



Vorarlberger
Kinderdorf

#PERSPEKTIVEN ²⁰²⁵

DAS JOURNAL

WAS UNS
STÄRKT UND
PRÄGT

VORARLBERGER:INNEN ERZÄHLEN

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:r
Perspektivengeber:in für Kinder
in Vorarlberg:
wir-kinder-vorarlbergs.at**

**Eine Initiative des
Vorarlberger Kinderdorfs**



**Vorarlberger
Kinderdorf**

FRECHHEIT SIEGT - ODER DIE KUNST, SICH „VÖGELEWOHL“ ZU FÜHLEN

Vielleicht erinnert Sie das frische, freche Kinderlachen vom Titelbild an Ihre eigene Kindheit. Es spiegelt Mut und Gelassenheit zugleich wider. In diesem Heft erzählen Persönlichkeiten quer durch die Vorarlberger Gesellschaft von Lehrpersonen, Großeltern, Eltern, Geschwistern und vielen anderen Menschen, die für sie Perspektivengeber:innen waren. Die Downhillerin, die Unternehmerin, der Handballprofi, der Arzt, die Radiomoderatorin oder der Musikschuldirektor – sie alle erinnern sich an ihre persönlichen Mutmacher:innen, denen sie einen zuversichtlichen Blick und eine Portion Frechheit verdanken, um sich etwas zuzutrauen und zu entdecken, wie cool sie sind. Die Erzählungen zeigen: Wenn wir mutig sind, entsteht das Gefühl, dass alles möglich ist und uns die Welt offensteht – dann fühlen wir uns „vögelewohl“.

Dafür braucht es Bezugspersonen, die an uns glauben und die uns mögen, wie wir sind, die unsere Talente erkennen und sie fördern. In dieser Verbundenheit entsteht Raum für Vorstellungskraft und Träume. Wir entwickeln Sicherheit, Orientierung, Selbstvertrauen – wesentliche Grundlagen für ein gutes und erfülltes Leben. Die Basis dafür wird in der Kindheit gelegt. Wenn wir an unser eigenes Aufwachsen zurückdenken, wissen wir sehr genau, was Kinder brauchen. Kindheitserinnerungen machen unsere Verbundenheit als Menschen für uns zugänglich. Denn neben den vielen Unterschieden ist es die Erinnerung an unsere Kindheit, die uns alle miteinander verbindet. Das schafft Zuversicht für eine menschliche Zukunft, die wir mit nach morgen nehmen!



Alexandra Wucher

Alexandra Wucher
Geschäftsführerin

Simon Burtscher-Mathis

Simon Burtscher-Mathis
Geschäftsführer

IMPRESSUM

Medieninhaber & 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

Produktion

sachesieben GmbH, Dornbirn

WIR

KINDER

WAS UNS STÄRKT
UND PRÄGT

ARLBERGS

Wie werden wir, wer wir sind? Was macht uns selbstbewusst und entscheidungsfreudig? Darüber können wir alle mehr als nur ein Wörtchen mitreden. Denn wir alle waren selbst einmal Kind.

In unserer Initiative **Wir KINDER VORarlbergs!** wollen wir es genauer wissen. Über 160 Vorarlberger Persönlichkeiten erzählen über ihr Großwerden und wer ihnen damals Mut machte. Zum Beispiel taucht Rebecca Marte mit uns ein in ihre Kindheit, in der eine Volksschullehrerin eine richtungsweisende Rolle spielte: „Auf einmal war da jemand, dem ich nicht nur auf die Nerven ging“, erzählt die Downhillerin. „Sie spürte, wo sie bei mir ansetzen konnte und erkannte, welche Fähigkeiten in mir stecken.“ Für die Psychologin Theresa Sommer, der wir unser cooles Coverbild verdanken, war ihr Großvater eine prägende Resilienz-Figur: „Mein Opa hat immer schon etwas Besonderes in mir gesehen, mein Wesen erkannt und mich bedingungslos gestärkt.“ Im emotionalen Chaos seiner Kindheit hätte sich der Coach & ehemalige Lehrer Bernhard Dünser genau so jemanden gewünscht – „ein richtiges Vorbild, das mich sieht und akzeptiert, wie ich bin, mir aber auch klar sagt: Mach was draus!“ Dass das alles nichts mit Blutverwandschaft zu tun haben muss, zeigt uns die Geschichte von Carmen Simma. „Ich bin so stolz, so tolle Eltern bekommen zu haben“, sagt sie voller Liebe über ihre wichtigsten Mutmacher:innen. Das Besondere an ihren (Pflege)Eltern: „Egal, welche Gefühle in mir brodelten, sie waren für mich da, haben nicht bewertet oder verurteilt, sondern mich ausgehalten und angenommen – und mir damit so geholfen.“

„Wir KINDER VORarlbergs!“ inspiriert uns alle, zur:m Perspektivengeber:in für Kinder zu werden – in der eigenen Familie, der Nachbarschaft, in der Schule, im Sportverein oder an einem anderen Ort: Indem wir Kinder ernst nehmen, sie in ihren Träumen bestärken und sie dazu ermutigen, ihren eigenen Weg zu gehen.



- 06 | **Stefan Grabher**
„Ich musste nie everybody's darling sein“
- 07 | **Theresa Sommer**
Ein Opa und eine „Dorfleiterin“
- 08 | **Rebecca Marte**
„Auf einmal war da jemand, dem ich nicht nur auf die Nerven ging“
- 09 | **Tobias Grabher**
Freiheitsdrang und Fängi unter Wasser
- 10 | **Carmen Simma**
Plötzlich Familie oder eine zweite Chance und volle Liebe
- 11 | **Bernhard Dünser**
„Ich kann was, ich bin was“
- 12 | **Luca Martina Huber**
Wenn du realisierst, wie cool du bist
- 13 | **Bettina Steindl**
„Ich bekam das Gefühl: Alles ist möglich“
- 14 | **Dominic Ackerer**
Humorvoller Kämpfer
- 15 | **Tobias March**
Späße und viele Freund:innen
- 16 | **Julia König**
Voller Wärme und auf Augenhöhe
- 17 | **Tobias Albrecht**
Ein folgsam Widerständiger
- 18 | **Lukas Herburger**
Miteinander ist nichts unmöglich
- Linda Marte**
Als ob es ein Morgen gäbe
- 19 | **Pierce Lange**
Vom Fußballfeld ins TV-Studio
- 20 | **Anton Meusburger**
Ein Beobachter, ein Musiker, ein Zuhörer



„ICH MUSSTE NIE **EVERYBODY'S DARLING** SEIN“

Er weiß, wie sich Tiefschläge anfühlen – aber auch, was es heißt, trotzdem geliebt zu werden. Für den Unternehmer Stefan Grabher sind gerade die Enttäuschungen in seiner Kindheit und Jugend wertvoll.

Stefan Grabher wuchs in einer bürgerlichen Familie zuerst in Dornbirn und dann in Schwarzach auf. Diesen Umzug bezeichnet er als persönliche Migrationsgeschichte. „In Dornbirn stand ich in der Klasse im Mittelpunkt, in Schwarzach war ich eine Randfigur.“ Über eineinhalb Jahre habe es gedauert, bis er Anschluss fand, erinnert sich der heute 60-Jährige. Die „echten Probleme“ hätten dann mit dem Eintritt ins Gymnasium begonnen. „Ich war ein extrem schlechter Schüler und hätte eigentlich in die Hauptschule gehört. Aber man war der Meinung, dass mir mit der Matura die Welt offenstehe. Eine gute Idee war das nicht“, meint der Dornbirner rückblickend. Schwänzen, vorgetäuschte Krankheiten und verbockte Prüfungen prägten die ersten Jahre in der Unterstufe. Schließlich landete er im Poly, wo er auf einen richtungsweisenden Perspektivengeber traf. „Ich hatte Glück und einen außergewöhnlich guten Lehrer namens Hermann Thüringer. Plötzlich war ich ein super Schüler, was mein Selbstbewusstsein förderte.“

Auch die dann gestartete Lehre im Lebensmittelhandel brachte für ihn Herausforderungen mit sich. „Ich habe gelernt zu arbeiten, auch körperlich.“ Besonders im Gedächtnis haften blieb ihm eine Episode: „Immer gerade dann, wenn ich Kartoffeln vor den Laden fahren musste, sind ehemalige Gymi-Kollegen mit dem Bus vorbeigefahren. Zwei Monate lang habe ich versucht, die Kartoffeln erst dann rauszufahren, wenn der Bus weg war. Das war ziemlich mühsam, bis ich mir sagte: Du musst zu den Sachen stehen, die du machst, und es gibt keinen Grund, sich dafür zu schämen zu arbeiten, auch wenn diese Arbeit Kartoffelsäcke vorfahren ist.“ Nach einem Jahr wechselte er in das Herrenmodengeschäft Garzon. „Ein Glück, weil ich hier den Zugang zur Textilbranche fand.“

Gerade die schwierigen Etappen in seiner Biografie möchte der erfolgreiche Unternehmer, der seit seinem 18. Lebensjahr selbstständig ist und sich nachhaltigem Wirtschaften verschrieben hat, nicht missen. „Das Scheitern förderte meine Entwicklung. Und auch, dass ich nicht angepasst war an das, was die Mehrheit sagte und meinte. Ich musste nie everybody's darling sein und war für meine Eltern, vor allem für meine Mutter, trotz allem immer ein Superstar. Ich war mir der Liebe meiner Familie gewiss.“ Die wichtigste Bezugsperson in seiner Kindheit sei jedoch sein Großvater gewesen. „Mein Opa war mein erster Freund – wie in diesem kitschigen STS-Lied. Er war ein belesener, kluger Mann, der viel Zeit mit mir verbrachte und mich in Richtung Liberalität, Toleranz und Offenheit prägte.“ Genau solche Menschen an ihrer Seite wünscht der zweifache Vater allen Kindern: „Das gibt Kraft, um auch Tiefschläge bewältigen zu können.“

Buch-Tipp – „Kindheit(en) in Vorarlberg“, Hsg. Vorarlberger Kinderdorf

38 (prominente) Vorarlberger:innen erzählen über ihre Kindheit, u. a. Stefan Grabher: „Für meine Mutter war ich immer ein Superstar“



EIN OPA UND EINE „DORFLEITERIN“

Theresa Sommer hatte einen ungewöhnlichen Traum-beruf als Kind: Sie wollte Kinderdorfmama werden. Heute arbeitet sie tatsächlich im Vorarlberger Kinderdorf. Dazwischen ist viel passiert.

Therasas Kindheit wurde geprägt von ihrem Opa. Das begann schon mit ihrer Namensgebung: Die übernahm nämlich er, als sich ihre Eltern nicht entscheiden konnten. Er war Stoffdesigner und hatte deshalb ein besonderes Faible für schöne Farben und Materialien. Theresa ließ er an dieser Leidenschaft teilhaben. Er nahm sie sogar mit auf Ausstellungen. „Opa hat immer schon etwas Besonderes in mir gesehen, mich in meinem Wesen erkannt und mich bedingungslos gestärkt“, erzählt die 34-Jährige. Ihre Schwestern und sie durften bei ihm Gurkenscheiben mit Nutella probieren, Raupen beobachten, wie sie zu Schmetterlingen wurden oder im Winter seine Iglus testen. Da ist es auch kein Wunder, dass das „Lieblingsplätzle“ der kleinen Theresa am Thüringerberg bei ihren Großeltern war.

Es gab aber noch eine zweite Perspektivengeberin im Leben der Psychologin und angehenden Psychotherapeutin. Das war Verena Dörler, die ehemalige Leiterin des Kinderdorfs Kronhalde. Auch in ihr traf Theresa auf einen Menschen, der sie bestärkte und ermutigte, alles schaffen zu können, wenn sie es nur will. „Verenas Art mit Menschen umzugehen und ihr großes Herz für Kinder und Jugendliche haben mich von Anfang an sehr berührt“, erinnert sie sich zwölf Jahre zurück. Ursprünglich wollte Theresa mit ihrem Tanzverein Geld ans Kinderdorf spenden, absolvierte dann aber gleich ein Praktikum im Kinderdorf Kronhalde, stieg als Sozialpädagogin fix ein und studierte später Psychologie. Heute ist sie selbst stellvertretende Leiterin des Kinderdorfs Kronhalde und tritt somit in Verenas Fußstapfen. „Durch Verena habe ich eine zweite Heimat gefunden: das Vorarlberger Kinderdorf.“



„AUF EINMAL WAR DA JEMAND, DEM ICH NICHT NUR AUF DIE NERVEN GING“

„Pssst, sei mal ruhig“ – solche Sätze klingen ihr in den Ohren, wenn Rebecca Marte an ihre Kindheit denkt. Lebendig und laut sei sie gewesen, ein Energiebündel, das mit ihrer Art oft an Grenzen stieß. Heute ist die Downhillerin besonders einer Person dafür dankbar, dass ihre Schul- und Sportkarriere dennoch Fahrt aufnahm.

