie haben sich um uns gesorgt und mir meine Freiheit gelassen, sie aber auch immer wieder herausgefordert“, sagt er über seine wichtigsten Perspektivengeber, die Eltern. 1959 in Bregenz geboren lockte ihn seine Neugierde und Entdeckerlust an Orte, deren Erkundung einiges an Mut erfordert. Dabei sei er als Kind als Angsthase bekannt gewesen, erzählt der studierte Philosoph. „Ich war ein Fantast voller Neugierde, der davon träumte, Forscher zu werden.“ Waldgänge, Baustellen, Malen, Wandern, Marmeladebrote, Werkstatt, frische Luft, Bilder an der Wand, Familie, Freunde, Fantasie – all das hatte ihm gutgetan. Und all das wünscht er auch den Kindern heute, ebenso wie ein stärkendes Umfeld, in dem sie herausfinden können, wo ihre Potenziale liegen.



Vorbilder hatte er schon immer „keines und viele“. Dafür waren Forscher für ihn seit Kindesbeinen Perspektivengeber, weil sie ihm erschlossen hätten, dass es vieles zu entdecken gibt. Kindern Möglichkeitsräume zu eröffnen, ist für den Künstler und frisch pensionierten FHV-Lehrbeauftragten deshalb vonnöten, weil „wir damit unsere Perspektiven jederzeit neu entdecken und unsere Zukunft offenhalten“. Und was würde er sich selbst rückblickend gern mit auf den Weg geben? „Höre nicht auf den eigenen Rat!“

DANIEL DÜSENTRIEB MIT „GOSCHA“

Das Sitzenbleiben in der ersten Klasse Hauptschule bezeichnet Jürgen Zimmermann als großen Glücksfall seiner Schulkarriere. Der High-Tech-Pionier und Ur-Bregenzer erzählt über eine Kindheit, die voller Freiräume steckte und in der er sich trotz materieller Armut nie arm fühlte.

Schon als Sprössling durfte sich Jürgen Zimmermann kreativ ausleben. Seinen Eltern ist er dankbar, dass seine Schaffens- und Baulust auch vor deren Schlafzimmer nicht halt machen musste. „Aus Mekano habe ich eine Krananlage gebaut, die fast die gesamte Wohnfläche belegte. Mein Vater musste beim Aufstehen über das Bett von der Mama steigen und die Kastentüre ging nur noch einen Spalt breit auf“, erinnert sich der 1941 in Leipzig geborene und in der Landeshauptstadt aufgewachsene Bregenzer. Mit seinen zwei Brüdern war er im „Bürähüsl“ hinter der Gebhardsapotheke zuhause, wo die Familie zu fünft auf 50 Quadratmetern lebte. „Ich hatte trotzdem alles und meine Werkstatt war unter dem Stockbett. Meine Eltern ließen mich machen und tun und ausprobieren.“ Inspiriert vom Vater, der Schreinermeister war, liebte er alles, was mit Handwerk zu tun hatte. Auch in der Werkstatt des Nachbarn, einem HTL-Ingenieur und Erfinder, konnte er „mitschaffa“. Noch mehr zu entdecken gab es aber draußen in der freien Wildbahn. „Unser Abenteuerspielplatz reichte von der Bregenzerachmündung bis zum Gebhardsberg. Einzige Regel war, dass wir zum

Abendessen um sieben gewaschen am Tisch sitzen mussten.“

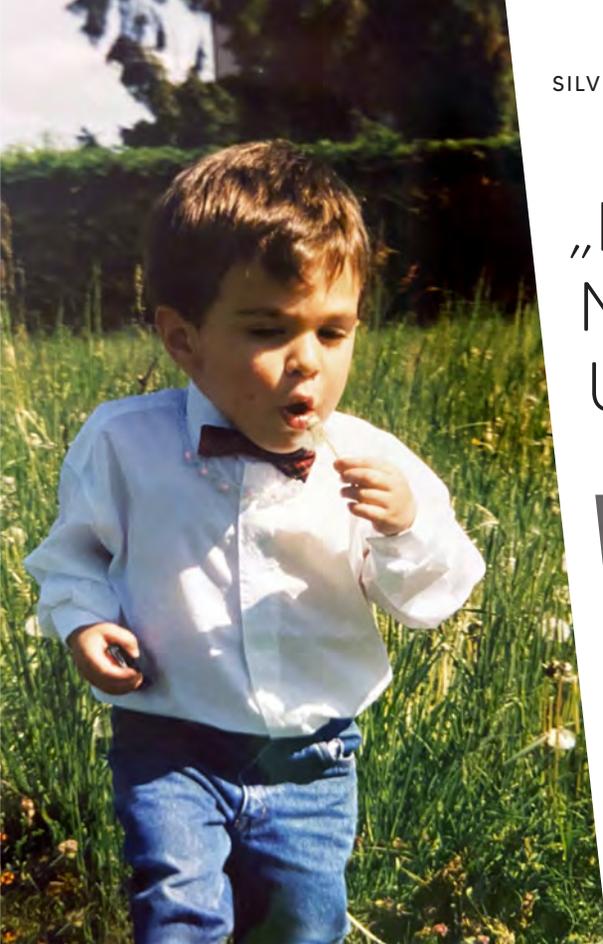
Er habe eine „warme Kindheit“ erlebt und sich trotz materieller Armut nie arm gefühlt, erzählt Jürgen Zimmermann. Auch die Episode, als er im Alter von acht Jahren zum „Aufpäppeln“ zu einer

Schweizer Familie kam, hat der Tausendsassa als „besonders tolle Zeit“ abgespeichert. „Die Hauptgründe: Ich musste nicht in die Schule, weil mich ein pensionierter Schuldirektor unterrichtete, und ich wurde mit Kleidern für zwei Jahre ausgestattet.“ Darüber hinaus boten drei Wochen Sommerferien in Schönenbach mit Kaplan Hugo Kleinbrod viele Freiräume. „Nur den Schlafsaal mussten wir aufräumen, sonst konnten wir tun und lassen, was wir wollten.“

In die bunte Riege seiner Perspektivengeber reihen sich ganz oben „sagenhafte Lehrer an der Hauptschule“ ein. Das Sitzenbleiben wegen Mathe in der ersten Klasse bezeichnet er als Riesenglück. „Danach war ich ein Spitzenschüler, der ohne Mühe gute Noten schaffte.“ Und das trotz „vorlauter Art und großer Goscha“ – für letztere ist er immer noch bekannt. Richtungsweisend für seine so vielseitige wie erfolgreiche Berufslaufbahn waren auch seine beiden Lehrlingsausbilder. Bevor der umtriebige Geschäftsmann bereits mit 24 gemeinsam mit seiner Frau Hannelore sein erstes Unternehmen gründete, absolvierte er zwei Lehrausbildungen. „Zuerst als Zahntechniker und dann in meinem Traumberuf als Grafiker. Meine Lehrherren waren lebensprägende Menschen“. Statt Kritik und Schimpfen standen Vertrauen und Unterstützung auf dem Lehrplan. „Ihr Credo: machen lassen statt bremsen. Sie vertrauten in meine Fähigkeiten. Das ließ mich mutig und entscheidungsfreudig werden.“

Angesichts der vielen Fähigkeiten, die er in seinem Leben schon unter Beweis stellte, und seines nahezu unbegrenzten Erfindungstalents bezeichnet er sich selbst als Autodidakten. Mittlerweile ist er zudem Schiffsplaner und -erbauer und hat sich als Retter des historischen Bodenseeschiffs MS Österreich einen Namen gemacht. Kindern wünscht er eine Werkstatt und Freiheitsspielräume: „Die Welt ist offen, sie wartet auf dich!“





„DIE WELT IST NICHT **SCHWARZ** UND **WEISS**“



Silvio Agueci weiß, wie es sich anfühlt, anders zu sein. Mit seiner Offenheit und einem Menschen an seiner Seite, der gerne mal aus der Reihe tanzt, schuf er sich jedoch genau jenes schillernde Leben, das er sich für die Kinder heute wünscht.

Die ersten Lebensjahre verbrachte Silvio, dessen Vater aus der Schweiz stammt, in Genf. Bald ging es jedoch in die Heimat seiner Mutter – ins Montafon nach St. Gallenkirch, wo seine Eltern ein Hotel führten. Als Kind war er für seinen Drang bekannt, die Leute um sich herum zu unterhalten. Publikum aus aller Welt gab es im Hotel genug. Bei diesem war er jedoch nicht nur für seine fröhliche Art, sondern auch für seine Tagträumereien und Kreativität bekannt. „Ich habe viele Stunden mit Zeichenpapier und Stiften verbracht und ständig neue Kreationen gezaubert“, erinnert er sich. „In diesen Momenten war ich ganz bei mir. Rückblickend hätte ich eigentlich gerne noch viel mehr ausprobiert.“

Besonders ein Mensch spielte in seiner Kindheit eine tragende Rolle: seine Tante Isi. „Sie war immer schon ein wenig verrückt, originell und lustig. Sie dachte nie engstirnig und hat mir vorgelebt, dass man auch mit unkonventionellen Jobs Geld verdienen kann. Sie war schon immer einfach sie selbst.“ Dem Einfluss seiner Tante

verdankt Silvio den Entschluss, nach München zu ziehen und Modedesign zu studieren. „Mir ist es wichtig, Kindern Perspektiven zu schenken, weil ich selbst so gerne jemanden gehabt hätte, der weiß, wie es sich anfühlt, anders zu sein“, sagt Silvio, der heute mit seinem Partner in Zürich lebt.