„Frau Fessler war die x-te Lehrerin an unserer Volksschule. Wir hatten damals einen sehr häufigen Lehrerwechsel und jede neue Lehrperson war überfordert mit mir und meiner Energie“, erinnert sich Rebecca, die in Viktorsberg aufwuchs. „Frau Fessler kam und sah mein sportliches Potenzial. Sie ließ mich rennen, wenn meine Konzentration zu Ende ging.“ Außerdem habe ihre Perspektivengeberin Nummer eins mit ihr „fest auf die Sporthauptschule trainiert“. Und siehe da: Rebecca wurde aufmerksamer und fokussierter. Die 36-Jährige ist überzeugt, dass das vor allem mit ihrer damaligen Lehrerin zusammenhing, die ihr mit Verständnis und Empathie begegnete. „Auf einmal war da jemand, dem ich nicht nur auf die Nerven ging. Sie spürte, wo sie bei mir ansetzen konnte und er-

kannte, welche Fähigkeiten in mir steckten.“ Genau solche Menschen wünscht sich die Oberländerin für alle Kleinen, die gerade am Großwerden sind. „Kinder sollten Kind sein dürfen und Menschen um sich haben, die ihr Potenzial wahrnehmen.“

Aus eigener Erfahrung weiß sie zudem, wie einschneidend und verletzend Worte sein können. „Ich rate Eltern, dass sie sich das mehr bewusst machen und sehr genau darauf achten, was sie zu ihrem Kind sagen.“ Statt sie zu bewerten und zu maßregeln, sollten sie Kindern das Gefühl geben, wunderbar zu sein, so wie sie sind, meint die 36-Jährige. „Dann werden Kinder selbstbewusst – und können herausfinden, wer sie eigentlich sein wollen.“

Außerdem plädiert sie dafür, Kindern möglichst viel zuzutrauen – und setzt das auch beruflich als Mountainbike-Guide um. Mit „Rible Rides“ hat sich die gelernte Krankenpflegerin einen lang gehegten Traum erfüllt und ihr Hobby zum Beruf gemacht. Begeisterten Kindern und Downhill-Fans zeigt sie auf ihre unvergleichlich mitrei-

bende Art, wie man sich auf den Trails in den heimischen Bikeparks verhält. Rebecca besticht durch herzliche Authentizität und ist felsenfest der Meinung: „Ohne Perspektiven entsteht kein Gleichgewicht – Kinder brauchen ein Bild von dem, was möglich ist, und Menschen, die an sie glauben. Dann können sie alles schaffen.“





FREIHEITSDRANG UND FÄNGI UNTER WASSER

Er brillierte beim Stegfängi und entdeckte schon mit sieben seine Begeisterung für den Wasserballsport. Der Allgemeinmediziner Tobias Grabher war als Kind neugierig und: vor allem eine unglaubliche Wasser- ratte. Für die Initiative „Wir KINDER VORarlbergs!“ taucht „Dr. Wasserball“ ein in das tiefe Blau und wilde Grün seiner Kindheit.

Er träumte davon, Meeresbiologe zu werden, und für seine Tauchkünste beim Stegfängi im Strandbad und im Mili war er berüchtigt. Unzählige Baderlebnisse am Bodensee gaben seiner Kindheit einen blau-grünen Anstrich. Bald zog ihn auch der Wasserballsport in seinen Bann – eine Leidenschaft, die sein Trainer beim Verein Pelikan Bregenz in ihm entfachte und die ihn bis heute nicht losgelassen hat. „Jogy ist mein Perspektivengeber. Er hat mir den Weg geebnet aus der kleinen Wasserball-Welt Vorarlbergs in den großen internationalen Kosmos des Wasserballs.“

Aber nicht nur im Wasser war Tobias in seinem Element. In seiner Heimatgemeinde Hard fand er direkt vor der Haustüre Freiräume, um seine Neugierde auszuleben. „Wir wohnten neben dem Wald. Ich war viel dort in meiner Freizeit und durfte das auch. Meinen Eltern musste ich sagen, wo ich bin und wann ich spätestens wieder nach Hause komme. Das war's.“ Ob er sich als Bub etwas traute, hing vom Setting ab. „Ich war mutig, wenn's drum ging, irgendwo hoch hinaufzuklettern oder runter-

zuspringen – was des Öfteren auch zu Armbrüchen führte. Einkaufen habe ich mich aber nur getraut, wenn meine kleine Schwester mit dabei war.“ Als Glück bezeichnet er im Rückblick die Tatsache, dass seine Eltern beide Lehrer waren. „Sie hatten Ferien, wenn ich es hatte, und konnten mich, als ich noch klein war, in meinem Freiheitsdrang begleiten.“ Der 34-Jährige ist inzwischen selbst Vater und „ein großer Fan der Ganztageschule, in der Kinder gemeinsam die Freizeit verbringen und dort optimalerweise auch Sport- und Musikvereine finden“.

Seine Berufswahl verdankt er unter anderem guten Biolehrern am BG Gallus. „Sie weckten in mir den Wunsch, die Aufnahmeprüfung fürs Medizinstudium in Innsbruck zumindest zu versuchen.“ Heute leitet der Harder ein Primärversorgungszentrum in Bregenz und engagiert sich als Betriebs- und Notarzt.

„Wir müssen endlich beginnen, der Klimakrise entgegenzuwirken“, fordert er mit Blick auf die Zukunft der nachfolgenden Generation und outet sich als deklarierter Fan der Organisation „Sea Shepherd“, die für den Schutz der marinen Ökosysteme kämpft. Angeht es ihn darüber hinaus eine bestimmte Farbe. Rad, Stetoskop, Schuhe, T-Shirt und last, but not least die Badehose leuchten in Orange und signalisieren Optimismus und Abenteuerlust. Sein Rat an sein Kinder-Selbst: „Mach es genau so, folge deiner Neugier!“



PLÖTZLICH FAMILIE ODER EINE **ZWEITE CHANCE UND VOLLE LIEBE**

Carmens Geschichte vom Erwachsenwerden ist ungewöhnlich: Mit fünf Jahren kam sie mit ihren beiden leiblichen Geschwistern in eine Pflegefamilie. Dort hat sie eine „unbeschreibliche Wärme“ empfangen, die es ihr ermöglichte, sich zu entfalten und zu der selbstbewussten Person zu werden, die sie heute ist.

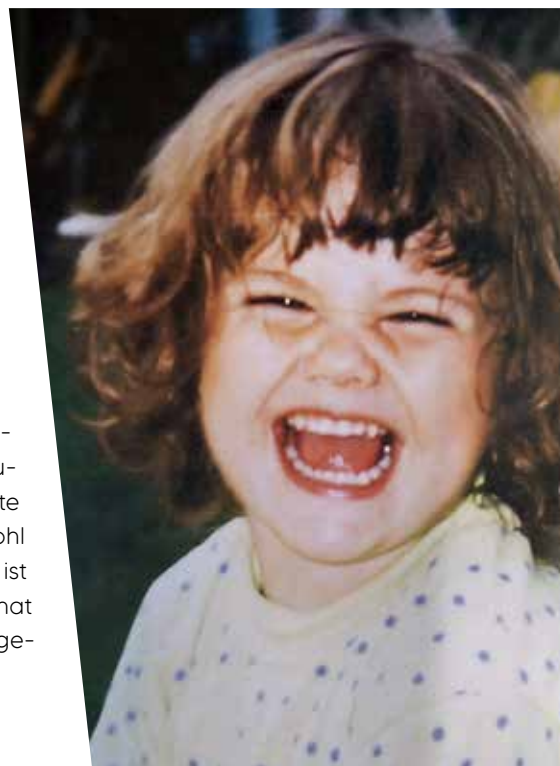
Unzählige Fragen, viele Tränen und eine ordentliche Portion Wut tauchen auf, wenn sich die 25-Jährige an ihre Kindheit zurück-erinnert. Aber da war nicht nur Negatives. Denn Carmen hat eine zweite Chance, eine zweite Familie bekommen. „Ich bin so stolz, so tolle Eltern bekommen zu haben“, sagt sie heute voller Liebe für ihre (Pflege)Mama und ihren Pflegevater (Däti). Das Besondere an diesen beiden Menschen: Egal, welche Gefühle in Carmen brodelten, was sie nach den Besuchskontakten bei ihren leiblichen Eltern erzählt oder in ihrer Wut kaputt gemacht hat, sie wurde von ihnen akzeptiert. Nicht bewertet oder verurteilt, sondern einfach nur angenommen und ausgehalten. „Mama und Däti haben mir immer zugehört, sie haben mich reden lassen, ihre Meinung dazu nicht gesagt. Sie waren einfach nur da – das hat mir so geholfen.“

Die bedingungslose Liebe ihrer Pflegeeltern hat die Bürokauffrau auch durch die Zeit getragen, als sie sich entschied, deren Nachnamen anzunehmen und den Kontakt zu ihren leiblichen Eltern abzubrechen: „Sie haben nur gesagt: ‚Das ist okay Carmen. Es ist deine Entscheidung. Wenn du möchtest, kannst du jederzeit wieder Kontakt aufnehmen.‘“ Generell wurde sie von Mama und Däti in jeder Entscheidung unterstützt – egal, ob falsch oder richtig. Und selbst wenn sich eine Abzweigung später als Sackgasse entpuppte, konnte sich Carmen immer sicher sein, Menschen an der Seite zu haben, die mit ihr Lösungen fanden.

„Als vor fünf Jahren mein Däti gestorben ist, ist für uns eine Welt zusammengebrochen. Aber meine Mama und ich sind dadurch noch enger zusammengewachsen“, erzählt uns die Wartherin. „Sie ist der unglaublichste Mensch auf der Welt – so stark, selbstbewusst und voller Liebe.“ Obwohl keinerlei Blutsverwandtschaft zwischen ihnen besteht, ist ganz klar: Sie ist Carmens Mama. Nach Carmen und ihren beiden leiblichen Schwestern hat die Familie noch einen kleinen Jungen und ein Mädchen bei sich aufge-

nommen. Und auch die Beiden wurden mit offenen Armen und großer Wärme empfangen. „Wir sind alle zu zwei wildfremden Menschen gekommen und zu einer Familie geworden“, berichtet die starke junge Frau von diesem kleinen Wunder.

Und genau das wünscht sie sich für alle Kinder: Dass sie einen sicheren Platz haben und ganz viele Menschen, die sie von Herzen lieben und ihnen den Rücken stärken. Ganz egal, in welchem (Verwandtschafts-)Verhältnis sie zueinanderstehen.





Trauer, sexueller Missbrauch in kirchlichen Kreisen, Suizid – das sind Erlebnisse und Gedanken, mit denen ein Kind nicht alleine sein sollte. Und doch war es bei Bernhard so. „Ich hätte einen Menschen gebraucht, mit dem ich das, was mir durch den Kopf ging, besprechen hätte können“, sagt der systemische (Männer-)Coach und ehemalige Lehrer. „Auch die Homosexualität, die für mich schon ganz früh klar war, durfte nicht sein. Das hat sich angefühlt wie Achterbahn fahren.“ Gerade weil es keine Bezugsperson in diesem emotionalen Chaos gab, er sich aber so dringend eine gewünscht hätte, ist es dem Hittisauer heute wichtig, Kindern ein offenes Ohr zu schenken. Ihnen einen Raum zu geben, in dem sie einfach so sein können, wie sie sind, und in dem ihre Träume eine Berechtigung haben. Aufgewachsen auf einem Bauernhof mit drei Geschwistern war für ihn dieser Ort die Natur – vor allem das Plätzchen unterm Apfelbaum.

Neben der Zeit draußen mit seinen Hasen und Schafen gab es noch etwas, das Bernhard gutgetan hat: die Mitarbeit in der Gärtnerei von Thomas Wohlgenannt. „Zwischen den Blumen bei der körperlichen Arbeit war ich einfach ich“, erinnert sich der 46-jährige gebürtige Dornbirner. In diesen Stunden hatte er eine Perspektive. Thomas vermittelte ihm etwas Essenzielles: „Ich kann was, ich bin was. Da ist endlich jemand, der mich so nimmt, wie ich bin.“ Nicht verwunderlich also, dass Bernhard mehrere Jahre lang in der Gärtnerei mithalf.

Wenn Bernhard Dünsen an seine Kindheit zurückdenkt, waren da oft schwere Themen in seinem Herzen. Richtige Vorbilder fehlten ihm lange. Und doch gab es zwei Perspektivengeber in seinem Leben, die ihn akzeptierten, wie er war – und damit den Unterschied machten.

Außerdem gab es da noch eine zweite Person, die ihn wegweisend prägte: Eduard Gasser, sein Berufsschullehrer, war ein Gegenüber, mit dem Bernhard endlich diskutieren konnte – über alles. Die Frage des Pädagogen „Ist dir eigentlich klar, wofür du da bist?“ beschäftigt den psychosozialen Berater seither immer wieder. Sie erinnert ihn stets daran, sich mit all seinen Erlebnissen und Erfahrungen im Hier und Jetzt zu verorten. Kindern wünscht er deshalb eines ganz besonders: Dass sie „einfach da sein dürfen“ –

mit so wenig Ablenkung wie möglich. Und dass sie Vorbilder haben, die sie annehmen, ihnen aber auch klar sagen: „Mach was draus!“

Denn für ihn war das die Basis, um sich selbst – auch als Mann – zu finden, um zu tun, zu scheitern und daran zu wachsen. Sein Verständnis vom „Mann sein“ ist nicht von heute auf morgen entstanden. „Über die Jahre habe ich mich mit veralteten Rollenbildern und den Konflikten, die sie in mir ausgelöst haben, auseinandergesetzt. Ich habe viel gelesen und mich weitergebildet. Der Mann, der ich heute bin, hat sich aus dem Probieren im gelebten Alltag entwickelt“, sagt der Coach und Supervisor, den seine Kindheit so geprägt hat, dass er sich erst im Erwachsenenalter für ein Coming-out entschied. Heute unterstützt er in seiner Arbeit vor allem Männer auf ihren individuellen Wegen und agiert in vielerlei Hinsicht selbst als Role Model.

WENN DU REALISIERST, WIE COOL DU BIST



Die Zeichentrick-Agentin Kim Possible bezeichnet Luca Martina Huber als ihr Kindheits-Idol. Diese Faszination für selbstbestimmte Superheldinnen ist ihr bis heute geblieben. Mittlerweile setzt sie sich mit ihrem Podcast „Sunsch no was“ für die Sichtbarkeit von diversen Lebensentwürfen ein.