Als „Kind vom Land“ ist Silvio das klassische Schwarz-Weiß-Denken nicht fremd. Dabei strahlte seine Welt schon immer in unzähligen Farbtönen. „Meine Tante hat es mir ja vorgelebt. Sie war zum Beispiel Role Model dafür, dass ein Job nicht langweilig und anstrengend sein muss – es geht auch cool und vielfältig!“ Ihre Ratschläge kamen immer genau dann, wenn er sie brauchte, und sie waren vor allem eines: ehrlich. Silvio ist überzeugt, dass es für jede:n einen Platz auf dem Regenbogen des Lebens gibt. Seinen hat er gefunden: Als Konzepter in einer Zürcher Kreativ-Agentur für Livekommunikation und Events wird er mittlerweile für seine Ideen bezahlt. Jenen, die heute aufwachsen, wünscht er den Mut, einfach sie selbst zu sein. „Ihr müsst nicht in eine Schublade passen, seid einfach euer eigener Schrank!“

JULIA ZAMBONIN,
GESUNDHEITSMANAGERIN & UNTERNEHMERIN

WEIL FEHLER **FREUNDE SIND**

„Auch Fehler und Rückschritte sind Schritte in die richtige Richtung.“ Diese Worte ihres „Dätas“ wurden für Jung-Unternehmerin Julia Zambonin zum inspirierenden Mantra.



Die ausgetretenen Wege waren schon als Kind nicht ihr Ding. „Man kannte mich dafür, selbst im Alltäglichen das Abenteuer zu suchen“, erzählt die gebürtige Schwarzenbergerin. Ihre Mutter habe sie darin bestärkt, Wagemut an die Stelle von Konformismus zu setzen. „Mama war meine größte Unterstützerin. Durch sie konnte in mir die Gewissheit wachsen, dass es völlig in Ordnung ist, anders zu denken und nicht den Trampelpfad zu folgen. Sie öffnete mir die Perspektive auf eine Welt voller Geheimnisse, die man nur entdeckt, wenn man neugierig bleibt und nie aufhört zu lernen.“

Fest an ihrer Seite stand auch ihr „Däta“, dem sie viel von ihrer heutigen Risikofreudigkeit verdankt. „Ich kämpfte mit Unsicherheit und Angst vor Fehlentscheidungen. Diese Gefühle hielten mich davon ab, Chancen zu ergreifen und etwas zu wagen“, denkt Julia zurück. Ihr Vater sagte ihr jedoch immer wieder, dass Scheitern und Fehler nicht das Ende, sondern notwendiger

Teil der Entwicklung sind. „Seine Worte waren für mich unglaublich ermutigend und beflügelten mich, Herausforderungen anzunehmen und kreative Lösungen zu finden“, so die 27-jährige Unternehmensgründerin. Nach wie vor sei es ihr Vater, der sie dazu anspornt, in sich und ihre Fähigkeiten zu vertrauen. „Er erinnert mich daran, dass ich genug Stärke besitze, um authentisch zu bleiben und meinen eigenen Weg zu gehen.“

In der Kindheit führte dieser Weg sie oft in den Wald, den sie durchstreifte und wo eine selbst gebaute Hütte zu ihrem kleinen Refugium wurde. „Es waren unbeschwerte Tage im Hier und Jetzt, ohne einen Gedanken an morgen, voll frischer Luft und Freiheit.“ Heute will sie mit mindestens ebenso frischen Ideen und nachhaltigem Denken die Welt ein Stück besser machen. Der Rat der 27-Jährigen an ihr jüngeres Selbst? „Bleib mutig, wissbegierig und lass dich nicht von Zweifeln zurückhalten, denn jede Erfahrung, ob gut oder schlecht, bringt dich weiter.“

AYDIN AKTAS,
BANKVORSTAND



DAS BESTE AUS ZWEI WELTEN

Er war eines der ersten in Vorarlberg geborenen Kinder mit türkischen Wurzeln. Er wuchs in zwei Familien auf. Er bekam von klein auf eingeschärft, dass vor allem Bildung zählt. Aydin Aktas verinnerlichte diese Haltung und legte als Banker eine beispielgebende Karriere hin.

Anfang der 70er Jahre waren seine Eltern nach Vorarlberg migriert, 1974 wurde Aydin in Alberschwende geboren. Nach nur kurzer Karenzzeit habe seine Mutter wieder arbeiten gehen müssen, erzählt er. „Über unsere Vermieterin wurde ein Kontakt zu einer Pflegefamilie im Ort hergestellt. Ich war zwei Monate alt, als mich meine Pflegemama Elisabeth aufgenommen und von da an von Sonntagabend bis Freitagmittag betreute. Das Wochenende verbrachte ich bei meinen Eltern.“ Drei Jahre später kam seine Schwester zur Welt. Auch um sie kümmerten sich unter der Woche Pflegeeltern. „Wir waren als Familie auseinandergerissen“, erinnert sich der 50-Jährige. „Umso mehr Wert legten wir auf familiären Zusammenhalt.“ Sein Großwerden in zwei Welten bis zu seinem zwölften Lebensjahr habe ihm jedoch vor allem Chancen eröffnet. „Ich lernte die jeweiligen Traditionen, Kulturen und Lebensweisen sehr gut kennen und habe die Fähigkeit perfektioniert, mir aus meinen beiden Familien das Beste herauszupicken.“

Aydin blickt zurück auf eine alles andere als gewöhnliche Kindheit, die sein Weltbild erweiterte, ihm aber viel abverlangte. „Ich hatte schöne Momente in beiden Familien, musste aber ebenso ständige Trennungen und Herausforderungen meistern. Es war anstrengend und spannend zugleich.“ Der Anspruch seiner Eltern, ihm ein besseres Leben zu ermöglichen, war mit großer

Eigeninitiative verknüpft. „Meine Eltern sahen Bildung als Schlüssel zum Erfolg. Ich sollte es später leichter haben als sie“, so der Lauteracher. „Sie sagten mir immer wieder, dass ich mich voll auf meine schulischen Leistungen und meine Sprachkenntnisse konzentrieren soll, um mir eine gute Ausgangsposition zu verschaffen – eine Haltung, die mich maßgeblich prägte und die ich zu meiner eigenen machte.“

Von klein auf steckte er voller Neugierde und Tatendrang. Später kamen Ehrgeiz und Zielstrebigkeit dazu. Dennoch habe er in seiner Laufbahn „Extrameilen“ zurücklegen und manche Enttäuschung hinunterschlucken müssen. „Man muss mehr leisten mit einem türkischen Namen. Es ist sehr mühsam und unfair, wenn man immer wieder an gläserne Decken stößt – aber gleichzeitig hat es mich angespornt.“ 1991 war Aydin Aktas einer der ersten Bankangestellten mit türkischen Wurzeln in Vorarlberg, 2013 wurde er u. a. nach berufsbegleitenden Masterstudien an der FH und Uni Liechtenstein zum ersten türkischstämmigen Bankvorstand im Land nominiert und war damit in dieser Position auch österreichweit noch die Ausnahme. Mehr denn je ist sich der zweifache Vater seiner Vorbildfunktion als Role Model bewusst. Jugendlichen mit Migrationshintergrund möchte er Mut machen, sich auch ambitionierte Ziele zu stecken. „Dafür brauchen sie gute Menschen in ihrem Umfeld, die sie positiv beeinflussen.“

TAMIRA PASZEK,
TENNISPROFI



„MEINE KINDHEIT, DIE ENTSPANNTESTE ZEIT MEINES LEBENS“

Willensstärke gepaart mit Lockerheit ist für Tennisprofi Tamira Paszek die ideale Kombination, um auch die Hürden des Lebens zu meistern. Dass sie beides verbinden kann, führt sie auf ihre Kindheit zurück. Damals tat ihr vor allem eines gut: möglichst viel Normalität.

„Das bedeutete für mich, dass ich einfach Kind sein konnte“, erzählt die Dornbirnerin über die in ihrer Erinnerung entspannteste Zeit ihres Lebens. Besonders gerne denkt sie an „endlose Stunden mit Freunden im Garten“ zurück und ihren Lieblingsplatz, den Doppelmayr Zoo. An Lockerheit habe es damals ganz und gar nicht gefehlt. „Meine Eltern versuchten immer, mein Leben so normal wie möglich zu gestalten – ob als Kind oder Jugendliche, als ich schon auf Profittour unterwegs war.“ Ohne Leistungsdruck hätte sie die Chance bekommen, vieles auszuprobieren – Klavierspielen, Voltigieren oder Jazz Dance beispielsweise. „Tennis war aber einfach das, was mir am meisten Spaß machte. Ich wollte freiwillig so viel Zeit wie möglich am Tennisplatz verbringen“, erzählt die 32-Jährige. „Meine Eltern haben mich nie zu etwas gedrängt, aber sie gaben mir schon eine klare Botschaft mit auf den Weg: Wenn ich weiterkommen will, muss ich jede besiegen können – egal ob sie hinter oder vor mir in der Rangliste ist.“

Von ihren Perspektivengebern Nummer eins erfuhr Tamira bei ihrer Entscheidung fürs Profitennis viel Rückenstärkung. „Sie glaubten an mich und ermutigten mich, meine Ziele nicht aus den Augen zu verlieren und niemals aufzugeben.“ Immer stand jedoch die Leidenschaft für den Sport im Vordergrund, erzählt die Leistungssportlerin, die bereits als 14-Jährige mit ihrem Finaleinzug beim Juniorenwettbewerb in Wimbledon für internationales Aufsehen sorgte. Großes Vorbild war und ist für sie bis heute ihre Mutter. „Meine Mama ist eine wahnsinnig starke Frau mit positiver Lebenseinstellung, die sich durch nichts so leicht aus der Bahn werfen lässt.“

Auch ihr damaliger Trainer spielte eine entscheidende Rolle für Tamira, die vor allem mit ihrer fröhlichen Art und ihrer Ehrlichkeit punktete. „Von Matei Pampoulov habe ich das Tennisspielen gelernt. Er war zehn Jahre lang mein treuer Begleiter, gab mir Ruhe und Stabilität und hatte immer ein offenes Ohr.“ Heute ist es ihr ein Anliegen, Kindern Perspektiven zu schenken. „Es ist uns allen viel zu wenig bewusst, dass Kinder unsere Zukunft sind“, betont die Sportlerin. „Es liegt an uns, Kindern zu vermitteln, dass ihnen die Welt offensteht, und sie genügend Rückhalt und Spielraum haben, um ihre Kreativität auszuleben.“

HANNES HAGEN,
KULTURVERANSTALTER

KUHHIRTE, KRANKENPFLEGER, KULTURMANAGER

Als Kind war er für seinen Fleiß als Kuhhirte bekannt, heute prägt er als wichtiger Protagonist die alternative Musikszene Vorarlbergs. Für „Wir KINDER VORarlbergs!“ öffnet Hannes Hagen die Erinnerungsschatzkiste seiner Kindheit.