Die Kindheit der Lochauerin war geprägt von einem „ständigen Hin und Her“, wie sie es nennt. Ihre Eltern trennten sich früh. Für Luca und ihre Schwester hieß das: Jeden Mittwoch und jedes zweite Wochenende Spielsachen und Kleidung einpacken, auspacken, im neuen Haushalt ankommen. In diesem Wirrwarr der Orte und Emotionen gab es für die heute 25-Jährige eine Konstante, nämlich ihre jüngere Schwester Joëlle. „Wenn sich alles um uns herum verändert hat, waren wir unser Anker“, sagt Luca im Rückblick. Aber Joëlle war für Luca nicht nur ein Anker, sondern auch ihre Perspektivengeberin Nummer eins: „In meiner Schulzeit wurde ich gemobbt. Da ist sie für mich hin- und eingestanden, als ich es nicht konnte. Sie hat mir Mut gemacht, so zu sein, wie ich bin und mich so zu mögen, wie ich bin.“ Außerdem hatte sie auf ihrem Weg viele weitere Menschen, die sie geprägt haben: ihre Eltern, deren Lebenspartner:innen, ihren Bruder, ihren Lebenspartner, ihre besten Freundinnen, ihre Mentorin, einzelne Arbeitskollegen, viele Hörer:innen und Gäst:innen ihres Podcasts. „Was mich wirklich gestärkt hat, war der Austausch mit vielen verschiedenen Menschen. Dadurch konnte ich unsere gesellschaftlichen Strukturen besser verstehen. Das hat mir unglaublich viel Selbstbewusstsein gegeben,“ erklärt Luca.



Schon während ihrer InterMedia-Studienzeit an der Fachhochschule Vorarlberg hat Luca einen der ersten Podcasts im Ländle gestartet: Sunsch no was. Dort lädt sie seither Gäst:innen zu sich ins Studio ein und spricht mit ihnen über Empowerment, Gender-Gleichberechtigung und ähnliche Themen, die ihr am Herzen liegen. Mit dieser Plattform ist sie ihrem Kindheitsmotto treu geblieben: Gerechtigkeit steht an erster Stelle. Heute bezeichnet sie Menschen als Vorbilder, die „eine in ihren Augen sinnerfüllende Tätigkeit gefunden haben und damit etwas bewegen“.

Wenn sie zurück auf die kleine Luca Martina schaut, würde sie ihr heute gerne sagen: „Irgendwann kommt der Punkt, an dem du realisierst, wie cool du bist und dass du DU sein darfst.“ Das gilt ihrer Meinung nach auch für alle anderen Kinder auf dieser Welt: Sie wünscht sich, dass jedes von ihnen Perspektiven und Entfaltungsmöglichkeiten hat, um ein selbstbestimmtes Leben führen zu können.

„ICH BEKAM DAS GEFÜHL: **ALLES IST MÖGLICH**“

Unendlich groß waren ihr Redebedürfnis, ihr Wissensdurst und das Vertrauen, das ihre Familie in sie setzte. „CampusVäre“-Kuratorin Bettina Steindl wollte schon als Kind das werden, was sie heute ist.

„Wir sind das Trampolin, die Sprunghilfe. Wir selbst kreieren nicht die Innovation, wir sind vor allem der Raum, der Innovation ermöglicht“, sagt Bettina Steindl über das Kreativinstitut „CampusVäre“. Für die Netzwerkerin war die eigene Kindheit ein solches Trampolin, das sie beflügelte, sich mit ihren Vorstellungen und Ideen zu verwirklichen. „Mein Traum-beruf war wohl immer, was ich geworden bin: Kreativwirtschaftsex-pertin“, so die 45-jährige studierte Betriebswirtschaftlerin, die u. a. das designforum Wien leitete, Ausstellungen national und international kuratierte und an verschiedenen Unis und Fachhochschulen lehrt. Heute ist die gebürtige Tirolerin Geschäftsführerin des Innovationskonzerns „CampusVäre“ und pendelt zwischen Dornbirn und Schwarzenberg.

Perspektiven habe sie immer bekommen und deshalb verinnerlichen können – allen voran von ihren Eltern und Großeltern. Besonders ein prägender Satz blieb ihr hängen. „Mein Opa sagte zu mir: Lerne gut. Schönheit vergeht. Aber das, was du gelernt hast, und das Wissen, das du dir angeeignet hast, wird immer bleiben.“ Auch von ihren Eltern fühlte sie sich stets bestärkt und ermutigt. „Ich hab’ als sehr kleines Mädchen zu meinem Vater gesagt: Ich möchte später einen Ferrari fahren. Und er hat mich – obwohl völlig absurd – total ernst genommen und geantwortet: ‚Oh, ein sehr schönes Auto. Unbedingt in der Farbe Rot, das ist die wahre Klasse an dem Wagen. Du wirst große Freude damit haben.‘ Ich bekam das Gefühl: Alles ist möglich. Ich muss mich nur ganz fest anstrengen.“

Gelassenheit, Geborgenheit, aber auch viel Lustig-Leichtes bekam sie von den starken Frauen in ihrer Familie vermittelt. „Sie waren als Kind meine Vorbilder – und sind es nach wie vor“, sagt Bettina Steindl, die nicht umsonst für ihren Positivismus, ihre Ausdauer und ihre Überzeugungskraft bekannt ist. Den Kindern heute wünscht sie viel mehr Ruhe, um sich auf sich selbst, ihre Fantasie und ihre Vorstellungen besinnen zu können – und will ihnen sagen: „Alles ist möglich, versuch es, tu es!“



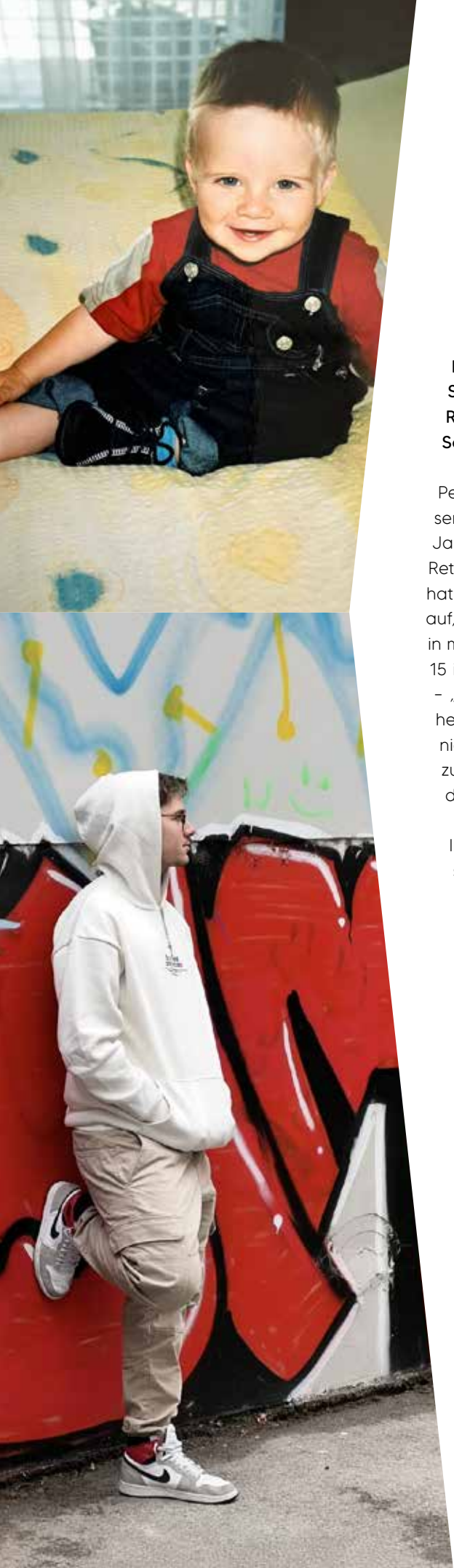
HUMORVOLLER KÄMPFER

Es war vor allem die Trennung der Eltern, die ihn zutiefst verunsicherte. Schulverweigerung und sozialer Rückzug waren als Teenager seine Reaktion auf diesen Bruch. Trotzdem fand Dominic Ackerer den inneren Schlüssel dafür, wie er tickt.

Perspektiven flattern nicht einfach so aus den Wolken daher. Diese essenzielle Erfahrung machte Dominic als Jugendlicher, nachdem er ein Jahr lang den Schulbesuch boykottiert hatte. Als Grund nennt er in der Retrospektive die Scheidung seiner Eltern, mit der er schwer zu kämpfen hatte. „Ich zog mich völlig zurück, gab mein geliebtes Hobby Handball auf, distanzierte mich von meinen Freunden und verbarrikadierte mich in meinem Zimmer“, erzählt der heute 24-Jährige. Schließlich kam er mit 15 in die Tagesbetreuung der Paedakoop des Vorarlberger Kinderdorfs – „eine enorme Umstellung im Vergleich zum normalen Leben“, wie er heute sagt. Aber Dominic wäre nicht Dominic, wenn diese Erfahrung nicht auch seinen Kampfgeist angestachelt hätte. „Ich fand mich rasch zurecht und konnte mich mit der neuen Situation arrangieren – vor allem dank herzlicher Betreuungspersonen.“

Im Speziellen hebt er einen Lehrer hervor, durch dessen Unterstützung er sich nach oben hanteln konnte. „Stephan Nuderscher ist mein Perspektivengeber Nummer eins“, steht für ihn fest. „Ich bin ihm sehr dankbar für seine intensive Rückenstärkung gerade in meiner schwierigen Anfangszeit. Er hat großen Anteil daran, was ich bis heute erreicht habe.“ Und das ist eine ganze Menge. Der gelernte Betriebslogistiker, der als Kind davon träumte, Koch zu werden, klettert heute als Projektmanager die Karriereleiter empor. Richtungsweisende Mutmacher fand er auch bei der Berufswahl und Lehrausbildung: „Nachdem ich kurz als Vermessungstechniker gearbeitet hatte – ein Job, der überhaupt nicht zu mir passte –, bewarb ich mich als Bürokaufmann bei Markus Kerbleder. Er stellte mich auch tatsächlich ein und fragte schon nach kurzer Zeit, ob ich mir vorstellen könnte, eine Ausbildung als Betriebslogistikkaufmann zu machen. Ich sagte ja, nach reiflicher Überlegung, und traf damit wahrscheinlich eine der besten Entscheidungen meines Lebens.“

Nicht nur beruflich, sondern auch persönlich habe er in dieser Zeit viel gelernt. „Markus hat mir wertvolle Erkenntnisse mit auf den Weg gegeben und mir Chancen eröffnet.“ Der Feldkircher hat sie ergriffen – und geht seinen Weg mit Ehrgeiz, Ehrlichkeit und Humor. Was es bedeutet, Kindern eine Perspektive zu geben? Diese Frage beantwortet er mit Blick auf seine eigenen teils schmerzhaften, aber auch ermutigenden Kindheitserfahrungen: „Es geht darum, Kindern zu helfen, ihre eigenen Träume zu entwickeln. Ihnen nicht nur Wissen zu vermitteln, sondern sie zu inspirieren, an ihre Stärken zu glauben und Verantwortung für ihr Leben zu übernehmen.“



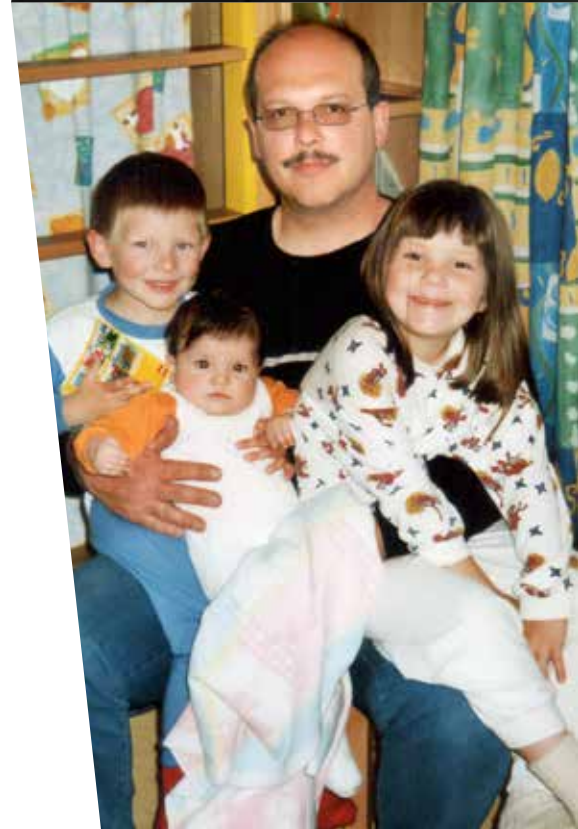
SPÄSSLE UND VIELE FREUND:INNEN

Literaturpreisträger Tobias March kann die Welt nur schreibend verstehen. Menschen, die mit ihm in Beziehung treten, die ihm ein offenes Ohr schenken, sind von klein auf der Schlüssel zum Vertrauen in sich selbst. Und von diesen Menschen hatte er einige.

Das Schreiben begleitet den jungen Schriftsteller schon lange: Als Kind wollte er Bibliothekar werden, sein Lieblingsplatz war – unter anderem – der Schreibtisch. Dass er schon als 10-Jähriger den Mut fand, seine Gedanken auf Papier zu bringen und sie dann auch vorzutragen und stetig zu verbessern, verdankt er vor allem seinen Eltern und Perspektivengebern Nummer eins. Sie haben ihm immer zugehört, ihn in seinen Träumen unterstützt und nach Rückschlägen wieder aufgerichtet. Wenn Freund:innen, Bekannte oder Verwandte meinten, mit dem Schreiben könne man doch kein Geld verdienen, sagten sie zu ihm: „Natürlich ist eine gute Ausbildung wichtig, aber wenn dich Literatur beflügelt, warum nicht schreiben und dranbleiben?“

Außerdem waren seine Lehrerinnen für ihn richtungsweisend. „Es waren nur Frauen, die eine enge und länger andauernde Verbindung zu mir als Schüler aufgebaut haben“, erzählt Tobias. „Sie haben uns Schüler:innen das Gefühl vermittelt, dass wir ihnen wirklich am Herzen liegen. Dass wir mehr als nur Arbeit für sie sind.“ Es waren so viele, dass er sie gar nicht alle aufzählen kann. Was sie aber alle gemeinsam hatten: Sie waren überlegt, klug und interessiert an der Welt. Sie hörten dem angehenden Schriftsteller zu und nahmen ihn ernst. Dieses ehrliche Interesse, das er sowohl von den Pädagoginnen als auch von seiner Familie bekam, hat Tobias als Kind gutgetan. „Ich wünsche mir für Kinder heute, dass ihnen uneigennützig Zeit geschenkt wird – ohne Präsenz eines Smartphone – und sie eine helfende Hand erfahren. Aber auch, dass ihnen Grenzen und Konsequenzen aufgezeigt werden, wo sie sie brauchen.“

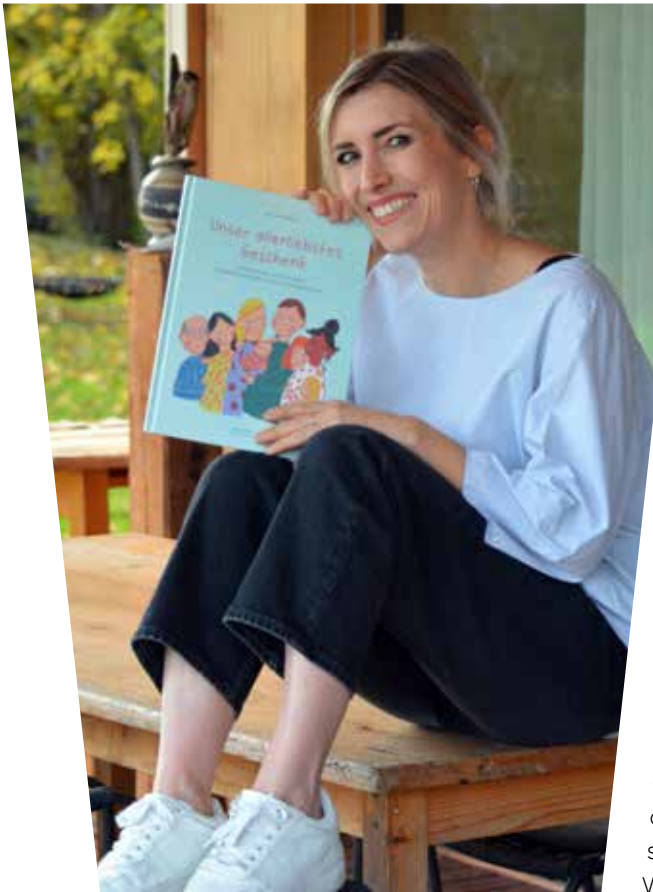
Mittlerweile studiert Tobias in Wien Germanistik und Biologie, gibt immer wieder Schreib-Workshops für Jugendliche und hat unlängst mit dem Text „beziehungen“ den Literaturpreis des Landes Vorarlberg gewonnen. Sein Lieblingsplatz hat sich vom Schreibtisch in den Park bzw. das Bett verlegt. Was ihm aus Kindertagen aber definitiv geblieben ist: seine Liebe zu Texten und sein Humor. „Schon früher war ich bekannt für meine Späße“, sagt der junge Literat, dessen Vorbilder heute Autor:innen sind, die sich für Frieden einsetzen.



VOLLER WÄRME UND AUF AUGENHÖHE

Ein Gitarre spielender Papa, ein philosophierender „Göti“ und eine kreative Mama: Die Psychologin Julia König wuchs inmitten von Menschen auf, die ihr das Gefühl gaben: „Wenn's eine schafft, dann du!“

Von Kindesbeinen an sehr kontaktfreudig und neugierig sei sie gewesen, erzählt die in Lustenau aufgewachsene und lebende Psychologin. „Laut vieler Erzählungen ging ich schon als kleines Mädchen unbefangen auf Menschen zu und ich liebte es, die Telefonistin des Hauses zu sein“, erinnert sie sich. Zum Kreis ihrer Perspektivengeber gehört der allzu früh verstorbene Patenonkel. „Mein Göti und ich hatten uns sehr gern. Er gab mir viel Halt, weil er mich spüren ließ, dass ich ihm ehrlich wichtig bin“, sagt sie im Rückblick. „Wir wohnen nebeneinander und seine Tür war immer offen, manchmal tatsächlich einen Spalt weit – für die Einbrecher, wie er



immer sagte.“ Unvergesslich bleibt der 40-Jährigen, dass er sich für sie Zeit nahm, auch wenn er gerade auf dem Sprung war. „Er diskutierte und philosophierte stundenlang mit mir, obwohl ich wirklich noch sehr klein war. Und das ging über Jahre hinweg so mit uns beiden“, lässt Julia wertvolle Erfahrungen aus ihren Kindertagen Revue passieren.

Bleibende Erinnerungen bescherten ihr auch ihre musisch-kreativen und gastfreundlichen Eltern. „Zum Beispiel durfte ich einmal eine ganze Volksschulklasse zu mir nach Hause einladen, um im Garten Tischdecken zu bemalen.“ Ihr Papa, der ihre Liebe zur Musik prägte, spielte nicht nur gern Gitarre, sondern auch eine bedeutsame Rolle als Streitschlichter. „Das traditionelle Weihnachtskekse-Backen begann stets friedlich, endete aber regelmäßig im Streit – bis Papa nach der Arbeit uns Mädels besänftigte. Die Kekse schmeckten am Ende trotzdem super.“

Vieles, wofür Julia heute bekannt ist, führt sie auf ihre warme, liebevolle und ermutigende Kindheit zurück: ihre kreativen Ideen, die sie umtriebig sein lassen, ihre Zielstrebigkeit, die man auch als Unnachgiebigkeit deuten könnte, und vor allem ihr Unglaublich-gern-Mama-Sein. Allen kleinen Menschen wünscht die Psychologin und Autorin ein Zuhause als Wohlfühl-Ort „wo sie spüren, dass man sich über sie freut“.

EIN FOLGSAM WIDERSTÄNDIGER

Als Kind spürte er die Diskrepanz der Wertvorstellungen in seiner Familie. Sein Vater und sein Göte gingen in der Arbeit und Kunst neue Wege und waren zugleich traditionell im Bregenzerwald verwurzelt. Diese Widersprüche in sich zu vereinen, sieht Tobias Albrecht heute als ein Stück persönlicher Freiheit.

Sein Göte war Bildhauer und für Tobias Albrecht Vorbild und Identifikationsfigur. „Es hat mich fasziniert, wie er aus dem harten Stein sublimale Formen präzise und mit doch so zarten Linien herausarbeiten konnte“, erinnert sich der heute als Schulqualitätsmanager tätige Lehrer. „Ich muss damals beim Zuschauen schon begriffen haben, dass es im Leben – auch eines Künstlers und Intellektuellen – immer das Handgreifliche braucht.“

Von klein auf war er beeindruckt vom Mut seines Perspektivengebers Nummer eins, der mit seiner Kunst Hierarchien hinterfragte. „Vor meiner Schule lag eine seiner Skulpturen: Gulliver. Ich habe das bewundert, dass er in einer Zeit des Konservatismus nach Macht und Ohnmacht fragte, nach dem Oben und dem Unten. Denn darum dreht sich ja die Erzählung von Jonathan Swift. Und dann die Figur vor einer Schule zu platzieren, in der damals die Macht streng hierarchisch war – als Mahnung an uns Nachgeborene.“ Seine Eltern, seinen Göte und die Freunde der Familie beschreibt er als Menschen, die sich als Zeitgenossen der Moderne verpflichtet fühlten, zugleich aber fest im Bregenzerwald verwurzelt waren. „Diese Diskrepanz spürte ich früh. Aber ich habe gelernt, dass man Widersprüche in sich vereinen darf und das auch persönliche Freiheit bedeutet“, so der 56-Jährige.

Aufgewachsen in der Bregenzer Oberstadt denkt er besonders gerne an Fußball im alten Gefängnishof und endlose Sommertage in der „Mili“ zurück. Er sei als Bub für seine „folgsame Art“ bekannt gewesen, meint Tobias. Heute zeichnet ihn seine Widerständigkeit aus. „Das ist die zweite Seite der Folgsamkeit: Ich bin folgsam gegenüber den Unfolgsamen. Die Welt verändert sich und wir müssen das auch tun – die Welt neu denken und neu sehen. Mit neuen Farben und Formen erfüllen.“ Orte und Menschen, wo Kinder sie selbst sein können, wünscht er allen Kleinen, die heute groß werden: „Geben wir Kindern eine Perspektive, indem wir sie träumen und an ihre Träume glauben lassen.“ Der Rat an sein Kinder-Selbst? „Bleib nicht bei dir. Bleib immer ganz nah bei denen, die du liebst.“



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



MITEINANDER IST NICHTS UNMÖGLICH

Schon als Kind war der Handballprofi Lukas Herburger immer sehr darauf bedacht, dass sich die Menschen um ihn herum wohlfühlten – das hat sich bis heute nicht geändert. Mit viel guter Laune zieht er sein Umfeld nach wie vor in seinen positiven Bann.

Eines steht für den gebürtigen Höchster schon lange an erster Stelle: sein Team. Als Kind hat er begonnen, im Verein Handball zu spielen, und bezeichnet diesen rückblickend auch als einen seiner wichtigsten Perspektivgeber. „Der Verein hat mir in einer Zeit, in der viele Jugendliche falsch abbiegen, extrem Halt gegeben“, sagt er. Er hat ihm einen geschützten Rahmen und die Perspektive, vorwärtszukommen, geboten. Von seinen Eltern vermittelte Werte, wie Hilfsbereitschaft und Respekt, konnten sich in diesem Setting weiter festigen. „Ich habe im Handballclub gelernt, dass wir im Team alles erreichen können. Auch Dinge, die wir vorher für unmöglich gehalten haben. Als wir mit dem österreichischen Nationalteam beispielsweise bei der EM den überragenden 8. Platz geholt haben – trotz Außenseiterrolle – hat das nur wegen des guten Teamworks geklappt. Und die Menschen waren begeistert davon“, erzählt der 30-Jährige.

Neben dem Verein haben auch seine Eltern den jungen Lukas fürs Leben gestärkt: „Sie haben mir gezeigt, welche vielfältigen Möglichkeiten

die Welt bereithält.“ Und dass auch eine Scheidung nicht Feindschaft, sondern trotzdem Miteinander heißen kann. „Ich hatte während der Zeit der Trennung schon das Gefühl, mehr auf meinen kleinen Bruder schauen zu müssen. Aber natürlich wäre das nicht nötig gewesen, da sich Mama und Papa trotzdem bis heute sehr gut verstehen und für mich in diesem Punkt eine große Vorbildwirkung haben“, meint der professionelle Handballspieler, der heute in Berlin lebt und dort bei den Füchsen spielt. Außerdem hat die Natur eine große Rolle bei seinem Aufwachsen gespielt – vor allem das Ried und die Plätzchen, an denen er mit seinen Freunden heimlich Baumhütten gebaut hat.

„Für die Kinder heute würde ich mir wünschen, dass sie so sorgenfrei wie möglich erwachsen werden können – trotz der sozialen Medien. Ich bin ehrlich gesagt froh, dass diese meine Kindheit nicht beherrscht haben“, sagt Lukas. Seinen Beitrag für eine gute Zukunft leistet er, indem er achtsam mit unserer Umwelt und seinen Mitmenschen umgeht.

ALS OB ES EIN MORGE

Astronautin wurde sie nicht, obwohl sie als Kind davon träumte. Dafür wurde sie schon mit 16 Jahren Mama. Linda Marte schaffte es dennoch, ihre Identität und ihren beruflichen Weg zu finden.

Drei Perspektivgeberinnen waren maßgeblich daran beteiligt, dass Linda trotz ihrer frühen Mutterschaft die Matura und den Bachelor ohne Zeitverlust absolvieren konnte. „Es war ein gewaltiger Kraftakt von uns allen, eine extrem aufwühlende Zeit“, erinnert sich die heute 41-Jährige. „Ich war in der zehnten Klasse und habe die Schwangerschaft lange verdrängt. Bis zum Tag vor der Geburt besuchte ich die Schule und schon drei Wochen, nachdem meine Tochter auf die Welt gekommen ist, saß ich wieder in der Klasse.“ Ihre Mama, ihre Oma und ihre Tante hätten es ihr ermöglicht, ein „Triple-Leben“ zu führen. „Ohne sie hätte ich das alles mit Sicherheit niemals hinbekommen. Am Vormittag war ich Schülerin, nachmittags Mama und am Wochenende Teenagerin. Es war drin, dass ich trotz aller Verantwortung Erfahrungen als Pubertierende machen und so meine eigene Identität festigen konnte.“

Vor allem ein Gefühl prägte ihre Kindheit: Wut. „Ich war bekannt für meine Wutanfälle, die zum Teil sehr heftig ausfielen“, erzählt die Lehrerin, die heute in der Gewalt- und Extre-



N GÄBE

VOM FUSSBALLFELD INS TV-STUDIO

mismusberatung beim ifs arbeitet. Ein Papa-Kind sei sie gewesen, das sehr unter der Trennung der Eltern litt. „Oft habe ich mich verloren und allein gefühlt. Ich bin in der Luft gehangen.“ Ihren Vater nennt sie als Perspektivengeber Nummer eins. „Von ihm hab’ ich viel gelernt und vieles mit ihm erlebt, egal ob Handwerkliches oder Abenteuerliches.“ Als Traumberuf schwebte Linda Astronautin vor – oder alternativ Schaffnerin, sollte es mit der Weltraum-Erforschung doch nicht hinhauen. „Mein Vater ist mit mir sogar nach Houston ins NASA-Space-Center gereist. Astronautin bin ich zwar nicht geworden, aber das Vertrauen in mein Potenzial war da.“

Darüber hinaus liebte sie als Mädchen die Heidelbeerroulade ihrer Oma – und verehrte kluge Frauen wie Dana Scully von „Akte X“ und Major Kira Nerys von „Deep Space Nine“. Auf die Frage nach ihrem aktuellen Vorbild antwortet sie: „Noch mehr kluge Frauen.“ In diese Riege gehört auch Linda selbst, die sich beruflich dafür einsetzt, dass Menschen jeden Alters lernen, Konflikte gewaltfrei zu lösen. Allen Kindern wünscht sie einen Planeten, der auch in Zukunft bewohnbar ist. Und was es für die Dornbirnerin mit Hang zum Unkonventionellen bedeutet, der nachfolgenden Generation eine Perspektive zu geben? „So zu leben, als ob es ein Morgen gäbe.“

Schon als kleiner Junge war Pierce am liebsten auf dem Fußballplatz unterwegs und hat zum Kicker Lukas Podolski aufgeschaut. Dass er nach seiner Ausbildung am Sportgymnasium Dornbirn schlussendlich als TV-Moderator die bundesweiten Sportnachrichten beim ORF begleitet, verdankt er seinen Eltern und der perspektivengebenden Schule.