Er träumte davon, Landwirt zu werden, und war für seinen besonderen Eifer bekannt, den er beim Hüten von Kühen an den Tag legte. Um Rindviecher kümmert er sich zwar mittlerweile weniger, die Naturverbundenheit ist ihm aber aus Kindertagen geblieben. Damals spielte für den gebürtigen Lustenauer der großelterliche Bauernhof in Reuthe bei Bezau eine zentrale Rolle. Dort wurzelt seine Liebe zur Natur, dort fand er in seinen Großeltern und seinem Onkel frühe Role Models. Bauer, das wollte auch er werden, draußen auf den Weiden und Feldern fühlte er sich zuhause. „Mein Onkel Jakob hat mir auf der Landwirtschaft gezeigt, wie entscheidend Nachhaltigkeit und ein sorgsamer Umgang mit der Natur sind“, erinnert er sich. Eine völlig andere Welt erschloss ihm ein weiterer bedeutender Perspektivengeber: „Mein Vater Heinz legte mir die Leidenschaft zur Musik in die Wiege – und vieles andere auch.“

Dass er schließlich das Krankenhaus Kühen oder Konzertbühnen vorzog, hat mit seinem Zivildienst bei der Rettung zu tun. Bevor sich Hannes Hagen der Musikszene zuwandte, absolvierte er eine Ausbildung zum Krankenpfleger. Nach zehn Jahren in diesem Beruf nahm seine Biografie dank seines ehrenamtlichen Engagements beim Jugend- und Kulturverein „Szene“ eine unkonventionelle Wendung. Heute lebt er seine Berufung als Kulturveranstalter u. a. des „Szene Openair“ und Clubbetreiber des „Conrad Sohm“ aus und ist vor allem für eines bekannt: auch in hektischen Situationen einen kühlen Kopf zu bewahren.

Vielleicht hat ihn seine facettenreiche Kindheit zu manch mutiger Entscheidung befähigt. Die Rückschau fördert jedenfalls weitere Schätze zutage: Schokolade hätte ihm als Kind gutgetan, und schöne Sommer, die voller unbeschwerter Erlebnisse steckten. Genau solche wünscht er allen, die gerade groß werden. Kinder sollen in seinen Augen unbefangen in der Natur aufwachsen können und Freiräume haben, um ihre Zukunft selbst zu arrangieren. Könnte er seinem kleinen Kinder-Ich einen Rat zurufen, fiel dieser kurz und knapp aus: „Mach es wieder so!“



VALENTIN „VALLE“ SOTTOPIETRA,
UNTERNEHMER, SCHAUSPIELER & KABARETTIST

MENSCH SEIN OHNE PUNKT UND KOMMA

„Ich war ein Wirbelwind und immer unterwegs. Heute würde man mir vermutlich ADHS attestieren.“ Valentin Sottopietra sah die Schule trotzdem als wunderbaren Ort. Das verdankt der eingefleischte Dornbirner einem wegweisenden Perspektivengeber.

Aufgewachsen im „Dorobior Oberdorf“ konnte „Valle“ seinen Bewegungsdrang als Kind nur schwer zügeln. „Ich hatte keine ruhige Minute“, erinnert er sich an sein Großwerden in „der Stadt der Städte“. Er denkt an Freundschaften und Unbeschwertheit zurück, aber auch an eine Schulzeit, die ganz anders hätte verlaufen können, wenn da nicht der eine Lehrer gewesen wäre. „Konrad Kleiser war *mein* Lehrer, der eine, den man hat und der den Unterschied macht. Und ich hatte viele ...“, erzählt der 55-Jährige. „Gefühlt absolvierte ich jede Klasse zweimal, speziell an der HAK Bregenz für den Abschluss der ‚sechsjährigen Handelsschule‘“, meint er augenzwinkernd. Seinem Perspektivengeber sei es dennoch gelungen, die Schule in einen wunderbaren Ort zu verwandeln und seinem Leben eine entscheidende Wendung zu geben. „Er brachte mich zum Theater und weckte in mir die Leidenschaft für das Schauspiel. Durch ihn hab’ ich es irgendwie geschafft, meine Ziele zu erreichen, und vieles nicht zu ernst zu nehmen.“

Was wirklich zählt, vermittelte ihm vor allem sein Vater. „Mein Papa meinte mal: Ich könnte Böden, Besitz und was weiß ich noch alles haben, aber was von mir bleibt bist du, Valentin!“ Er gab ihm Vertrauen und stärkte sein Selbstbewusstsein, indem er ihn immer wieder mit den Worten ermutigte: „Sei, wie du bist, und traue dich, es ganz zu sein.“ Heute sieht der Unternehmer in Beziehungen und seiner Familie den wahren Reichtum. „Meinen Kindern möchte ich vorleben, dass jede und jeder Einzelne wertvoll ist, mit allen Stärken und Schwächen, und dass es gut ist, Mensch zu sein.“ Mensch sein – das will Valentin Sottopietra auch in seiner Personalagentur und auf der Theaterbühne. Dass er dabei oft ohne Punkt und Komma redet, gehört ebenso dazu wie seine Hilfsbereitschaft. Für Kinder erhofft er sich eine Welt ohne Kriege und Gier, eine Welt, in der sie möglichst lange Kind sein können.



„MEIN BRUDER ZEIGTE MIR, DASS SCHEITERN OKAY IST“

„100 Mal hinfallen, 101 Mal wieder aufstehen – vielleicht etwas stärker als zuvor.“ Yvonne Fussi weiß nur zu gut, was Perspektiven im Leben eines Kindes bedeuten. Ihr Appell: Lasst uns gemeinsam Happy Ends schreiben!

Man sah Yvonne als Mädchen meist in irgendeiner kuscheligen Ecke ins Lesen vertieft. Ein Bücherwurm mit ausgeprägtem Gerechtigkeitsinn sei sie gewesen. Und von klein auf beeindruckt von der Stärke ihrer Mutter, die immer wieder neue Hoffnung geschöpft habe, obwohl das Leben es nicht gut mit ihr meinte. „Meine Mama brachte mir bei, dass Stärke ohne Schwäche nichts wert ist und das Aufstehen viel mehr zählt als das Hinfallen. Egal, wie oft man hinfällt, wenn man es schafft, sich wieder aufzurappeln, weiß man danach mehr über sich selbst, über seine Grenzen und Fähigkeiten.“ Ihr Fels in der Brandung sei für sie ihr acht Jahre älterer Bruder gewesen, erzählt die 30-Jährige. „Er war mein sicherer Hafen und er zeigte mir, dass Scheitern okay ist. Ohne ihn wäre ich heute nicht, wer ich bin. Mama, Papa, großer Bruder – es gab Situationen, in denen er alle Rollen übernommen hat, obwohl er selbst noch ein Kind war. Damals nervte es – heute würde ich sagen, er ist mein bester Freund.“

Neben ihrer Familie gilt für Yvonne ihre Kinderdorfmutter als wichtigste Perspektivengeberin. „Sie gab mir ein Zuhause, als ich schon keines mehr erwartete“, sagt sie. „In meiner Kinderdorffamilie durfte ich einfach ich selbst sein. Wenn ich zurückdenke, erinnere ich mich an einen warmen, weichen Ort, der immer voller Lachen war, weil alle nicht anders konnten, als in das Lachen meiner Kinderdorfmutter miteinzustimmen.“ Dabei habe sie sich zu Beginn als siebenjähriges Mädchen gar nicht vorstellen können, wie das funktionieren sollte mit einer „Mama“, die nicht ihre war, und „Geschwistern“, die sie nicht kannte.

Damals habe sie die Erfahrung gemacht, dass Mama-Sein weniger mit dem Verwandtschaftsgrad als vielmehr mit Sich-Kümmern und Da-Sein zu tun hat. „Es bedeutet, ein offenes Ohr zu haben, wenn der erste Liebeskummer so weh tut, dass man glaubt, es hört nie wieder auf. Suppe zu kochen, wenn man krank ist. Am Bett zu warten, bis man nach einem schlechten Traum wieder eingeschlafen ist. Jemanden so sehr in sein Herz zu lassen, dass man die eigenen Bedürfnisse hintenanstellt“, meint die Bregenzer Sozialpädagogin, die sich inzwischen beruflich selbst für benachteiligte Kinder einsetzt.

„Wären wir doch alle ein bisschen öfter Mama“, wünscht sie sich und ist überzeugt, dass die Welt dann ein freundlicherer Ort wäre.

Die selbstbewusste junge Frau sieht alle Erwachsenen in der Pflicht: „Wir haben jeden Tag aufs Neue das Privileg, Teil der Geschichte eines Kindes zu sein, die das Potenzial hat, die Welt zu verändern. Also warum helfen wir nicht dabei, Happy Ends zu schreiben?“



Teilen Sie Ihre Geschichte auf
unserem Blog und werden
Sie zum:r Perspektivengeber:in!
wir-kinder-vorarlbergs.at

WILD, FREI UND MUTIG – **EGAL MIT WELCHEM BACKGROUND**

Kein Ziel ist für Ramona Nussbaumer zu hoch gesteckt, kein Traum unerreichbar. Die Courage, so zu denken, verdankt sie einer Erzieherin des Vorarlberger Kinderdorfs. Ihr Stiefpapa gab ihr den nötigen Halt dazu.



„Als Kind war ich für meine Wildheit, meine Unabhängigkeit und meine Neugier aufs Leben bekannt“, erzählt die Lustenauerin. Damals wollte sie Western-Reiterin oder Rennfahrerin werden – zwei Berufe, die ihrem unbändigen Freiheitsdrang entsprachen. Aufgewachsen ist Ramona in verschiedenen Umfeldern: Mit 13 kam sie in eine Pflegefamilie, mit 15 dann in eine Kinderdorf-WG. „Es war für mich eine Herausforderung, an verschiedenen Orten immer wieder meinen Platz zu finden.“ Ihre Konstante: die Natur. Am liebsten erlebte sie diese auf dem Rücken eines Pferdes. „Im Wald habe ich mich wohl gefühlt. Hier hatte ich alle Freiheit der Welt und ganz viel Raum zum Träumen.“

Zwei Menschen bezeichnet sie heute als die Perspektivengeber:innen ihrer Kindheit. Zum einen war das eine „strenge und trotzdem liebevolle“ Erzieherin im Vorarlberger Kinderdorf. „Ihr war es wichtig, dass wir uns hohe Ziele stecken. Ganz nach dem Motto: Wer an sich glaubt und hart arbeitet, für den gibt es keine Grenzen.“ Vor allem in jungen Jahren war ihr Stiefvater für sie besonders prägend. Er gab ihr Halt, erzählte lustige Geschichten von seinen Reisen und entfachte Ramonas Abenteuerlust. „Ich bin dankbar, dass mir meine beiden Bezugspersonen gezeigt haben, dass ich mit dem nötigen Selbstvertrauen alles schaffen kann.“ Schlussendlich ist sie zwar keine Rennfahrerin geworden, gewagt hat sie trotzdem immer viel: zum Beispiel den Sprung in die Selbstständigkeit als Unternehmerin im IT-Bereich.

„Es ist unsere Verantwortung als Erwachsene, Kindern voller Vertrauen zur Seite zu stehen, sie auf ihrem Weg zu unterstützen und ihnen Türen zu öffnen.“ Ramona ist der Überzeugung, dass sie nur so selbstbewusst und mutig in die Zukunft gehen können – egal welchen Background sie haben. „Jede:r verdient die Chance, das Beste aus sich zu machen.“

„HAB KEINE ANGST“

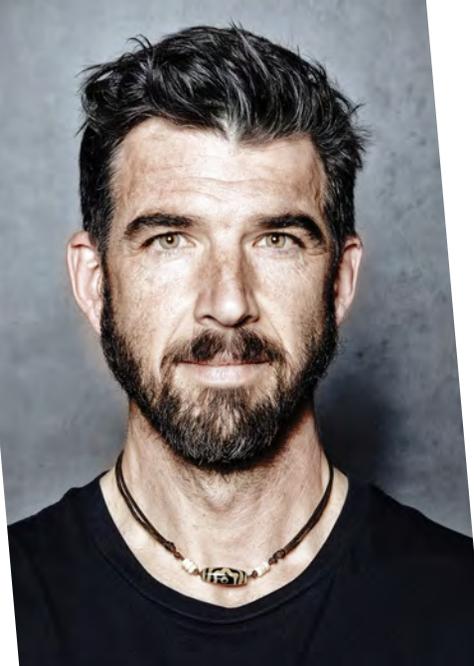
Umzüge, Trennungen und ein schwerer Unfall überschatteten die Kindheit von Klaus Drexel. „Ich wusste nie, was kommt“, sagt er heute. Dennoch gibt es in seinem Leben Perspektivengeber, die für Lichtblicke sorgten.

Wenn er zurückdenkt, überdeckt ein Gefühl alle anderen: Unsicherheit. Aus dem beängstigenden Wirrwarr seiner Kindheit leuchten jedoch auch Menschen hervor, die ihm die ersehnte Zuwendung gaben. In den ersten Lebensjahren war dies sein Großvater. „Meine Mutter war anfangs alleinerziehend und musste früh wieder arbeiten gehen. Wir wohnten im Haus meines Opas, der viel Zeit mit mir verbrachte. Er nahm mich mit in die Natur, an den Fuß des Fallbaches oder zum Schwimmen im Alten Rhein“, erinnert sich der 51-jährige Dornbirner. Sein Opa sei für ihn Vaterersatz, Freund und Vorbild zugleich gewesen und er habe als kleiner Bub immer seine Nähe gesucht. „Er zeigte und erklärte mir viel. Er war mein Nest, mein Halt. Ich wollte ihn ständig umarmen und bei ihm sein“, erzählt Klaus, der als liebenswerter Schlingel galt, dem für seine Streiche keiner lang böse sein konnte.

Der Blick zurück in die Kindheit ist für Klaus aber vor allem ein schmerzhafter – nicht nur, weil die Familie mehrmals umzog und der Kontakt zum geliebten Großvater abbrach. Tiefe Spuren hinterließ auch ein Verkehrsunfall im Jahr 1980, bei dem sein Opa väterlicherseits starb und seine Mutter lebensgefährlich verletzt wurde. „Meine Schwester und ich blieben nahezu unverletzt, wurden aber völlig alleingelassen. Niemand fragte, wie es uns geht, niemand tröstete uns. Das Geschehene wurde zur Normalität.“ Die Mutter verbrachte Monate im Krankenhaus, die Geschwister kamen während dieser Zeit getrennt in die Obhut von Verwandten. Klaus wurde zu seiner Tante Lille gebracht, die ihm mit Wärme und Zuversicht zur Seite stand. „Sie war lieb, sie war da, sie hat für mich gesorgt. Sie war meine Rettung.“

Dass er in der Volksschule ein schlechter Schüler war, ist für ihn im Rückblick kein Wunder. „Ich hatte mit anderem als mit Noten zu kämpfen.“ Dennoch hätten seine Eltern für ihn eine Matura ins Auge gefasst. „Sie wollten das unbedingt und schickten mich ins Internat ins Gymnasium Mehrerau, weil sie mich dort trotz meines schlechten Zeugnisses aufnahmen.“ Geplagt von schrecklichem Heimweh und dem Gefühl, abgeschoben worden zu sein, habe er sechs Jahre lang mehr schlecht als recht durchgehalten – bis zum Rausschmiss nach konstant mangelhaften Leistungen, Dauerschwänzen und nächtlichen Streifzügen in die Disco „Opal“. Erst mit 18 Jahren und Bart startete er die HTL für Hoch- und Tiefbau, die er erfolgreich abschließen konnte. Dafür macht er eine weitere Mutmacherin verantwortlich. „Meine damalige Freundin war drei Klassen über mir und motivierte mich, nicht aufzugeben. Sie sagte immer: Probier's doch, es ist deine Chance! Sie war wiffig und half mir beim Lernen. Durch sie fand ich eine Familie, die ich nie hatte, und ein Stück Normalität.“

Heute habe er sich mit seiner Vergangenheit ausgesöhnt, sagt Klaus Drexel, der es trotz aller Widrigkeiten schaffte, Chancen beim Schopf zu packen. Seiner schwierigen Biografie setzt er als begeisterter Vater zweier erwachsener Kinder, als erfolgreiche Führungskraft in der Baubranche und engagierter Bergretter ein volles, reiches Leben entgegen. Sich selbst als Kind würde er gern sagen: „Hab keine Angst, es wird gut werden.“





- 22** „Emotionen fallen nicht vom Himmel“
- 24** Da draußen ist ein Du: Wie Kinder sich in dieser Welt heimisch fühlen
- 26** Das A und O für ein gesundes Essverhalten: Vertrauen
- 28** Mehr Bauchgefühl und Abenteuer statt Wattebausch
- 30** „Der Alltag ist entscheidend, nicht die virtuelle Welt“
- 32** Wertvolle Kinder: Inspiration hoch sechs
- 34** Was wir Ihnen ans Herz legen

KINDER

VOR

WAS KINDER MUTIG MACHT

Kinder entwickeln Lebensfreude, Selbstvertrauen und elementare Fähigkeiten in Beziehungen. Von klein auf brauchen sie die Gewissheit: Da draußen ist jemand, dem ich wichtig bin. Sie sind aber auch auf Freiräume angewiesen, um die Dinge selbst auszuprobieren.

In diesem Journal haben wir einige Vorträge unserer Wissensreihe „Wertvolle Kinder“ für Sie aufbereitet und mit Tipps für den Alltag versehen. In allen Beiträgen gehen wir der Frage nach, was Kinder brauchen, um zu wachsen und zu gedeihen. „Eine starke Bindung ist ein super Investment“, sagt beispielsweise die renommierte Psychologin Anne Künster. Sie ist eine der über 90 Expert:innen, die das Vorarlberger Kinderdorf in der Reihe „Wertvolle Kinder“ bereits ins Ländle holte. Denn Kinder entfalten sich nicht im luftleeren Raum, sondern durch die liebevolle Fürsorge zuverlässiger Bezugspersonen – diese sichere Beziehungsbasis wirkt und stärkt wie eine Blaupause ein Leben lang.

Im gleichen Atemzug brauchen Kinder aber von klein auf die Freiheit, um sich auszuprobieren und so zu sein, wie sie sind. Mehr Abenteuer fordern Fachleute für junge Menschen angesichts schrumpfender Spiel- und Freiflächen, randvoller Terminkalender und einem Abdriften in digitale Welten. Ihr Aufruf: Trauen wir unseren Kindern wieder mehr zu und trauen wir uns, Kindern eigene Erfahrungen machen zu lassen – auch wenn sie dabei scheitern. Was zählt, ist der immer wieder neue Anlauf, um etwas zu schaffen.



**Vorarlberger
Kinderdorf**

„EMOTIONEN FALLEN NICHT VOM HIMMEL“

Die „Gefühlsschule“ beginnt schon im Babyalter. Wer seinen Nachwuchs bedürfnisgerecht erzieht, kann auch mit negativen kindlichen Gefühlen umgehen.