Aufgewachsen ist Pierce, genau wie sein Kindheitsidol, in Köln. Mit zehn Jahren zog er mit seiner Familie zuerst nach Finnland und kurz darauf nach Winterthur in die Schweiz. Grund dafür war der Beruf seines Vaters. Zu diesem Zeitpunkt stellte das Sportgymnasium Dornbirn für den heute 27-Jährigen die beste Option dar, um seine Liebe zum Sport und die Schulausbildung miteinander zu vereinbaren. Dort ist er auf seinen damaligen Klassenvorstand und heutigen Direktor Wolfgang Hinteregger gestoßen. „Er hat mir damals den Weg als Schweizer ins Sportgymnasium geebnet und mir dann später sogar den Job beim ORF Vorarlberg ermöglicht“, erzählt Pierce über seinen Mentor. Aber auch die restliche Lehrer:innenschaft des Sportgymnasiums hat er als außerordentlich engagiert wahrgenommen: „Die Pädagog:innen unterstützten uns Sportler:innen auch außerhalb des Unterrichts – die Schule

hat mir sowohl auf sportlicher als auch auf menschlicher Ebene Perspektiven gegeben.“

Bei der Realisierung seiner Träume waren zwei weitere Menschen maßgeblich beteiligt: seine Eltern. „Sie sind Woche für Woche mit meinem Bruder und mir durch die DACH-Region und darüber hinaus gereist – von einem Fußballerevent zum nächsten“, erinnert er sich an diese prägenden Jahre. „Mama und Papa haben ihr eigenes Leben dem unseren untergeordnet und es sich keine Sekunde anmerken lassen.“ Damit haben sie für Pierce den Weg zum Sportmoderator geebnet.

Für die Kinder von heute wünscht er sich, dass sie mehr Zeit in der realen Welt verbringen – so wie er das selbst als Junge gemacht hat. „Mit Freunden draußen spielen, bis die Laterne anging“ – das hat dem ORF-Moderator gutgetan.

EIN BEOBACHTER, EIN MUSIKER, **EIN ZUHÖRER**



Karl Gamper spielte für Anton Meusbürger in seiner Kindheit eine bedeutende Rolle. Heute ist er in die Fußstapfen seines wichtigsten Perspektivengebers getreten – und ermutigt junge Menschen, die eigene Tonspur im Leben zu finden.

„Ich war ein Kind, das viel beobachtet, gegrübelt und nachgedacht hat über Gott und die Welt“, sagt Anton Meusbürger. Einen Bruder in seinem Alter hätte er sich gewünscht, erzählt der 42-jährige Musikschuldirektor, der mit zwei Schwestern in Egg aufwuchs. Und er habe davon geträumt, Paläontologe zu werden. „Bei einem Büchereibesuch hab’ ich ein Dinosaurierbuch entdeckt und war fasziniert von den Dimensionen der Tiere, ihrer Andersartigkeit und den Möglichkeiten, aus Fossilien Rückschlüsse auf ihr Leben zu ziehen.“

Aus diesem frühen Berufswunsch wurde zwar nichts – weil „ich mir damals gar nicht vorstellen konnte, dass das wirklich ein Beruf ist, mit dem man Geld verdienen kann“, dafür nahm seine musikalische Laufbahn früh Fahrt auf und er begann mit sieben, Trompete zu spielen. „Karl Gamper war damals Musikschuldirektor im Bregenzerwald. Er sah mein Talent, schenkte mir Vertrauen und stärkte mein Selbstbewusstsein, indem er mich förderte und forderte“, erinnert er an seinen Perspektivengeber Nummer eins. „Seine Liebe zur Musik, aber auch sein Zugang zur Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen haben mich schwer beeindruckt. Er versuchte immer, das Beste aus jedem herauszukitzeln. Bei den Proben hatte er eine gewisse Strenge, nach der Probe war ihm aber der Austausch auf Augenhöhe auch mit uns Kindern wichtig.“

Weitere Perspektivengeber waren für den Egger seine Eltern. „Mein Vater ist mit dem Fahrrad von Egg nach Balzers zur Arbeit und wieder retour gefahren. Morgens um 5.40 Uhr ist er los und abends um sechs heimgekommen. Danach ging es mit der Arbeit auf unserer Nebenerwerbslandwirtschaft weiter.“ Noch immer sei sein Vater für ihn ein Vorbild an Leistungsbereitschaft und Genauigkeit. Im Rückblick beeindruckt ihn auch der Zusammenhalt in der Familie. „Mein Vater war unter der Woche nicht greifbar. Meine Mama, Oma, meine Schwestern und ich mussten einfach zusammenhelfen.“ Was er als Kind besonders schön fand? „Im Nachhinein gesehen das, was mir als Bub nicht immer Spaß machte: Wanderungen auf den Widderstein, die Mohnenfluh oder Braunarlspitze und das gemeinsame Heuen, oft von Hand, wenn die anderen Kinder ins Freibad gegangen sind.“ Seine Kindheitserfahrungen haben Anton Meusbürger richtungsweisend geprägt. Heute begleitet er selbst junge Menschen dabei, ihre individuelle Tonspur zu finden. „Ich möchte Kindern Mut machen, ihre Talente zu entfalten und ihr Leben selbstbestimmt zu gestalten.“



WIE KINDHEIT PRÄGT

TRAUT EUCH KINDER!

In unserem neuen Podcast interessieren uns nicht die geradlinigen Biografien, sondern die Geschichten zwischen den Zeilen.

Die Hosts Tanja Schwärzler und Christine Flatz-Posch schürfen in Gesprächen mit starken Vorarlberger Persönlichkeiten und namhaften Expert:innen tief und finden für euch heraus, wie Kindheit prägt – und was das mit uns allen zu tun hat.

www.wir-kinder-vorarlbergs.at/podcast

„TRAUT EUCH KINDER!“
findet ihr auf **Spotify**,
Apple Podcasts,
YouTube und allen
gängigen Podcast-
Plattformen.



#01 Welchen Einfluss haben Beziehungen auf unsere Resilienz?
Mit Sozialpädagogin Yvonne Fussi



#02 Können wir mit Empathie die Welt retten?
Mit Neurobiologin Nicole Strüber



#03 Warum auf dem Weg zum Bankvorstand Chancen nicht gleich Chancen sind
Mit Banker Aydin Aktas



#04 Warum es nicht reicht, einfach nur „nicht rassistisch“ zu sein
Mit Kulturwissenschaftlerin Olaolu Fajembola



#05 Wie man(n) zum Role Model wird, wenn man(n) auf Normalität pfeift
Mit Coach & Supervisor Bernhard Dünser



#06 Gibt es das authentische Glück? Identitätssuche zwischen Stereotypen und Social Media
Mit Podcasterin & Journalistin Luca Martina Huber



#07 Grenzerfahrungen – Dürfen auch Held:innen Angst haben?
Mit Bergretter Klaus Drexel



#08 Trauma und Trigger – warum sie uns nicht loslassen
Mit Psychologin Theresa Sommer



#09 Mit Misserfolgen umgehen – wie gelingt das?
Mit Unternehmer Stefan Grabher



#10 Die Kunst der 100. Chance – warum Scheitern zum Leben gehört
Mit Soziologe Simon Burtscher-Mathis



#11 Wie Gewalt in der Kindheit entsteht
Mit Expertin für Gewaltprävention Linda Marte



#12 Warum Familie nichts mit Blutsverwandtschaft zu tun haben muss
Mit Bürokauffrau und ehemaligem Pflegekind Carmen Simma



#13 Müssen wir unser eigenes Bindungsmuster kennen, um gute Eltern zu sein?
Mit Bindungsexpertin und Kinderkrankenpflegerin Marlene Lienhart



24 | **Familiendienst:** „Der Schlüssel für Veränderung liegt in der Beziehung“

26 | **Kinderdorf Kronhalde:** Wie werden Kinder sozialkompetent?

28 | **Familienimpulse:** Scheidung aus Kinderperspektive: Fairness bedeutet fifty-fifty

30 | **Familienimpulse:** „Mama, kannst du mich weiß anmalen?“

32 | **Paedakoop:** „Wir müssen den Mut haben, darüber zu reden“

34 | **Netzwerk Familie:** „Die Feinfühligkeit der Papas ist mehr als nur nice to have“

36 | **Kids Buin:** Was geht am Kids Buin?

Abenteuerwoche Schönenbach:
Ferien, Freiheit, neue Freunde

37 | Wertvolle Kinder, wertvolle Inspiration

38 | Was wir Ihnen ans Herz legen

KINDER VOR

MUT ERWÄCHST AUS SICHERHEIT

Kinder brauchen Eltern und Bezugspersonen, die sich liebevoll um sie kümmern, die ihnen aber auch die Freiheit geben, die Dinge selbst auszuprobieren. Kinder darin zu bestärken, ist eine Chance für uns alle.

Die Impulsreihe „Wertvolle Kinder“ ist ein Angebot des Vorarlberger Kinderdorfs für Eltern und Großeltern, Pädagog:innen und all jene, die sich Inputs, neues Wissen und Austausch rund um das Themenspektrum Erziehung, Familie und Kindheit wünschen. Auf den folgenden Seiten haben wir einige Vorträge der namhaften Vortragenden aufbereitet und mit Tipps für den Alltag von unseren Expert:innen versehen. Beim Lesen wird klar: Kinder brauchen verlässliche Bezugspersonen, die ihnen Sicherheit und Halt geben, die sie aber auch selbst machen und ausprobieren lassen.

„Paul selber“ seien die ersten Worte ihres Sohnes gewesen, erzählt die Psychologin Theresa Sommer in ihrem kleinen „Alltagstipp“. Jeden noch so kleinen Handgriff habe er „selber“ erledigen wollen – und sie sich als Mama darin schulen dürfen, sein unermüdliches Üben zu bestärken. Was Kinder dabei lernen und erfahren, prägt sie fürs Leben. Denn Mut, Mitgefühl und Verantwortungsbewusstsein entstehen von klein auf genau aus diesem Gefühl der Selbstwirksamkeit – aus der Frustration, wenn's nicht klappt, dem Glücksgefühl, wenn man's schafft, und der Erkenntnis, dass es immer wieder eine neue Chance gibt, es zu versuchen.



**Vorarlberger
Kinderdorf**



TIPP FÜR DEN ALLTAG

DER VERSCHÜTTETE KAKAO

Es ist Dienstag 9:30 Uhr in unserer Eltern-Kind-Gruppe in Bregenz. Die Mamas trudeln mit ihren Kindern ein und wir starten am liebevoll gedeckten Frühstückstisch. Die selbstgemachte Erdbeermarmelade ist der Hit für alle. Viele Eltern, die an unserem bindungsorientierten Gruppenangebot teilnehmen, erleben zum ersten Mal, wie sich ein gemeinsames Essen und Umsorgtwerden anfühlen. Da greifen auch „schlechte Esser:innen“ plötzlich mit Appetit zu und verschlingen ihr Müsli.

Plötzlich passiert Lukas ein kleiner Unfall: Seine Tasse fällt ihm aus der Hand und er verschüttet den Kakao über den ganzen Tisch. Eine gute Gelegenheit, keine große Sache aus dem Missgeschick zu machen. Nach kurzem Schreck unterstützen wir die Mama, diese Situation bindungsstärkend zu lösen: „Hop-pala, gar nicht schlimm. Sowas kann jedem passieren. Das können wir gemeinsam in null komma nix wieder sauber machen.“ Wir bringen rasch zwei Tücher - eines für die Mama und eines für Lukas. So kann auch das Kind mithelfen, alles wieder gut zu machen. Beide erleben Selbstwirksamkeit und können danach in aller Ruhe genüsslich weiterfrühstücken. Statt Beschimpfung oder Beschämung gibt es eine Stärkung für die Herausforderungen des Alltags - und für die Beziehung zwischen Mutter und Kind.

SIMONE BÖSCH **NATALIE GMEINER**
Sozialarbeiterin Psychologin

sind Gruppenleiterinnen der „Bindungsorientierten Eltern-Kind-Gruppe“ vom Familiendienst des Vorarlberger Kinderdorfs.



„DER SCHLÜSSEL FÜR VERÄNDERUNG LIEGT IN DER BEZIEHUNG“

Eltern, die selbst Traumata oder Vernachlässigung erlebt haben, können ihren Kindern oft nicht den nötigen Schutz, Geborgenheit und verlässliche Fürsorge bieten. Mehr darauf zu schauen, dass auch diese Kinder gut groß werden können, lohnt sich für uns alle.

Sie ist Fachärztin für Kinder- und Jugendheilkunde und Psychotherapeutin, hat vier erwachsene Kinder und durfte sich jüngst über das vierte Enkelkind freuen. In die Reihe „Wertvolle Kinder“ wurde Katharina Kruppa vom Vorarlberger Kinderdorf eingeladen, weil sie das Projekt „Grow Together“ in Wien leitet, das sich Familien mit kleinen Kindern in schwierigen Lebenslagen widmet. „Schauen wir mehr auf die wertvollen Kinder und alle, die sich darum bemühen, dass unsere Kleinen gut groß werden können“, fordert die Expertin. „Denn Kinder, die emotional satt sind, entwickeln weniger Ängste. Sie sind mutiger, lebensfroher und viel eher bereit, für die Gesellschaft Verantwortung zu übernehmen.“

„Emotional satte Kinder sind eher bereit, Verantwortung für die Gesellschaft zu übernehmen.“

Von essenzieller Bedeutung sei auch, dass Kinder beim Großwerden Fehler machen und sich ausprobieren dürfen. Oft würden uns gerade die Brüche weiterbringen und das Leben hell machen. „Aber es braucht jemanden, der uns von klein auf dabei begleitet und unterstützt“, sagt die Medizinerin. Von Anfang an sind Kinder auf eine Umgebung angewiesen, die ihnen Schutz und Geborgenheit gibt. Die Basis dafür sind liebevolle Bindungen und ein stabiles familiäres Umfeld. „Das ist oft nicht selbstverständlich“, betont die Expertin. „Eltern, die selbst Traumata wie Gewalt, Sucht oder Vernachlässigung erfahren haben, können ihren eigenen Kindern nur schwer den nötigen Halt geben.“

„Auch hoch belastete Familien haben die Chance auf ein glückliches Leben mit ihren Kindern.“

Oft kommt dann die Kinder- und Jugendhilfe ins Spiel, womöglich steht eine Trennung von Kleinkindern und Eltern im Raum. Genau hier setzt das Pilot-Projekt „Grow Together“ an. „Ziel ist es, dass die Familien zusammenwachsen und die Kinder sicher gebunden groß werden können.“ Denn um den Zeitpunkt der Geburt eines Kindes seien selbst in hoch belasteten Familien tiefgreifende, nachhaltige Veränderungen möglich. „Auch diese Familien haben die Chance auf

ein geglücktes gemeinsames Leben, um ihren Kindern bestmögliche Gesundheits- und Entwicklungschancen zu bieten“, erklärt Kruppa, die in diesem Zusammenhang festhält: „Ich habe in meiner langjährigen Tätigkeit noch nie jemanden kennengelernt, der etwas Schlechtes für seine Kinder wollte.“

„Jeder in das Projekt investierte Euro bringt der Gesellschaft eine Ersparnis von rund 22 Euro.“

Das Angebot „Grow Together“ setzt erfolgreich auf eine intensive bindungsorientierte Betreuung. „Wirkfaktor ist dabei die Beziehung zu einer Betreuungsperson, die mit professioneller Nähe, Wertschätzung und Ressourcenorientierung nur für diese eine Familie da ist. Die Fachperson muss die Familie auch mögen, da der Schlüssel für Veränderung in der Beziehung liegt“, führte Katharina Kruppa aus. Die Kinderärztin rechnete in Zahlen vor, wie lohnend die Investition in Hochrisikofamilien ist: „Jeder in das Projekt investierte Euro bringt der Gesellschaft laut einer Studie des NPO Instituts der WU Wien eine Ersparnis von rund 22 Euro.“ Das sogenannte „Social Parenting“ bezeichnet sie als Gebot der Stunde. „Wir sind als Gesellschaft für alle Kinder verantwortlich. Es braucht eben ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen – und viel mehr Unterstützung und Investitionen in die Kleinen, in Risikofamilien, in Frühe Hilfen.“

Den Vortrag von Katharina Kruppa nachhören:
www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

Podcast-Tipp – „Traut euch Kinder!“, #13:
„Müssen wir unser eigenes Bindungsmuster kennen, um gute Eltern zu sein?“
mit Bindungsexpertin Marlene Lienhart

WIE WERDEN KINDER **SOZIAL- KOMPETENT?**

Kinder wollen von klein auf mithelfen, mit-tun und dabei sein. Sie darin zu bestärken ist eine Chance, denn Mitgefühl und Verantwortungsbewusstsein entwickeln sich früh.

Um Kooperations- und Konfliktfähigkeit, Empathie, aber auch Selbstbewusstsein zu erwerben, sind Kinder auf ein soziales Miteinander und Unterstützung durch Erwachsene angewiesen. „Wir haben mit dem, was wir tun, direkten Einfluss darauf, wie die Entwicklung des kindlichen Gehirns voranschreitet“, erklärt die Psychologin und Neurobiologin Petra Arndt, die am TransferZentrum für Neurowissenschaften in Ulm lehrt und forscht. „Unser Ziel ist es, Kinder zu befähigen, ihre Zukunft verantwortungsvoll und kreativ zu gestalten.“ Als Eltern und Pädagog:innen haben wir es laut Arndt in der Hand, Kinder in ihrer sozial-emotionalen Entwicklung und ihrer Persönlichkeitsentfaltung zu stärken. „Kinder brauchen von Geburt an ein Gegenüber, um sich selbst kennenzulernen. In der Beziehung mit ihren Bezugspersonen gleichen sie eigene Bedürfnisse mit den Erwartungen der anderen ab“, so die Expertin.

Wir haben direkten Einfluss darauf, ob sich das Kind schuldbewusst oder selbstbewusst fühlt.

Die Hirnforscherin unterstreicht den bedeutsamen Anteil der Umwelt an essenziellen Lernprozessen: „Machen Kinder oft die Erfahrung von Stolz und Erfolg, werden sich diese Gefühle beim Kind manifestieren. Je nachdem, was ich betone und verstärke – ich habe direkten Einfluss darauf, ob sich das Kind selbst- oder schuldbewusst fühlt. So lernen Kinder, zu beurteilen, was gut für sie selbst ist.“ Gerade die nonverbale Kommunikation und bewusste Spiegelung von Emotionen sind für die Entstehung von Resilienz und sozialem Verantwortungsbewusstsein entscheidend. „Wenn ich nein sage und dabei lächle, hat das keine Wirkung“, erläutert Petra Arndt. Zudem lernen Kinder von Vorbildern: „Lachen ist ansteckend, schlechte Laune aber auch“, hält die Forscherin fest. Erst nach und nach verbinden sich emotionale Reaktionen mit kognitiven Fähigkeiten. Dabei





helfen klare Regeln und Konsequenz, die sich zuhause, im Kindergarten oder der Schule durchaus unterscheiden dürfen, aber innerhalb eines Settings verlässlich bleiben sollten.

Zu helfen und sich einzubringen, ist ein Grundbedürfnis von Kindern.

„Jeden noch so kleinen Wunsch, mitzutun, sollten wir als Chance nutzen – auch wenn wir danach vielleicht etwas nochmal neu machen müssen“, so der Rat der Neurobiologin. Diese realen gemeinsamen Lernerfahrungen können nicht durch digitale Medien ersetzt werden. „Kinder sitzen vor dem Bildschirm oft steif wie Bohnenstangen“, kritisiert die Expertin. Gerade in den ersten Lebensjahren sollten Kinder deshalb so wenig Zeit wie möglich mit digitalen Medien verbringen, um beispielsweise den Spracherwerb nicht zu verzögern. „Mut erwächst aus Sicherheit und dem Gefühl der Selbstwirksamkeit“, so die Forscherin. „Erwachsene haben die Aufgabe, Orientierung zu geben, Regeln verständlich zu machen und als Vorbilder zu agieren.“ Durch verlässliche Beziehungen, emotionale Spiegelung und positive Bestärkung lernen Kinder, selbstbewusst durchs Leben zu gehen – um später für sich, aber auch für andere eintreten zu können.

Den Vortrag von Petra Arndt anhören:

www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

Podcast-Tipp – „Traut euch Kinder!“, #02:

„Können wir mit Empathie die Welt retten?“
mit der Neurobiologin Nicole Strüber

TIPP FÜR DEN ALLTAG



„PAUL SELBER“

„Paul selber“ – war einer der ersten Sätze, die mein Sohn sprechen konnte und auch unermüdlich tat. Er wollte jeden noch so kleinen Handgriff „selber“ erledigen. Viel zu oft wurde ich ungeduldig – ich wusste ja, dass es für ihn mit seinen kleinen Patsche-Händchen und der zerknuddelten Socke lange dauern würde, bis er den Fuß richtig trifft. Und ich konnte mir schon ausdenken, was ein „Scheitern“ an diesem Vorhaben zur Folge hat, nämlich Frustration, die es auszuhalten galt. Und so durfte ich mich darin üben, mein Kind probieren zu lassen und es im unermüdlichen Üben zu bestärken. Das Strahlen eines Kindes, das etwas „selber“ geschafft hat, ist für mich etwas besonders Schönes.

Wenn ich nun einige Jahre vorspule, sehe ich noch dasselbe Strahlen bei meinem mittlerweile 10-Jährigen, wenn er fürs gemeinsame Abendessen Porridge kocht oder stolz berichtet, die theoretische Fahrradprüfung bestanden zu haben, auf die er sich ganz allein vorbereitet hat. Ich staune immer wieder über seine Ausdauer, Dinge wirklich beherrschen zu wollen und seinen Biss, dranzubleiben.

Aus meiner Ausbildung zur Psychotherapeutin weiß ich, dass sich der Selbstwert durch Gerechtigkeit, Wertschätzung und Beachtung vom Umfeld bildet. Und ich bin überzeugt: Kinder, die „selber“ gestalten dürfen, erleben genau diese drei Dinge und entwickeln ein hohes Selbstwirksamkeitsgefühl.

THERESA SOMMER

ist Psychologin, angehende Psychotherapeutin und stellvertretende Leiterin im Kinderdorf Kronhalde.



VOR KINDERN STREITEN – GEHT DAS?

Wenn ich als Kind nach Hause kam, wusste ich schon beim Öffnen der Haustüre, ob gerade dicke Luft zwischen meinen Eltern herrschte. Kinder haben feine Antennen. Sie spüren, wenn etwas nicht stimmt. Zu versuchen, Konflikte vor Kindern zu verbergen oder auf Friede, Freude, Eierkuchen zu setzen, ist kontraproduktiv.

Oft quälen einen als Eltern Schuldgefühle, wenn man sich wieder einmal lauthals vor den Kindern gestritten hat. Da hilft ein Verständnis dafür, dass Konflikte zum Leben gehören. Sie entstehen, wenn unsere Bedürfnisse nicht gewahrt oder unsere persönlichen Grenzen angegriffen werden. Wenn Kinder Konflikte miterleben, lernen sie dabei, dass es wichtig ist, seine Bedürfnisse auszudrücken und für seine Grenzen einzustehen. Sie können erfahren, dass um Lösungen gerungen wird, Entschuldigungen bedeutend sind und Versöhnung ein angenehmes Gefühl ist.

Dennoch möchte ich davor warnen, jeden Streit vor den Kindern auszutragen, denn ständige lautstarke Auseinandersetzungen, egal ob bei getrennten oder nicht getrennten Eltern, wirken sich belastend auf die Entwicklung der Kinder aus. Entscheidend ist, dass mit den Kindern über Konflikte oder auch eine anstehende Trennung offen und ehrlich gesprochen und ihnen zugehört wird. Sie brauchen Entlastung. Sowohl die Verantwortung für den Konflikt als auch für eine gute Lösung für alle Beteiligten liegt immer bei den Erwachsenen.

CORNELIA KRÄUTLER-KÜNG

ist Sozialarbeiterin in der Besuchsbegleitung des Vorarlberger Kinderdorfs.

SCHEIDUNG AUS KINDERPERSPEKTIVE: FAIRNESS BEDEUTET FIFTY-FIFTY

Kinder zerbrechen sich den Kopf über Streit und Konflikte der Eltern und welche Rolle sie dabei spielen. Ganz besonders beschäftigt sie die Frage: Können Kinder schuld an der Trennung ihrer Eltern sein?

„Es ist nicht immer einfach, mit Kindern über solche Dinge zu sprechen. Ich möchte Ihnen Inputs geben, damit das leichter wird“, so Vikoria Parisot vom Institut für Soziologie der Universität Wien in der Reihe „Wertvolle Kinder“. Pro Jahr sind über 12.500 Kinder in Österreich von einer Scheidung der Eltern betroffen, jedes vierte Kind erlebt eine elterliche Trennung vor dem 15. Lebensjahr. In Vorarlberg wurden im Jahr 2024 insgesamt 734 Ehen geschieden, fast gleich viele wie 2023.

„Medial wird ein Bild vermittelt, das nicht der Realität entspricht: Die Eltern trennen sich, dann ist die Familie zu Ende und die Kinder sind arm.“

Entgegen dem medial transportierten Bild seien die Scheidungszahlen seit einem Peak 2007 stagniert, zum Teil sogar rückläufig gewesen. Kritik äußert die Soziologin auch an der Bilddarstellung, die nicht der Realität entspreche. „Es wird vermittelt, dass eine Scheidung das Ende der Familie bedeutet. Die Eltern trennen sich, dann sind die Kinder arm.“ Dabei seien die Auswirkungen auf Kinder sehr unterschiedlich und würden von „negativ über gar keine bis positiv“ reichen. Der Fokus ist heute laut Parisot auf Veränderung und Neuordnung gerichtet. „Eine Trennung wird als Übergang in der Familienentwicklung gesehen, als Vorstufe zu einem anderen Familienmodell mit reorganisierten Beziehungen.“ Wie das Kinder sehen, interessierte ein Forschungsteam der Uni Wien, das die Perspektive von 142 Schulkindern ins Zentrum stellte. In Gruppendiskussionen, Interviews und über kreative Zugänge wie Zeichnen wurde



eingefangen, was Kinder selbst über Familie, Scheidung und Nachtrennungsfamilien denken. Eine Frage trieb die Kinder dabei besonders um: Können Kinder schuld sein an der Trennung der Eltern? Ganz sicher nicht? Auch nicht, wenn sie ganz schlimm waren? Ebenso zerbrechen sich Kinder über Streit und Konflikte der Eltern den Kopf und überlegen, wie eine „faire Aufteilung“ nach der Trennung ausschauen könnte.