„Gefühle sind wie der Dirigent in einem Orchester“, sagt die Familientherapeutin Anne Künster. Emotionen fallen laut der Leiterin des Instituts für Kindheit und Entwicklung in Ulm nicht vom Himmel, sondern hängen von Bindungsprozessen und kulturellen Konventionen ab. „Kinder lernen Stress- und Gefühlsregulation in der Beziehung“, so Künster. „Sie brauchen dafür zuverlässige und feinfühligere Bezugspersonen.“ Die zentrale Rolle der Eltern ist es, auf ihre Kinder aufzupassen, sie zu trösten und zu unterstützen. „Eltern sind der sichere Hafen und immer dann da, wenn das Kind allein nicht klarkommt.“

Eine starke Bindung ist ein super Investment.

Eine gute Begleitung in den ersten Lebensjahren ist ein „super Investment“: „Kinder entwickeln sich sowohl körperlich als auch psychisch nicht im luftleeren Raum. Wenn sie liebevolle Fürsorge erfahren, lernen

sie, auch später als Erwachsene mit ihren Gefühlen umzugehen.“ Diese Gefühlsschule beginnt schon im Babyalter. „Wir neigen dazu, dass wir die negativen Gefühle unserer Kinder weghaben, beispielsweise Schreien schnellstmöglich stoppen wollen. Vielmehr geht es aber darum, erst einmal Verständnis zu zeigen, statt gleich abzulenken.“





Manchmal müssen Geister der Vergangenheit verscheucht werden.

Wenn Eltern über ein großes Vokabular verfügen, um Gefühle zu benennen, hilft dies den Kleinen auf dem Weg zum emotional kompetenten Erwachsenen. „Manchmal ist aber das intuitive Elternverhalten gestört oder verschüttet, z. B. durch eine psychische Erkrankung oder unbearbeitete biografische Themen und Traumata“, so die Psychotherapeutin. Erinnerungen an emotional belastende Erlebnisse in der eigenen Kindheit beeinflussen unser Erziehungsverhalten. Die sogenannten Trigger verhindern, feinfühlig auf die Bedürfnisse unserer Kinder zu reagieren. Dann ist es wichtig, die „Geister der Vergangenheit“ zu reflektieren.

Nicht jeder Wunsch ist ein Bedürfnis. Eltern dürfen und müssen auch nein sagen.

Es sind die ersten frühen Erfahrungen in der Kindheit, die unsere Resilienz und Empathie schulen. Sie entscheiden darüber, ob wir uns später trauen, den Mund aufzumachen und für uns einzustehen, ob wir offen sind für die Welt und Widersprüche aushalten können. Unsere Aufgabe und Verantwortung als Erwachsene ist groß, trotz allem gilt laut Anne Künster: „Der Anspruch ist nicht, perfekt zu sein, und vor lauter bedürfnisgerechter Erziehung in ein Burnout zu rutschen. Nicht jeder Wunsch ist ein Bedürfnis. Eltern müssen und dürfen auch nein sagen und Kinder in ihren Wünschen manchmal frustriert werden.“

**„Umgang mit kindlichen Gefühlen“ - Vortrag von
Anne Künster in der Reihe „Wertvolle Kinder“,
nachzuhören in der Mediathek des Vorarlberger Kinderdorfs:
www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek**

WEINEN ERLAUBT: DU BIST OKAY!

Sebi ist am Schaukeln auf dem Spielplatz ... immer höher, immer schneller ... der Vierjährige hat sichtlich Spaß. Plötzlich eine Schrecksekunde: Sebi fällt fast von der Schaukel und schafft es gerade noch, nicht auf dem Boden zu landen. Er bricht in Tränen aus. Mama und Papa wollen ihr Kind trösten und das Weinen stoppen, indem sie etwas sagen wie: „Es ist doch nichts passiert ...“ oder „Gar nicht so schlimm, alles gut“, vielleicht auch „Ein Indianer kennt keinen Schmerz“. Doch das stimmt nicht! Denn in Sebis Welt ist sehr wohl etwas geschehen, auch wenn keine äußere Verletzung da ist. Zuallererst sollten wir als Erwachsene deshalb mit Verständnis reagieren und dem Kind signalisieren, dass sein Gefühl und sein Weinen richtig sind. In der Fachwelt wird diese Reaktion sehr passend „Spiegeln“ genannt. Erst im zweiten Schritt ist es unsere Aufgabe, das Kind zu trösten und zu beruhigen. So machen Kinder die Erfahrung: Es ist okay und ich darf zeigen, was ich fühle. Sie lernen, sich selbst und anderen zu vertrauen und kommen später auch mit größeren Schwierigkeiten klar.

NICOLA GENZ

ist Psychotherapeutin und Sozialarbeiterin.
Sie arbeitet bei Netzwerk Familie, einem
Kooperationsangebot des Vorarlberger
Kinderdorfs.



TIPP FÜR DEN ALLTAG

INTERESSE ZEIGEN, OFFLINE FÖRDERN UND VORBILD SEIN

Handys und soziale Medien sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken, und auch Kinder kommen früh damit in Kontakt. Doch wie können wir Kinder dabei unterstützen, Medienkompetenz zu erlernen? In jedem Fall gilt es, Kinder in der virtuellen Welt nicht allein zu lassen. Ebenso helfen folgende Tipps:

- **Klare Regeln:** Legen Sie gemeinsam fixe Zeiten und Orte für die Nutzung sowie bildschirmfreie Zonen, wie das Schlafzimmer oder gemeinsame Mahlzeiten, fest.
- **Sicherheit:** Aktivieren Sie Jugendschutzfunktionen und erklären Sie, warum Datenschutz wichtig ist.
- **Medienkompetenz:** Sprechen Sie über Cybermobbing und fördern Sie einen kritischen Umgang mit Online-Inhalten.
- **Begleiten:** Unterstützen Sie bei der Profilerstellung und legen Sie besonderes Augenmerk auf den Umgang mit sozialen Netzwerken.
- **Offline fördern:** Schaffen Sie Raum für Aktivitäten ohne Bildschirm, wie Sport, Lesen, Musik ...
- **Vorbild sein:** Zeigen Sie selbst einen bewussten Umgang mit dem Handy.

Entscheidend ist, dass wir uns für die Medien- und Lebenswelten unserer Kinder interessieren, dass wir im Gespräch und in Beziehung bleiben. Last but not least sind wir alle Role Models für unsere Kinder im bewussten Umgang mit Social Media & Co!

JENNIFER HUBER

ist Sozialarbeiterin in der Paedakoop des Vorarlberger Kinderdorfs.

DA DRAUSSEN IST EIN DU: WIE KINDER SICH IN DIESER WELT HEIMISCH FÜHLEN

Durch die Überflutung mit digitalen Medien stehen Gesundheit und Glück unserer Kinder auf dem Spiel. Denn Kinder sind keine genetischen Selbstläufer. Sie entwickeln Lebensfreude und elementare Fähigkeiten in Beziehungen - ob als Baby oder Pubertierende:r.

Für den Neurowissenschaftler Joachim Bauer steht fest: Kinder werden viel zu früh mit digitalen Medien konfrontiert und schon die Kleinsten von der virtuellen Welt absorbiert. „Dahinter steckt häufig die Angst der Eltern, dass Kinder der technischen Entwicklung hinterherhinken“, kritisiert der Genforscher. Dabei brauchen Kinder für ihr biologisches und psychologisches Gedeihen vor allem die liebevolle Beziehung zu verlässlichen Bindungspersonen. „Kinder sind keine genetischen Selbstläufer, sondern auf Menschen angewiesen, die ihnen Sicherheit geben. Nur dann fühlen sich Kinder ohne Angst in dieser Welt zuhause.“

Ein Baby weiß noch nicht, wer es ist, aber es sucht von Geburt an nach Beziehung.

„Kinder müssen gesehen und wahrgenommen werden“, sagt Bauer. „Das ist für die Entwicklung von Intelligenz ebenso bedeutsam wie für Vitalität und Lebensfreude.“ Das Belohnungs- und Motivationssystem im Gehirn wird laut dem Neurologen durch das uns entgegengebrachte Interesse anderer Menschen aktiviert: „Das Baby



sucht nach Augenkontakt, nach stimmlichen oder mimischen Reaktionen und erlebt so: Da draußen ist ein Du. Durch dieses Hin und Her aus Spiegelung, Imitation und Resonanz entsteht unser Selbst. So werden wir, wer wir sind.“

Heute ist das Smartphone oft wichtiger als das Kind.

Allzu oft werde dieser elementare Bindungsprozess durch das Handy gestört – gerade bei Babys mit folgenschweren Auswirkungen. „Es gibt eine Sache, die zunehmend wichtiger ist als das Kind: das Smartphone“, kritisiert der Arzt und Forscher. „Säuglinge können sich nicht wehren, sie kommen massiv in Stress, wenn die Eltern nicht ihnen, sondern dem Handy ihre ungeteilte Aufmerksamkeit widmen.“

Kinderhorde statt Konsole: Bewegung fördert die Intelligenzentwicklung.

Aber auch unsere größer werdenden Kleinen bräuchten statt Tablets einen liebevollen Er-

ziehungsdiallog mit präsenten Erwachsenen. Kinder wachsen in Beziehungen und im Austausch mit der analogen Welt. Sie haben in vielem schlechtere Karten, wenn sie früh das Smartphone nutzen und statt in der Kinderhorde zu toben allein vor der Konsole sitzen, gibt Bauer zu bedenken. „Aufmerksamkeit, Intelligenz, Emotionsregulation, Impulskontrolle, Rechen- und Schreibleistungen – all dies entwickelt sich weniger gut“, verweist der Wissenschaftler auf aktuelle Forschungen. „Studien belegen, dass Gesundheit und Glück von Kindern mit hohem Medienkonsum beispielsweise aufgrund von Bewegungsmangel und einem stark erhöhten Depressionsrisiko massiv gefährdet sind.“ Sein Appell: kein Smartphone für den Nachwuchs in der Grundschule, wenn möglich erst mit zwölf Jahren.

„Was Kinder brauchen, um körperlich und seelisch zu gedeihen“ – Vortrag von Joachim Bauer in der Reihe „Wertvolle Kinder“, nachzuhören in unserer Mediathek: www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

DAS **A** UND **O** FÜR EIN GESUNDES ESSVERHALTEN: **VERTRAUEN**

**Kinder kommen mit einem inneren Ernährungskompass auf die Welt,
der ohne Zwang am besten funktioniert.**

„Unser Körper ist ein wahres Wunderwerk. Wir wissen instinktiv, welche Nahrung uns gut bekommt und welche nicht“, betont Katharina Fantl. „Babys spüren Hunger, Sättigung, Bekömmlichkeit. All diese Vorgänge sind perfekt aufeinander abgestimmt.“

Sättigungsempfinden der Kinder mehr Beachtung zu schenken. „Nur so kann das Kind selbst seine Kompetenz in punkto Nahrungsauswahl trainieren“, hält Fantl fest.

**No go: „Zuerst das Gemüse,
dann das Eis!“**

Kinder in ihrem intuitiven, natürlichen Essverhalten zu bestärken, ist laut der Ernährungsberaterin die beste Basis für eine gesunde Ernährung. Dazu gehören, auf Sätze wie „Wenn du nicht brav bist, bekommst du nachher kein Eis“ oder „Erst das Gemüse, dann ein Keks!“ zu verzichten. Überhaupt sollten Süßigkeiten nicht zur Belohnung eingesetzt werden. Ein „No go“ sind auch Aufforderungen wie „Was auf dem Teller ist, wird aufgegessen“. Stattdessen gilt es, dem

**Auch nur „leere Nudeln“
sind kein Grund zur Sorge.**

Und auch wenn man es zu Hause mit überkritischen, wählerischen kleinen Essern zu tun hat, die am liebsten nur zu „leeren Nudeln“ greifen, sei dies meist kein Grund, um in einen Alarmzustand zu geraten: „Selbst Kinder, die sich sehr einseitig ernähren, haben selten Mangelerscheinungen – vorausgesetzt, dass die Vielfalt im Angebot da ist und nicht nur Fanta und Toastbrot auf den Tisch kommen.“ Je weniger Drill und Kontrolle die Mahlzeiten prägen, desto eher würde sich die Neugier entwickeln, Neues zu probieren.



Von strikten Verboten rät die Expertin ab. „Dadurch werden Lebensmittel auf ein Podest gehoben. Verzicht bewirkt das Gegenteil.“

Verzicht führt zu heimlichem Essen.

Oftmals würden Eltern auch aus Sorge um das „richtige“ Gewicht des Kindes rigide Ernährungsregeln aufstellen. „Verzicht führt zu heimlichem, schambesetztem Essen. Das kann so weit gehen, dass man fünf leere Nutellagläser im Kleiderschrank der Tochter findet“, teilt Katharina Fantl Erfahrungen von Eltern aus ihrem Coaching-Alltag. Unter dem Motto „Ihr Kind isst besser, als Sie denken“ können wir Kindern getrost Vertrauen in ihre Speisenauswahl schenken. Wichtig sei jedoch, hinderliche Gewohnheiten zu durchbrechen, z. B. das Frühstück ohne Hunger oder das Nebenbei-Essen vor dem Fernseher. Umso größere Bedeutung misst die Expertin festen Ritualen wie dem gemeinsamen Familienessen zu.

Wenn Hunger nicht das Problem ist, ist Essen nicht die Lösung.

Viel Achtsamkeit, Verständnis und Geduld seien vonnöten, wenn sich bereits ein emotionales Essverhalten manifestiert hat. Dann essen Kinder immer dann, wenn sie gestresst oder traurig sind, gelangweilt oder unter Druck. „Wenn Hunger nicht das Problem ist, ist Essen nicht die Lösung“, stellte die Mutter dreier Söhne fest. Dennoch sollte die Ernährungsfrage auf keinen Fall zum Machtkampf werden. „Helfen Sie Ihrem Kind im Umgang mit seinen negativen Gefühlen“, so der Appell der Ernährungskoachin. „Es geht darum, Verhaltensalternativen zum Essen zu finden, wenn das Kind bedrückt, ängstlich oder müde ist: Musik hören zum Beispiel, Tagebuch schreiben, Sport treiben oder einen Podcast anhören.“ Allen Familienmitgliedern tut es zudem gut, den Alltag mit möglichst viel positiver Bestärkung zu würzen – und einer großen Portion Vertrauen: in uns selbst und unsere Kinder.

„Emotionales Essen“ - Katharina Fantl referierte in der Reihe „Wertvolle Kinder“, nachzuhören in der Mediathek des Vorarlberger Kinderdorfs: vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

TIPP FÜR DEN ALLTAG



WAHLFREIHEIT AM FAMILIENTISCH - SEIEN SIE MUTIG!

Streit mit den Kindern beim Essen – viele Eltern machen diese Erfahrung. Oft führt die Sorge, dass sich das Kind zu einseitig ernährt, dass es zu wenig oder zu viel isst, zu Stress und Konflikten. Permanente Erklärungen, was gut und richtig ist, wirken jedoch kontraproduktiv. Ebenso wie Aufforderungen, den Teller leer zu essen, oder genau das zu essen, was auf den Tisch kommt. Wer diese Situationen kennt, könnte etwas Neues versuchen: Stellen Sie z. B. Hühnercurry, Reis, Gemüse, Salat und Süßes in separaten Schüsseln auf den Tisch und lassen Sie Ihre Sprösslinge selbst wählen, was sie in welcher Reihenfolge essen wollen. Dann greift Ihr Kind vielleicht zuerst zum Süßen, weil es nach dem Sport „schnelle Energie“ braucht. Die Angst, dass Ihr Sohn oder Ihre Tochter danach nichts mehr Gesundes isst, ist unbegründet. Und auch wenn: Kinder wählen intuitiv genau jene Lebensmittel, die sie im Moment brauchen und gut vertragen. Je gelassener, kreativer und vertrauensvoller wir die Frage der Ernährung familienintern behandeln, desto eher entwickeln Kinder ein gesundes Essverhalten fürs ganze Leben.

CHRISTINE KUMPITSCH-RADER

arbeitet als Haushalts- und Ernährungstrainerin beim Familiendienst des Vorarlberger Kinderdorfs.



TIPP FÜR DEN ALLTAG

DABEISEIN IST NICHT ALLES ODER: DER EINE COOLE HAKEN

Max kommt vom Fußballspiel heim. Das Spiel ist mit 3:0 für die andere Mannschaft entschieden worden. Max ist frustriert und wütend. Er schmeißt seine Tasche in eine Ecke und gibt dem Sessel im Eingangsbereich einen wütenden Tritt. „So ein verdammter Mist!“, ruft er und stampft lautstark die Treppe nach oben. Sein Vater geht ihm hinterher und versucht ihn zu trösten „Hey Max, ist doch egal – dabei sein ist alles!“ Doch das macht Max nur noch wütender.

Um „etwas zu schaffen“ gehört auch das „Scheitern“ dazu. Und das auszuhalten ist wichtig für die Persönlichkeitsentwicklung. Es schön zu reden oder zu ignorieren, vermittelt Max den Eindruck, dass nur Gewinnen gut ist und alles andere schlecht.

Der Vater startet nach ein paar Minuten einen neuen Versuch und sagt: „Heute haben die anderen gewonnen, sie haben besser gespielt. Ihr alle habt gekämpft, geschwitzt und ich habe gesehen, dass es dir auch Spaß gemacht hat. Das eine Mal, als du das Tor so knapp verfehlt hast, Mensch Max, das war ein richtig toller Schuss!“ Schnell kann Max einsteigen und es entwickelt sich ein Gespräch über diese knappe Chance, den einen coolen Haken und das Gefühl der Enttäuschung und Traurigkeit, trotz großer Anstrengung nicht gewonnen zu haben. Etwas schaffen zu können heißt, etwas zu versuchen, sich zu engagieren und nicht aufzugeben.

JÜRGEN SCHWENDINGER

ist Psychologe und leitet den Fachbereich „Kinderdorf Kronhalde“ des Vorarlberger Kinderdorfs.

MEHR BAUCH- GEFÜHL UND ABENTEUER STATT WATTEBAUSCH

Um Selbstwirksamkeit zu spüren, brauchen Kinder Zutrauen in ihre Fähigkeiten und die Chance, die Dinge selbst zu machen. Spiel- und Freiräume für Kinder schrumpfen jedoch zusehends.

Eine spannend besetzte Gesprächsrunde setzte sich auf Einladung von Netzwerk Familie im Krankenhaus Dornbirn mit der Frage auseinander, welche Erfahrungen Kinder brauchen, um zu mutigen Weltentdeckern zu werden. Mit am Podium war die Mountainbikerin Rebecca Marte. „Wir müssen wieder mehr aufs Bauchgefühl hören“, sagte sie und betonte, dass Kinder ein „irrsinnig gutes Gefühl dafür haben, was sie können und was sie nicht können. Es geht um liebevolle, einfühlsame Begleitung und darum, Kinder zu bestärken, dass sie etwas schaffen können.“ Die Psychologin Anne Künster bestätigte diese Aussage: „Kinder wissen, was sie brauchen. Eltern tendieren dazu, ihre Kinder zu sehr in Watte zu packen.“ Dabei könne nicht jeder Unfall verhindert werden, erklärte Mario Amann von „Sicheres Vorarlberg“. „Kleine Unfälle gehören zum Großwerden dazu“, so der Sicherheitsexperte.

**Kleine Unfälle gehören zum
Großwerden dazu.**

Der Kinder- und Jugendfacharzt Harald Geiger kritisierte, dass Kinder immer mehr an Fähigkeiten verlieren. „Wichtige Erfahrungen werden Kindern verwehrt. Beispielsweise verlernen Kinder das Treppenlaufen durch häufiges Liftfahren.“ Alle Podiumsgäste – darunter auch Kinder- und Jugendanwalt Christian Netzer – beklagten, dass Kinder in Vorarlberg heute deutlich weniger Bewegungserfahrungen als früher machen dürfen und Spiel- sowie Erfahrungsräume zusehends schrumpfen. Dabei seien Freiräume für Bewegung und Begegnung mit anderen Kindern essenziell für die Entwicklung zum selbstständigen, selbstbewussten Erwachsenen.