„Kinder wollen Fairness für die Eltern, das heißt aus ihrer Sicht eine 50:50-Aufteilung der Wohnung, des Geldes, der Kinder – von allem eben.“

„Kinder haben immer das Beste für die Eltern im Blick, ihr eigenes Wohl ist untergeordnet“, hält die Sozialwissenschaftlerin fest. „Sie wollen Fairness für die Eltern, das heißt aus ihrer Sicht eine 50:50-Aufteilung der Wohnung, des Geldes, der Kinder – von allem eben.“ Es sei deshalb Aufgabe der Eltern, Kinder zu unterstützen, auf ihre eigenen Bedürfnisse zu schauen. „Kinder wollen frühzeitig informiert und nicht vor vollendeten Tatsachen gestellt werden. Und sie wünschen sich Zeit, um sich auf die neue Situation einzustellen. „Kinder denken sehr stark von ihren Eltern aus. Sie versuchen, friedliche und möglichst nachhaltige Lösungen zu finden, um Konflikte zu bereinigen.“

Schuldgefühle seien auch deshalb sehr präsent, weil es in den elterlichen Streitigkeiten oft um Erziehungsthemen oder die Aufteilung der Care-Arbeit gehe.

„Ein Kind darf immer beide Elternteile lieben, egal was passiert.“

Wichtig ist laut der Familienforscherin, mit den Kindern zu reden und sie wissen zu lassen: Wenn Eltern sich trennen, heißt das nicht, dass alle schönen Dinge vorbei sind. Kinder müssen sich nicht zwischen den Eltern aufteilen oder sich entscheiden, bei wem sie wohnen wollen, jedoch sollte ihre Meinung gehört werden. Vor allem komme es auch auf die Nachtrennungsphase an: „Wenn Konflikte bleiben, kann es massiv belastend für Kinder sein. Kinder brauchen zudem Zeit, um sich an neue Partner:innen der Eltern zu gewöhnen. Dann können diese aber eine wichtige Funktion einnehmen.“ In jedem Fall gilt: Ein Kind darf immer beide Elternteile lieben, egal was passiert.

Den Vortrag von Viktoria Parisot anhören:
www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

„MAMA, KANNST DU MICH WEISS ANMALEN?“

Noch immer erleben schon die Jüngsten im Alltag Diskriminierung aufgrund ihres Aussehens und ihrer Hautfarbe. Was können wir tun, damit sich Vorurteile gar nicht erst in den Köpfen von Kindern festsetzen?

„Kein Mensch wird als Rassist:in geboren, trotzdem gibt es eine Konjunktur an rechtsextremen Stimmungen“, so die Berliner Kulturwissenschaftlerin Olaolu Fajembola. Damit Rassismus in den Köpfen von Kindern gar nicht erst entsteht, sei es wichtig, mit Kindern über Diskriminierung zu sprechen. „Wir leben in einer Gesellschaft, die nicht alle gleichbehandelt, sondern entlang von Privilegien und Marginalisierung. Kinder sollten nicht erklären müssen, warum sie ausschauen und sind, wie sie sind“, fordert Fajembola.

„Kinder nehmen sehr wohl Unterschiede wahr. Das heißt aber nicht, dass sie kleine Rassist:innen sind.“

In ihrem Vortrag entlarvte Olaolu Fajembola weit verbreitete Mythen: „Es ist nicht richtig, dass Kinder keine Unterschiede sehen. Sie nehmen sehr wohl Unterschiede wahr, das heißt jedoch nicht, dass sie kleine Rassist:innen sind.“ Zudem würden sich auch schon im Kindesalter Vorurteile bilden. „Kinder wissen früh, wer die gute, schöne Person ist. Das Gute und Schöne wird von klein auf mit weiß identifiziert. Kinder, die das nicht sind, beziehen alle negativen Attribute auf sich selbst. Sie fühlen sich dann schlecht mit ihrer Hautfarbe, ihrer Frisur, ihren Haaren.“ Diese Vorurteile würden nicht nur von den Eltern weitergegeben. „In Schul- und Kinderbüchern, Filmen und Spielen werden oft rassistische, bewertende Inhalte



und veraltete Rollenklischees vermittelt“, erklärt die Kulturwissenschaftlerin. Sie rät dazu, manchen Kinderbuchklassiker abseits nostalgischer Verklärung einem Realitätscheck zu unterziehen und zu Büchern zu greifen, in denen alle Kinder – egal welcher Hautfarbe – auch mal die Held:innen sind.

Es geht darum, Menschen nicht in Schubladen zu stecken, sondern die vielen Dinge zu betonen, die uns verbinden.

Unerwartet groß ist für Fajembola der Backlash, den wir derzeit im privaten und öffentlichen Umfeld erleben, was rassistische Einstellungen anbelangt. „Rassismus ist wieder salonfähig.“ Umso bedeutsamer sei es, den Fokus auf Diversität und Vielfalt zu richten. „Es geht darum, Menschen nicht in Schubladen zu stecken, sondern die vielen Dinge aufzuzeigen, die uns verbinden“, hält die Autorin des Bestsellers „Gib mir mal die Hautfarbe“ fest. Auch aus dem zahlreich erschienenen Publikum teilten viele Eltern von Kids of Colour in der an den Vortrag anschließenden Diskussion rassistische Alltagserlebnisse. Ihre Kinder würden im Bus mit dem N-Wort beschimpft, aufgrund ihrer Hautfarbe nicht zur Geburtsparty eingeladen oder vom Kindergarten heimkommen mit der Frage: „Mama, kannst du mich nicht weiß anmalen?“ Fajembola tritt für mehr Toleranz, Miteinander und Mut ein, um Kinder schon von klein auf gegen Rassismus zu stärken.

Den Vortrag von Olaolu Fajembola anhören:

www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

Podcast-Tipp - „Traut euch Kinder!“, #04:

Warum es nicht reicht, einfach nur „nicht rassistisch“ zu sein“ mit der Kulturwissenschaftlerin Olaolu Fajembola

Buch-Tipp:

„Gib mir mal die Hautfarbe“

TIPP FÜR DEN ALLTAG



„ICH BIN AUF JEDEN FALL GEGEN RASSISMUS, DAS IST DOCH KLAR!“

Aber wie spreche ich darüber mit Kindern? Welche Worte verwende ich und wie fange ich überhaupt so ein Gespräch an?

Nutzen Sie die Gelegenheit: Lassen Sie Ihr Kind erzählen, was es erlebt oder gehört hat. Hören Sie aufmerksam zu, unterbrechen Sie nicht und nehmen Sie Gefühle ernst. So lernt Ihr Kind, dass seine Wahrnehmung wichtig ist. Solche Gelegenheiten unbedingt nutzen.

Halten Sie keinen Vortrag: Nutzen Sie klare, altersgerechte Worte. Zum Beispiel: „Rassismus meint, dass jemand schlechter behandelt wird, nur weil er anders aussieht, anders spricht oder aus einem anderen Land kommt.“ Wir sind nicht allwissend und das ist gut so: Wenn Sie auf eine Frage keine Antwort haben, sagen sie das auch so. Machen sie sich altersgerecht gemeinsam auf den Weg nach Antworten.

Kein Verurteilen: Auch wenn Ihr Kind etwas Rassistisches sagt, reagieren Sie gefasst. Fragen Sie nach, wo es diese Worte gehört hat. Kommen sie ins Gespräch, ohne das Kind zu verurteilen.

Selbst Vorbild sein: Kinder orientieren sich in erster Linie an Ihrem Verhalten. Leben Sie vor, wie respektvoller Umgang aussieht. Sprechen sie über Ihre eigenen Erfahrungen und machen Sie so Vielfalt im Alltag sichtbar.

JASMIN NEUMAYER

ist Organisatorin der Vortragsreihe Wertvolle Kinder und Koordinatorin „Freiwilliges Engagement“ bei Familienimpulse des Vorarlberger Kinderdorfs.



TIPP FÜR DEN ALLTAG

ZWISCHEN NEUGIER UND VERANTWORTUNG

Wenn Jugendliche Alkohol entdecken, ist das meist Ausdruck von Neugier – sie wollen dazugehören, Grenzen spüren und Neues ausprobieren. Diese Suche nach Erfahrung ist Teil ihrer Entwicklung.

Gerade in dieser Lebensphase befindet sich das Gehirn im größten Umbau: Neuronale Netzwerke werden neu verschaltet, Bereiche für Impulskontrolle, Entscheidungsfähigkeit und Selbststeuerung reifen erst allmählich aus. Alkohol kann diesen Prozess empfindlich stören und die Entwicklung jener Strukturen beeinträchtigen, die später für Motivation, Emotionsregulation und Stressbewältigung wichtig sind.

Eltern können viel bewirken, wenn sie im Gespräch bleiben: zuhören, statt sofort zu urteilen, eigene Erfahrungen ehrlich teilen, ohne zu verharmlosen, klare Grenzen setzen und gleichzeitig Vertrauen signalisieren.

Vor allem aber: selbst Vorbild sein. Jugendliche beobachten genau, wie Erwachsene mit Alkohol umgehen. Wer einmal bewusst „nein“ sagt, zeigt, dass Zugehörigkeit nichts mit Trinken zu tun haben muss.

Wer authentisch bleibt und Interesse zeigt, hilft Jugendlichen, ihre Neugier in Erfahrung und Verantwortung zu verwandeln.

CHRISTIAN FRICK

ist Psychotherapeut und Sozialpädagoge in der Paedakoop des Vorarlberger Kinderdorfs.

„WIR MÜSSEN DEN MUT HABEN, DARÜBER ZU REDEN“

„Alkohol während der Schwangerschaft ist gefährlicher als Kokain oder Heroin.“ Mit dieser Aussage startete Ruth Leodolter-Stangl ihren Vortrag in der Reihe „Wertvolle Kinder“. „Die Mutter gibt Alkohol über das Blut eins zu eins an das Kind weiter. Das Kind braucht aufgrund der noch nicht ausgereiften Leber zehn Mal länger als die Mutter, um den Alkohol abzubauen“, so die Fachärztin für Kinder- und Jugendheilkunde sowie Allgemeinmedizin. „Alkohol ist ein Zellgift und gleichzusetzen mit Contergan oder anderen Medikamenten, die während der Schwangerschaft nicht verschrieben werden. Jeder Tropfen ist schädlich für das Kind.“ Noch sei diese Tatsache jedoch nicht im Bewusstsein der Bevölkerung, und teils auch nicht in jenem der Ärzteschaft angekommen.

„Es gibt viele Betroffene, aber wenig Diagnosen. Die Menschen wissen gar nicht, warum sie so schlecht klarkommen im Leben.“

Dabei würden in Österreich jährlich gut 1500 Kinder mit schwerwiegenden irreversiblen und lebenslangen Folgeschäden aufgrund von mütterlichem Alkoholkonsum auf die Welt kommen, betonte die Leiterin der FASD-Ambulanz der Kinder- und Jugendpsychiatrie Oberwart. Die Fetale Alkoholspektrumstörung (FASD) ist ein Sammelbegriff für eine Reihe von Schädigungen eines Kindes, die durch Alkoholkonsum während der Schwangerschaft verursacht wurden. Fetale Alkoholspektrum-Störungen gelten in Deutschland und Österreich Schätzungen zufolge als die häufigste aller angeborenen Behinderungen. „Es gibt viele Betroffene, aber wenig Diagnostizierungen. Die Menschen wissen gar nicht, warum sie sich so plagen und so schlecht klarkommen im Leben.“ Aufzuklären und mehr Bewusstsein zu schaffen, ist Ruth Leodolter-Stangl aus zwei Gründen ein Herzensanliegen: „Einerseits ist es mir als Kinderärztin und aufgrund meiner Erfahrungen in der Praxis wichtig, andererseits ist meine Nichte, die heute 22 Jahre alt ist, selbst eine Betroffene.“

„Es ist ein großer Druck für Schwangere, nicht zu trinken, weil viele noch meinen, dass ein Gläschen schon nicht schadet.“

Alkohol ist ein gesamtgesellschaftliches Problem. Mit einem durchschnittlichen Pro-Kopf-Konsum von über zwölf Litern reinen Alkohols pro Jahr rangiert Österreich deutlich über dem weltweiten und europäischen Durchschnitt. Nur in wenigen anderen Ländern wie Bulgarien wird noch mehr Alkohol getrunken. „Es ist ein großer Druck für Schwangere, nicht zu trinken, weil viele noch meinen,

Nur in wenigen Ländern der Welt wird noch mehr Alkohol getrunken als in Österreich. Die gravierenden negativen Folgen werden jedoch weitestgehend ausgeblendet. Dabei kommen jährlich über 1500 Kinder mit schweren Behinderungen auf die Welt, weil ihre Mutter in der Schwangerschaft zum Alkohol griff.

dass ein Gläschen schon nicht schadet. Es sollten keine Rechtfertigungen nötig sein, nicht zu trinken.“ Dabei sind die gravierenden negativen Folgen für das Kind, was die kognitive, körperliche, soziale und emotionale Entwicklung anbelangt, gut erforscht. Schwieriger sei es laut Leodolter-Stangl mit der Diagnostik. „Die Kinder kommen relativ normal auf die Welt. Oft wird erst später klar, dass etwas nicht stimmt.“ Auch die Symptome können sehr unterschiedlich ausfallen, gravierend sind sie alle: Betroffene Kinder weisen laut der Medizinerin Wachstumsauffälligkeiten wie einen kleineren Kopf auf. Sie haben Lernschwierigkeiten, Entwicklungs- und neurologische Auffälligkeiten, Epilepsie, ADHS oder eine verminderte Intelligenz – das alles in unterschiedlichen Ausprägungen und Kombinationen. Vor allem ein Symptom lasse auf FASD schließen: die faziale Dymorphie, die Auffälligkeiten im Gesicht mit sich bringt, die sich nach dem Volksschulalter jedoch häufig wieder auswachsen. „Für eine passende Hilfe ist es enorm wichtig, dass frühzeitig eine Diagnostik erfolgen kann. FASD kann nicht geheilt werden, aber zumindest können Betroffene dabei unterstützt werden, ihr Leben zu bewältigen“, betont die Expertin.

„Heute gilt auch für viele junge Männer, die Väter werden wollen: Null Alkohol.“

Der Appell der engagierten Ärztin: Mehr Information, Bewusstseinsarbeit und Prävention, wie zum Beispiel Workshops für Jugendliche an Schulen. „Das wirkt. Bei den Jungen gibt es schon ein Umdenken: Heute gilt auch für viele junge Männer, die Väter werden wollen: Null Alkohol.“ Klare Worte und mehr Aufklärung würde sich Leodolter-Stangl auch von Ärzt:innen, Hebammen und in Spitälern wünschen. „Da ist noch viel Unwissen da und deutlich Luft nach oben. Wir müssen den Mut haben, darüber zu reden.“

Den Vortrag von Dr.ⁱⁿ Ruth Leodolter-Stangl anhören:
www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek



„DIE FEINFÜHLIGKEIT DER PAPAS IST MEHR ALS NUR NICE TO HAVE“

Väter haben von Anfang an entscheidenden Einfluss auf die kindliche Entwicklung. Spracherwerb, prosoziales Verhalten oder Stressregulation – in vielen Bereichen wirkt sich eine feinfühligkeitsvolle Präsenz der Väter positiv aus. „Wir müssen die Papas mehr ins Boot holen“, sagt die renommierte Bindungsforscherin Antonia Dinzinger.

„Zuallererst und ganz zentral brauchen Kinder, damit sie sich gut entwickeln, elterliche Feinfühligkeit“, so Antonia Dinzinger, die am „Institut für Early Life Care“ in Salzburg forscht. „Das bedeutet, die kindlichen Signale wahrzunehmen, richtig zu interpretieren und adäquat zu reagieren, zum Beispiel durch Blickkontakt und Sprache“.

„Wir sind wie Taucher, die unter der Wasseroberfläche nach dem suchen, was wir von außen nicht beobachten können.“

Wichtige Voraussetzung für ein feinfühliges Miteinander ist die Fähigkeit zu mentalisieren. „Wir sind beim Mentalisieren wie Taucher, die unter der Wasseroberfläche nach dem suchen, was wir von außen nicht beobachten können – nach Motiven, Gefühlen und Absichten, die dem Verhalten zugrunde liegen“, erklärt die Psychologin. „Wenn uns das gelingt, dann fühlt sich das Kind verstanden und lernt, seine Gefühle zu benennen.“ Die gute Nachricht: Eltern unternehmen diese Tauchgänge mehr oder weniger automatisch. „Auch wenn man mit seinen Interpretationen nicht immer richtig liegt: Das Wichtige ist das Interesse, verstehen zu wollen, was im Kind vorgeht“, klärt Dinzinger auf.



„Vätern sind anders in der Interaktion mit ihren Kindern: Sie spielen anders und unterstützen andere kindliche Fähigkeiten.“

In Sachen Feinfühligkeit gäbe es Unterschiede zwischen Vätern und Müttern. „Väter sind anders in der Interaktion mit ihren Kindern. Sie spielen anders mit ihrem Kind und unterstützen andere kindliche Fähigkeiten“, erklärt die Expertin und bedauert, dass sich bis auf wenige Ausnahmen alle Studien auf Mütter fokussieren. Dabei sei der Einfluss der Väter von Anfang an entscheidend. „Es macht einen großen Unterschied, ob ein Vater vorhanden und feinfühlig ist. Väterliche Feinfühligkeit ist nicht nur nice to have, sondern ein wichtiger Faktor für eine gesunde kindliche Entwicklung.“ Jüngste Forschungen zeigen, dass sie sich nachhaltig auf die Fähigkeit zur Selbst- und Gefühlsregulation, prosoziales Verhalten, Impulskontrolle und Sprachentwicklung des Nachwuchses auswirkt, aber



auch auf das Empfinden und Regulieren von Stress. „Wer gut mentalisiert, schaltet in akuten Stresssituationen später auf Autopilot und empfindet generell Situationen erst später als stressig.“

**„Wer gut mentalisiert, kann das Verhalten
des Kindes besser verstehen.“**

Dinzinger plädiert für frühe Screenings, um zu checken, wie hoch die Mentalisierungsfähigkeit der Eltern ausgebildet ist. Diese hängt von der Verarbeitung und Integration eigener Beziehungserfahrungen ab. „Die Idee dahinter ist, dass eine sichere Bindung dazu führt, dass man als Erwachsener besser mentalisieren kann und deshalb auch feinfühlicher ist – umgekehrt führt diese Feinfühligkeit wieder zum Aufbau einer sicheren Bindung zum Kind.“ Die Bindungsforscherin würde sich mehr Schulungen und Trainings für Mütter und vor allem auch für Väter wünschen, um sie in ihrer Rolle zu stärken. „Eltern können in solchen Programmen Kompetenzen und Fähigkeiten trainieren, um gute Eltern zu sein, auch wenn die Belastungen hoch sind.“

Den Vortrag von Antonia Dinzinger anhören:

www.vorarlberger-kinderdorf.at/mediathek

Podcast-Tipp – „Traut euch Kinder!“, #13:

„Müssen wir unser eigenes Bindungsmuster kennen, um gute Eltern zu sein?“ mit Bindungsexpertin und Kinderkrankenpflegerin Marlene Lienhart

TIPP FÜR DEN ALLTAG



**INNEHALTEN IM
VOLLGEPACKTEN ALLTAG**

Ein feinfühlicher Umgang mit Kindern ist die Basis für eine gute Bindung. Feinfühligkeit bedeutet, die Bedürfnisse des Kindes wahrzunehmen, richtig zu interpretieren und prompt sowie angemessen darauf zu reagieren.

Doch wie kann das in einem vollgepackten Alltag gut gelingen? Immer wieder innehalten, das Smartphone beiseitelegen, das Kind beobachten und versuchen, die Welt mit den Augen des Kindes zu sehen, sind Möglichkeiten, in das kindliche Erleben einzutauchen. Alltägliche Situationen wie Wickeln, Anziehen, Zähne putzen – Tätigkeiten, die sich jeden Tag wiederholen – eignen sich hervorragend, um ein feinfühliges Miteinander zu üben.

Planen Sie dabei bewusst mehr Zeit ein und beobachten Sie Ihr Kind – vielleicht kann es selbst schon viel mehr, als Sie es bis jetzt wahrgenommen haben. Vielleicht entwickeln sich Alltagsroutinen zu gemeinsamen Spielsituationen, die Sie und Ihr Kind zum Lachen bringen. Miteinander Freude empfinden verbindet und schafft schöne Erinnerungen!

Wenn Sie spüren, dass es Ihnen schwerfällt, schöne Momente mit dem Kind zu genießen oder alltägliche Situationen regelmäßig zum Kampf werden, holen Sie sich Unterstützung. Netzwerk Familie kann Ihnen dabei helfen, das passende Hilfsangebot für Sie und Ihre Familie zu finden.

MARLENE LIENHART

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

Beratung und Angebote:
T 05572 200262
info@netzwerk-familie.at
www.netzwerk-familie.at

WAS GEHT AM **KIDS BUIN**?

Über 3000 kleine und große Kletterfans und solche, die's vielleicht noch werden, schnupperten in diesem Jahr schon „Kids Buin“-Luft.

Kinder, Jugendliche und Erwachsene aus ganz Vorarlberg lieben sich am Kletterturm des Vorarlberger Kinderdorfs in Wolfurt von der Magie des Kletterns einfangen. Sich etwas Neues trauen, es vielleicht bis ganz nach oben schaffen, oder einfach nur mal zuschauen – am Kletterturm „Kids Buin“ kann jeder so sein, wie er:sie will, und genau so viel wagen, wie's gerade passt. Zwischen vielen coolen Events war das von der Alpenvereinsjugend veranstaltete „InKlettern“ im Sommer ein Highlight. Paraclimber zeigten am Kletterturm des Vorarlberger Kinderdorfs in Wolfurt, was sie draufhaben und was gemeinsam alles möglich ist. Einmal mehr wurde klar: Klettern ist cool – mit und ohne Beeinträchtigung.



ADVENTSKLETTERN

**Freitag, 5. Dezember 2025
13.30 bis 16 Uhr**



Anmeldung erforderlich:
kidsbuin@voki.at oder
direkt übers Anmeldeformular
auf der Homepage.



Einfach Kind sein, gemeinsam wachsen, unvergessliche Momente sammeln: Das Vorarlberger Kinderdorf bietet Kindern ganz schön abenteuerliche Ferien in einem Naturidyll. Das Beste: Die Camp-Teilnehmer:innen dürfen mitbestimmen, was läuft.

Ende Oktober fand nach der erfolgreichen Premiere im Sommer die zweite Abenteuerwoche Schönenbach statt. Das neue Angebot des Vorarlberger Kinderdorfs bietet Kindern im Alter von zehn bis 14 Jahren einen Ort, wo sie gemeinsam entdecken können, wie spannend es sein kann, draußen in der Natur zu sein. Ob outdoor oder drinnen im neuen Kinderdorfhaus, das in die unvergleichliche Landschaft Schö-



ABENTEUERWOCHE SCHÖNENBACH: FERIEN, FREIHEIT, NEUE FREUNDE



nenbachs eingebettet ist: Die Abenteuerwoche hält jede Menge Möglichkeiten parat, sich zu bewegen, kreativ zu sein, zu chillen und zu spielen – und ganz nebenbei eigene Stärken und Fähigkeiten zu entdecken. Im Camp wird Mitbestimmung großgeschrieben: Die Kids können ihre Ideen einbringen und so an der Gestaltung ihres Ferienprogramms mitwirken. Begleitet und betreut sind die Kinder dabei rund um die Uhr von einem engagierten Team aus Pädagog:innen, Lehrer:innen und Student:innen. Last, but not least: Auch der Speiseplan ist mit täglich frisch zubereiteten, gesunden Mahlzeiten vom Feinsten.

Alle Infos:

T +43 5574 4992-9060
c.hutz@voki.at



IMPULSREIHE WERTVOLLE KINDER

WERTVOLLE
INSPIRATION



Wie können wir Kindern in bewegten Zeit Halt und Zuversicht geben, wenn uns diese selbst manchmal fehlen? Spannende Antworten darauf gibt die Reihe „Wertvolle Kinder“.

- 05.11.25 Vorarlberger Kinderdorf, Daniela Blickhan, MSc**
Zuversicht in herausfordernden Zeiten – Impulse der Positiven Psychologie
- 28.01.26 Russmedia Schwarzach, Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Tina In-Albon**
Keine Angst vor der Angst! Ängste im Kindes- und Jugendalter verstehen
- 04.03.26 KIMI Lustenau, Priv.-Doz. Dr.ⁱⁿ Silvia Exenberger**
Resilienz bei Kindern fördern
- 15.04.26 ORF Dornbirn, Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ phil. Fabienne Becker-Stoll**
Bedürfnisorientierte Erziehung – Hype oder nachhaltiger Wandel?
- 20.05.26 Vorarlberger Kinderdorf, Tanja Schenker, MBA**
Geschlechtsinkongruenz im Kindes- & Jugendalter
- 10.06.26 ORF Dornbirn, Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Miriam Rassenhofer**
Unsichtbare Wunden: Emotionale Vernachlässigung und psychische Misshandlung von Kindern

Alle Vorträge beginnen um 20 Uhr und sind kostenlos.

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

Vorträge nachhören:

**VORARLBERGER
KINDERDORF
MEDIATHEK**





**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 4, 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. Wir informieren über die neuen Pflegschaftsformen gerne persönlich und auf unserer Homepage:

www.vorarlberger-kinderdorf.at

Pflegekinderhilfe, Kronhaldenweg 4, 6900 Bregenz,
T +43 5574 4992-5518, pflegekinderhilfe@voki.at

GENERALI
Ihre Lifetime Partnerin

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

www.generali.at

HIER  **JETZT**
UNTER DEN FLÜGELN DES LÖWEN

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**

HANSESUN
AUSTRIA
der Vorarlberger Photovoltaik-Spezialist

**Strom
für eine
enkeltaugliche
Welt**

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

**sache
sieben** Der offizielle Printpartner
DRUCKMANAGEMENT des Vorarlberger Kinderdorf

 **Fördere
mit uns die
Kreativität
von Kindern** 

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

SPAR 

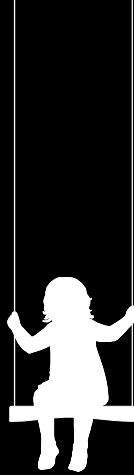
**Hier bist du
der SPAR.**

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
INTERNET FÜR VORARLBERG



**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
SM 02Z030275 S
Vorarlberger Kinderdorf, Kronhaldenweg 2, 6900 Bregenz