**Kinder verlernen essenzielle Fähigkeiten
wie zum Beispiel Treppensteigen.**

Das Podium war sich einig: Das Leben ist ein Risiko. Trauen wir unseren Kindern wieder mehr zu. Kinder sind dann am mutigsten, wenn sie sich geschützt fühlen. „Sie brauchen stabile Beziehungen zu verlässlichen Bezugspersonen, jedoch genauso altersgerechte Freiheiten“, bringt es Ariane Brugger vom Vorarlberger Kinderdorf auf den Punkt. „Wir alle sind in der Verantwortung, Kindern Erfahrungen des Selbermachens und der Freiheit zu ermöglichen.“

OFFENES KLETTERN FÜR ALLE AM KIDS BUIN

Neues erleben, einfach zuschauen oder es hoch hinauf wagen - der Kletterturm Kids Buin schafft Freiräume, um so zu sein, wie man ist. Profi-Begleitung fürs Klettern gibt's jeden Montag- und Donnerstag-Nachmittag.

Am Kletterturm Kids Buin in Wolfurt hat Spaß Vorrang, ohne Druck und Leistungsanspruch. Egal, ob Anfänger oder Könnlerin, nur zum Zuschauen oder doch zum Ausprobieren - das neue, kostenfreie Outdoor-Kletterangebot des Vorarlberger Kinderdorfs ist für alle da.

Gut gesichert das Abenteuer wagen

Jeden Montag und Donnerstag von 14 bis 16 Uhr wird ein betreutes Klettererlebnis geboten. Dann ist das Team des Kids Buin vor Ort und unterstützt alle Kinder, Jugendlichen, Familien und Interessierten beim Klettern. Ob es sich um den ersten Versuch handelt oder ob das Abenteuer schon öfters gewagt wurde, ist dabei einerlei. Zudem hat sich das Kids-Buin-Team für diesen Herbst einiges einfallen lassen und lädt zum Faschingsklettern in Verkleidung am 15. November und zum Adventsklettern inklusive Adventssäckchen am 13. Dezember. Gurte, Schuhe und Sicherheitsgeräte können kostenlos ausgeliehen werden. Bei starkem Regen sowie an Feiertagen bleibt der Kletterturm geschlossen.

Anmeldung erforderlich

Für Erwachsene und Privatpersonen, die selbstständig klettern und sichern können, ist der Eintritt zum Kletterturm online via Zeit-Slot-Registrierungsformular buchbar. Eine Anmeldung ist sowohl fürs individuelle Klettern ohne Begleitung als auch für die offenen Klettertage erforderlich:

kidsbuin@voki.at, T +43 676 9395152 oder direkt übers Online-Formular auf www.vorarlberger-kinderdorf.at oder www.wir-kinder-vorarlbergs.at

„DER ALLTAG IST ENTSCHEIDEND, NICHT DIE VIRTUELLE WELT“



Immer mehr Kinder hatten noch nie ein Bilderbuch in der Hand, wenn sie in den Kindergarten kommen. Stattdessen hängen schon die Kleinsten am digitalen Schnuller. Fehlende elterliche Aufmerksamkeit gepaart mit exzessivem Medienkonsum führt zu einem neuen Phänomen: dem Pseudoautismus.

„Es ist keine Seltenheit, dass sich unter Dreijährige bis zu acht Stunden am Tag mit dem Smartphone beschäftigen. Immer jüngere Kinder spielen mit Handy und Tablet“, skizziert die Kinderärztin Sonja Gobara eine gesellschaftliche Tendenz mit gravierenden Folgen für die kindliche Entwicklung. Denn Kinder, die täglich und stundenlang ohne Kontrolle mit digitalen Geräten verbringen, können laut der Leiterin des Autismuszentrums Sonnenschein in St. Pölten kaum mehr mit anderen kommunizieren.

Kinder stehen vor dem Aquarium und versuchen, die Fische mit den Fingern zu vergrößern.

Genau wie autistische Kinder hätten Kinder mit sogenanntem Pseudoautismus erhebliche Schwierigkeiten, sich auf etwas zu konzentrieren, den Blickkontakt zu halten oder die Gefühle anderer zu erkennen. Sie zeigen motorische Auffälligkeiten und tun sich schwer im emotional-sozialen Bereich sowie beim Spracherwerb. „Sprache erwirbt man in der Beziehung und sozialen Interaktion“, gibt die Expertin zu Bedenken: „Immer

mehr Kinder, die in den Kindergarten kommen, haben offensichtlich noch nie ein Bilderbuch angeschaut. Sie wischen mit dem Finger über die Seiten. Oder sie stehen vor dem Aquarium und versuchen, die Fische mit dem Finger größer und kleiner zu machen.“

Wenn ich beim Spaziergehen ins Handy statt ins Gesicht meines Babys schaue, kann das zu Bindungsstörungen führen.

Eine entscheidende Rolle spielt das elterliche Medienverhalten. „Wenn ich beim Spaziergehen oder Füttern ins Handy statt ins Gesicht meines Babys schaue, und ihm keine liebevolle Nähe gebe, kann das zu Bindungsstörungen führen.“

Die Kleinen reagieren mit Resignation und Frustration.“ Später schotten sich Kinder, die in ihrem Bedürfnis nach Aufmerksamkeit immer wieder enttäuscht werden, von der Außenwelt ab. „Sie beamen sich in Parallelwelten aus der Gemeinschaft heraus und vereinsamen.“

Unter Dreijährige sollten nicht mit digitalen Medien in Berührung kommen.

Der Appell der Autismus-Expertin ist so klar wie dringlich: Unter Dreijährige sollten nicht mit digitalen Medien in Berührung kommen, dafür umso mehr mit sozialem Gegenüber und Bilderbüchern. Außerdem fordert sie Workshops zur Sprach- und Medienkompetenz ebenso wie verstärkte Aufklärung.

Kinder wünschen sich Zeit und Nähe von den Eltern, eine Gute-Nacht-Geschichte, draußen sein, mit Freunden spielen, Rad fahren ...

Denn vielen Eltern sei nicht bewusst, welchen Schaden sie anrichten, wenn sie ihre Kinder vor dem Tablet abstellen. Dabei würden sich Kinder heute das Gleiche wie früher wünschen. „Der Alltag ist entscheidend, nicht die virtuelle Welt“, betont Sonja Gobara. „Wir lernen und entwickeln uns, in dem wir die Welt gemeinsam erleben und unsere Erfahrungen mit anderen teilen.“

„Wir erleben anders - Autismus und das Phänomen des Pseudoautismus“ - Vortrag von Sonja Gobara in der Reihe „Wertvolle Kinder“, nachzuhören in der Mediathek des Vorarlberger Kinderdorfs: www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

TIPP FÜR DEN ALLTAG



SCHAU, DA FLIEGT EIN SCHMETTERLING ...

Ein Baby stellt die Welt auf den Kopf und fordert – zumindest eine Zeitlang und oft lautstark – unsere ganze Aufmerksamkeit. Babys zeigen ihre Bedürfnisse auf vielfältige Weise – am deutlichsten, wenn sie schreien. Wenn das Baby schreit, ist eine schnelle und passende Reaktion wichtig. Diese adäquate Antwort auf die Signale des Babys wird Feinfühligkeit genannt. Hat das Baby Hunger? Will es in den Arm genommen werden? Zwicket etwas oder fühlt sich das Kind unwohl, weil es im Nassen liegt? Feinfühligkeit bedeutet: Ich verstehe, was du brauchst, und gebe die passende Antwort. Dadurch erlebt das Kind: Ich bin nicht allein! Wenn Ihr Baby viel schreit und Sie dadurch an Ihre Grenzen kommen, scheuen Sie nicht davor zurück, sich zum Beispiel bei Netzwerk Familie Hilfe zu holen.

Gut zu wissen ist, dass Sie Ihr Baby mit Zuwendung, Aufmerksamkeit, Körperkontakt und Liebe nicht verwöhnen können! Je mehr Ihr Kind davon bekommt, umso besser. Werfen Sie also starre Stillpläne und Vorstellungen vom Ausschreien-Lassen im separaten Kinderzimmer getrost über den Haufen – und das Handy in die Ecke. Denn dieses ist der größte Konkurrent des Babys im Buhlen um elterliche Aufmerksamkeit. Genießen Sie lieber die vielen Momente, in denen Bindung entsteht: beispielsweise durch den vorbeiflatternden Schmetterling, auf den Kind und Eltern gemeinsam begeistert reagieren.

MARLENE LIENHART

ist Pädagogin und Kinderkrankenpflegerin. Sie arbeitet im Fachbereich Netzwerk Familie des Vorarlberger Kinderdorfs.

Beratung & Hilfe für Familien mit kleinen Kindern:
T 05572 200 262,
info@netzwerk-familie.at
www.netzwerk-familie.at
www.vorarlberger-kinderdorf.at

WERTVOLLE KINDER: INSPIRATION HOCH SECHS



Themen, die unter den Nägeln brennen, aber auch solche, die gern unter den Tisch gekehrt werden, greift die aktuelle Reihe „Wertvolle Kinder“ des Vorarlberger Kinderdorfs auf. Sechs neue Vorträge liefern Stoff für Diskussion und hilfreiche Impulse für das Zusammenleben mit Kindern.

Obwohl sie als wertvollster Schatz, den eine Gesellschaft hat, unsere ganze Aufmerksamkeit verdienen, haben die Bedürfnisse und Anliegen von Kindern nur wenig öffentliche Aufmerksamkeit. Mit dem Format „Wertvolle Kinder“ will das Vorarlberger Kinderdorf einen Ort des Austausches und Wissenstransfers darüber schaffen, was Kinder für ein gutes Aufwachsen brauchen.

Keine Scheu vor Tabuthemen

„Wir sammeln und teilen Expertenwissen – und scheuen uns nicht, auch Schattenthemen ins Rampenlicht zu stellen“, sagt Jasmin Neumayer, die im Vorarlberger Kinderdorf mit der Organisation der etablierten Reihe betraut ist. Die Auswahl der Referierenden erfolgt auf Basis der Erfahrungen in der Arbeit mit oft traumatisierten Kindern im Vorarlberger Kinderdorf und der aktuellen Forschung. „Wir wollen Orientierung geben, Information und die Chance, versierte Wissenschaftler:innen live zu erleben und mit ihnen ins Gespräch zu kommen.“ Angesprochen sind (Groß-)Eltern, Erziehungsinteressierte ebenso wie Fachpersonen beispielsweise aus der Vorarlberger Elementarbetreuung und Bildungslandschaft.

Mediathek als Schatzkiste: Vorträge nachhören

In der Mediathek bietet das Vorarlberger Kinderdorf zudem die Möglichkeit, sämtliche Vorträge nachzuhören und

stellt damit eine Online-Schatzkiste mit wichtigen Inputs für alle, die mit Kindern zu tun haben, zur Verfügung. Auch die neue Ausgabe der Reihe „Wertvolle Kinder“ punktet mit einem bedarfsorientierten, praxisrelevanten Themenmix und sorgfältig ausgewählten Referent:innen.

Wertvolle Kinder: „Das Bildungsangebot schlechthin“

„Die qualitativ hochwertige Reihe ist wohl das Bildungsangebot schlechthin im Land, wenn es um die körperliche und seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen geht“, so Radio-Redakteur Georg Fabjan, der beim ORF für die Partnerschaft mit dem Vorarlberger Kinderdorf in Sachen „Wertvolle Kinder“ verantwortlich ist. „Die Vortragenden vermitteln auf angenehme, leicht verständliche Art und Weise Fachwissen und stehen dem Publikum danach für Fragen zur Verfügung. Dabei geben die Fachleute oft auch pädagogische Anregungen oder sogar handfeste Erziehungs-Tipps, beispielsweise wie man mit Kindern gut in Beziehung kommt.“

Schauen Sie vorbei!

Wer sich selbst überzeugen will, hat dazu bei den kommenden Vorträgen und in der Mediathek des Vorarlberger Kinderdorfs Gelegenheit. Wir freuen uns auf Sie!

Wir danken für die Kooperation:



Hotel Weisses Kreuz



WERTVOLLE KINDER 2024/25

- 06.11.24 Vorarlberger Kinderdorf**
Dr.ⁱⁿ med. Katharina Kruppa
How the light gets in – Bindung und Beziehung als Schutzfaktor
- 29.01.25 Russmedia Schwarzach**
Dr.ⁱⁿ Petra Arndt
Sozial-emotionale Entwicklung:
Sich selbst und den anderen entdecken
- 05.03.25 KIMI Lustenau**
Viktoria Parisot, MA
Kindliche Perspektiven auf Familien, Scheidung und Trennung
- 09.04.25 ORF Dornbirn**
Olaolu Fajembola
Gib mir mal die Hautfarbe – Kinder gegen Rassismus stärken
- 28.05.25 ORF Dornbirn**
Dr.ⁱⁿ Ruth Leodolter-Stangl
Leben mit FASD (Folgeerscheinungen aufgrund von Alkoholkonsum während der Schwangerschaft)
- 18.06.25 Vorarlberger Kinderdorf**
Dr.ⁱⁿ Antonia Dinzinger
Papa versteht mich! Die Rolle von Mentalisieren in der Elternschaft

Alle Vorträge der Reihe „Wertvolle Kinder“ des Vorarlberger Kinderdorfs sind kostenlos und beginnen um 20 Uhr.

Programm, Anmeldung & Infos:

T 05574-4992-5563, a.pfanner@voki.at,
www.vorarlberger-kinderdorf.at

ENTDECKEN SIE DIE VORTRAGSREIHE „WERTVOLLE KINDER“!

Alle Veranstaltungstermine gibt's auf: www.vorarlberger-kinderdorf.at

Die Vorträge stehen zur Nachlese und zum Nachhören in der Mediathek bereit: www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

**VORARLBERGER
KINDERDORF
MEDIATHEK**



„Mit der Reihe „Wertvolle Kinder“ rücken wir Themen in den Fokus, die sich Kindern und ihren Bedürfnissen widmen. Wir sammeln Wissen und teilen dieses mit der Bevölkerung. Das sehen wir auch als unsere Verantwortung, um Kindern eine Stimme zu geben und Familien zu unterstützen.“



**JASMIN NEUMAYER,
VORARLBERGER KINDERDORF**

„Mir geht's sicher wie vielen Eltern, die einen Vortrag der Reihe „Wertvolle Kinder“ hören. Bereits während des Vortrags



kann man sich manchmal in geschilderten Situationen wieder erkennen, man fühlt sich möglicherweise sogar „ertappt“, oft werden einem sinnvolle Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt und insofern die Augen geöffnet. Die Vorträge laden also in Sachen Familie zum Nachdenken, Diskutieren und Handeln ein. Das ist nicht nur für mich, sondern mit Sicherheit für viele Väter interessant!“

**GEORG FABJAN,
ORF VORARLBERG**

Foto: © Maurice Shourot/ORF



**Vorarlberger
Kinderdorf**

WAS WIR IHNEN ANS HERZ LEGEN

Das Vorarlberger Kinderdorf sucht besondere Menschen, die sich für Kinder einsetzen und ihnen vielleicht sogar ein neues Zuhause geben wollen.

Ehrenamt mit Kindern

Ohne private Unterstützung wird der Alltag für Eltern schnell zur Belastungsprobe. Beim Ehrenamt mit Kindern investieren Sie zwei, drei Stunden pro Woche, um Mut und neue Perspektiven in Familien zu bringen. Zwei, drei Stunden voller Kinderlachen und strahlender Augen, kleiner Abenteuer in der Natur oder großer Ohren beim Vorlesen. Während die Kinder ganz im Mittelpunkt stehen, können Eltern durchatmen oder wichtige Aufgaben erledigen. Professionell begleitet werden Familien und Freiwillige von einem erfahrenen Team. Ihr Lohn als Ehrenamtliche(r): bunte Erlebnisse, unvergessliche Erinnerungen und das gute Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun. Viele Beispiele finden Sie auf: www.vorarlberger-kinderdorf.at

Familienimpulse, Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz,
M +43 676 4992078, familienimpulse@voki.at

Ein Pflegekind aufnehmen

Wenn Kinder und Jugendliche nicht mehr bei ihren Eltern leben können, sind Menschen wichtig, die ihnen eine zweite Chance geben. Das Vorarlberger Kinderdorf durfte während der letzten Jahrzehnte viele Pflegefamilien in ihrer so herausfordernden wie bereichernden Aufgabe begleiten. Nun wurden die Möglichkeiten, ein Kind bei sich aufzunehmen, erweitert: Neben der Dauerpflege gibt es neue Modelle, als Pflegeeltern den Lebensweg eines Kindes positiv zu prägen. Alle Interessierten laden wir herzlich zu unseren Infoveranstaltungen ein! Über die aktuellen Termine und alle Pflegschaftsformen informieren wir gerne persönlich und auf unserer Homepage: www.vorarlberger-kinderdorf.at

Pflegekinderhilfe, Ringstraße 15, 6830 Rankweil,
T +43 5522 82253-7019, pflegekinderhilfe@voki.at

GENERALI
Ihre Lifetime Partnerin

Generali Vorarlberg
Kundenservice
T +43 5574 4941-0
office.vlbg.at@generali.com

www.generali.at

STEUERBERATUNG WIRTSCHAFTSPRÜFUNG

Herausforderungen sind Stufen,
auf denen wir in die Höhe steigen.

Dank und Anerkennung an das
Vorarlberger Kinderdorf, für ihre
Begleitung auf den ersten Stufen.

HLB VORARLBERG GMBH
Steuerberatung und Wirtschaftsprüfung
Gallmiststraße 13, 6800 Feldkirch
www.hlb-vorarlberg.com

**Um ein Kind
zu erziehen,
braucht es
ein ganzes Dorf.**
(Afrikanisches Sprichwort)

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

Römerstraße 32
A-6900 Bregenz

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

**BURTSCHER
HACKSPIEL &
PARTNER**

Offizieller Printpartner des Vorarlberger Kinderdorf

Fördere
mit uns die
Kreativität
von Kindern.

Patrick Walchensteiner
Der Printpartner
aus Vorarlberg
+43 5572 401 060
patrick@sachesieben.at
www.sachesieben.at

Jause:Pause
healthy is our lifestyle

**Die gesunde
Pausenverpflegung
für deine Kids**

office@jause-pause.at, +43 676 3583300
www.jause-pause.at

SPAR

**Hier bist du
der SPAR.**

Nutze die Möglichkeiten!

spar.at/karriere

**'WENN KINDER KLEIN SIND,
GIB IHNEN WURZELN.
WENN SIE GROSS SIND,
GIB IHNEN FLÜGEL'**

MARTE, MARTE ARCHITEKTEN

Gemeinsam schaffen
wir mehr als nur
Verbindungen.
Wir bauen eine
bessere Zukunft
für unsere Kinder.
VOLhighspeed ist
deshalb stolzer
Unterstützer des
Vorarlberger
Kinderdorfs!

**INTERNET AUS
VORARLBERG –
FÜR VORARLBERG!**

VOLhighspeed
Eine Marke von russmedia



**Vorarlberger
Kinderdorf**

vorarlberger-kinderdorf.at

WIR
**KINDER
VOR.**
ARLBERGS

wir-kinder-vorarlbergs.at

Vorarlberger Kinderdorf, Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz, T +43 5574 4992-0, willkommen@voki.at

Österreichische Post AG
SP 02Z030275 S
Vorarlberger Kinderdorf, Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz