

akzente

DAS LEBENSPrAKTISCHE MAGAZIN FÜR MENSCH UND FAMILIE



STARKE Persönlichkeit

Strategie gegen den Stress, Seite 4

Wer ist der Chef im „Familienunternehmen“? Seite 10

Interview mit dem Knigge-Experten Rainer Wälde, Seite 14

Fit bleiben: Das Minuten-Training für zwischendurch, Seite 18



Gemeinsam stark

Die Kinderseite mit Benjamin
Seite 13



Inhalt

INHALT



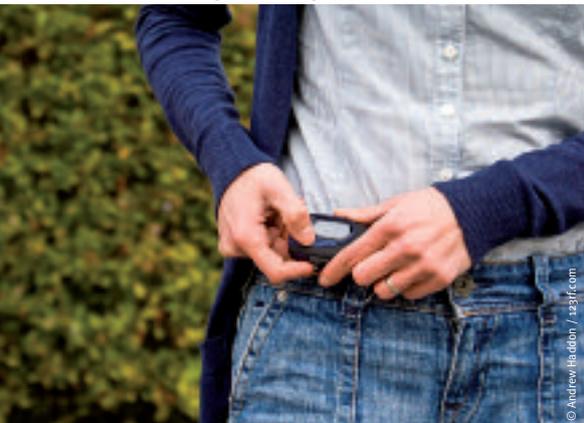
Strategie gegen den Stress, S. 4



Nicht perfekt, aber extrem süß!, S. 8



Wer ist hier Chef? – Führung im „Unternehmen“ Familie, S. 10



Das Minuten-Training für zwischendurch, S. 18

editorial	3
<i>Von der Wahrheit unseres Lebens</i>	
titelthema	4
<i>Strategie gegen den Stress</i>	
umfrage	7
<i>Eine starke Persönlichkeit ist für mich...</i>	
erfahrung	8
<i>Nicht perfekt, aber extrem süß!</i>	
<i>Betreuung: Nur ein kleines Dankeschön</i>	
familie praktisch	10
<i>Wer ist hier der Chef? – Führung im „Unternehmen“ Familie</i>	
die seite für kinder 	13
<i>Gemeinsam stark</i>	
nachgefragt	14
<i>„Wir müssen Zugang zu unserem Herzen gewinnen!“</i>	
nachgedacht	17
<i>Schwach sein und doch stark?</i>	
brennpunkt leben	18
<i>Das Minuten-Training für zwischendurch</i>	
aus den einrichtungen	21
stellenangebote und anzeigen	30
unsere diakonischen einrichtungen	31
portrait	32
<i>Das neue Leben von Jasmin</i>	

Impressum

AKZENTE für Mensch und Familie

Herausgeber: Diakonie der Ev. Brüdergemeinde Korntal gemeinnützige GmbH
Erscheinungsort: Korntal-Münchingen
Erscheinungsweise: halbjährlich
Redaktionsleitung: Manuel Liesenfeld

Anschrift der Redaktion:
Diakonie der Ev. Brüdergemeinde
Korntal gemeinnützige GmbH
Saalplatz 1, 70825 Korntal-Münchingen

Telefon: 0711/83 98 77-0, Fax -90
E-Mail: mliesenfeld@diakonie-bgk.de
Internet: www.diakonie-korntal.de
Titelbild: © imageteam / Fotolia.com
Fotos: Bernhard Weichel, Manuel Liesenfeld, Manuela Seeber und Chris Riekert

Gestaltung: CB Werbeproduktion, Fellbach
Druck: Henkel GmbH, 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Diakomierat: Klaus Andersen, Jochen Hägele, Veit-Michael Glatzle, Thomas Woschnitzok, Peter Engenhardt, Paul-Ulrich Link, Matthias Rebel, Klaus-Dieter Steeb und Esther Zimmermann

Von der Wahrheit unseres Lebens

Liebe Leserinnen,
liebe Leser!

Perfekte Welt – wie schön wäre das! Man stelle sich vor: Autos würden nie mehr kaputt gehen, die Geldanlagen wären wirklich sicher und stets gewinnbringend, Erziehung gelänge auf Anhieb und jeder Mensch hätte im Alter genug physische und psychische Kraft, um glücklich zu leben.

Doch wie anders sieht es in Wahrheit aus? Und das fängt schon bei uns selbst an. Perfekt? Höchstens nach außen. Für manchen ist es schon ein großer Erfolg, seine kleinen und großen Schwächen verborgen zu halten vor seinen Mitmenschen. Und kommen sie dann doch heraus, stürzt die so mühsam aufrechterhaltene Fassade in sich zusammen, ist es schwer, das Gesicht zu wahren, zu seinen Defiziten zu stehen. Politiker können ein Lied davon singen, wie man an den eigenen Maßstäben kläglich scheitern kann. Umso befreiender kann es in einer Leistungsgesellschaft sein, die Stärke zu besitzen, zu seinen Schwächen zu stehen, die Grenzen zwischen Augenwischerei und Wahrheit klar zu ziehen. Befreiend kann es sein, die Größe zu haben, unumwunden zugeben zu können: „Das weiß ich nicht.“ und „Das habe ich noch nie gemacht.“ Darüber können wir wieder ganz neu die Begabung des anderen Menschen schätzen und unsere eigene Ergänzungsbedürftigkeit akzeptieren lernen. Neu gelebte Team-Arbeit kann eine direkte Konsequenz von Ehrlichkeit sein: „Mensch, ich brauche dich!“



Zutiefst beeindruckend ist für mich die folgende Schilderung des bekannten katholischen Priesters und Autors Henri Nouwen. Er, der weltweit bekannte Theologie-Professor, pflegte jahrelang einen schwerstbehinderten jungen Mann namens Adam, der sich kaum bewegen und nicht sprechen konnte. So bekam er einen ganz neuen Blick auf das Verhältnis von scheinbarer Stärke und scheinbarer Schwäche. Nouwen schreibt im Buch „Adam und ich“, erschienen im Herder-Verlag: „Und während ich, der sogenannte ‚Normale‘, mir lange darüber Gedanken machte, wie weit Adam wie ich selbst war, war er weder fähig noch kümmerte es ihn, irgendwelche Vergleiche anzustellen. Er lebte einfach und lud mich durch sein Leben dazu ein, sein einzigartiges Geschenk entgegenzunehmen, eingewickelt in Schwachheit, aber mir zur eigenen Wandlung überreicht. Während ich mich mit Gedanken darüber plagte, was ich hier eigentlich machte und wie produktiv ich sein könnte, verkündete

mir Adam, dass ‚Sein wichtiger ist als Tun‘. Während ich mich damit beschäftigte, was man über mich sprach oder schrieb, sagte mir Adam ruhig, dass ‚Gottes Liebe wichtiger ist als das Lob der Menschen‘. Während es mir um meine persönlichen Erfolge ging, erinnerte mich Adam daran, dass es ‚wichtiger ist, etwas gemeinsam zu tun, als etwas allein zu tun‘. Adam konnte nicht produktiv sein, hatte keinen Ruf, auf den er hätte stolz sein können, konnte keinen Preis und keine Auszeichnung vorweisen. Doch durch sein ganzes Leben gab er das radikalste Zeugnis, dem ich je begegnet bin, von der Wahrheit unseres Lebens.“

Herzlich lade ich Sie ein, verschiedene Seiten einer „starken Persönlichkeit“ in dieser AKZENTE-Ausgabe zu entdecken.

Ihr

Manuel Liesenfeld

KORNTALER DIAKONISCHE IMPULSE

Als Christen die Welt verändern: Immer mehr Gemeinden möchten selbst diakonische Projekte in Ihrem Umfeld initiieren. Dieses Buch liefert eindrucksvolle Beispiele, die Mut dazu machen. Initiatoren und Macher verschiedener diakonischer Projekte der Ev. Brüdergemeinde Korntal berichten von ihren Erfahrungen. Ein praktischer Leitfaden zeigt, wie Projekte von der Bedarfsanalyse über die Planung bis zur Realisierung kreativ verwirklicht werden können. Ob Fahrradwerkstatt für Kinder, Kleidermarkt für Frauen oder die Arbeit mit Migrantinnen – das Buch ist ein praxisnaher Leitfaden für engagierte Gemeinden und ihre Mitglieder.



Manuel Liesenfeld (Hrsg.)

Gemeinsam verändern wir die Welt
Gemeindediakonie neu entdecken –
Ein praktischer Leitfaden

80 Seiten, flexibler Einband
978-3-920207-36-0, 9,95 €

Bestellen Sie direkt unter:
Info@diakonie-bgk.de

Strategie gegen den Stress

Wir leben in einer Gesellschaft, die hohe Anforderungen an uns stellt: Im Beruf müssen oft immer weniger Menschen immer mehr Aufgaben bewältigen. Die Optimierung von Arbeitsprozessen hat vielerorts dazu geführt, dass es kaum noch Leerlauf- oder Pausenzeiten gibt. Immer mehr Tätigkeiten müssen dokumentiert werden. Im Gegenzug wird bei der „Zeit für den Menschen“ gespart, was bei vielen Mitarbeitern in sozialen Berufen zu Unzufriedenheit führt. Wird es hektisch, dann bleibt oft die gegenseitige Wertschätzung auf der Strecke, die erhöhte Reizbarkeit führt zu Konflikten.

Aber auch im privaten Bereich gibt es vielfältige Anforderungen: Es gilt, den Alltag zu managen, sich Zeit für den Partner, Kinder oder pflegebedürftige Eltern zu nehmen, den Überblick über Vorräte, Versicherungen und das eigene Bankkonto zu behalten. Außerdem sollte man sich natürlich weiterentwickeln, Sport treiben, sich ehrenamtlich engagieren, die Kinder frühzeitig fördern... Wen wundert's da, dass sich immer mehr Menschen gestresst fühlen!



Stress ist – ein wenig vereinfacht ausgedrückt – ein Missverhältnis zwischen dem, was wir glauben, bewältigen zu müssen (wahrgenommene Anforderungen) und dem, was wir glauben, bewältigen zu können (wahrgenommene Bewältigungsressourcen). Besteht dieses Missverhältnis über einen längeren Zeitraum, führt dies zu stressbedingten Erkrankungen.

Strategien gegen Burnout & Co.

Was kann der Einzelne und was können Teams und Organisationen tun, um Stress auf ein gesundes Maß zu reduzieren?

Grundsätzlich gibt es zwei mögliche Ansätze:

- Verringerung der Anzahl oder Intensität von Anforderungen
- Erweiterung der Bewältigungsressourcen

Ein erster Schritt könnte darin bestehen, das Knäuel der Anforderungen ein wenig zu entwirren. Ordnen Sie die Anforderungen doch einmal einer der folgenden Kategorien zu:

- Vertraglich geregelte oder verpflichtende Anforderungen
- Erwartungen meines Umfelds an mich
- Ansprüche, die ich an mich selber habe

Ein zweiter Schritt: Loten Sie aus, welche Handlungsspielräume und Gestaltungsmöglichkeiten Sie haben! Fragen Sie sich:

- Was kann ich gestalten oder beeinflussen?
- Was muss ich – zumindest vorübergehend – akzeptieren oder hinnehmen?

Menschen, die ihre Aufmerksamkeit und Energie auf das richten, was sie beeinflussen können, sind zufriedener und leben gesünder als solche, die sich „festbeißen“ an Dingen, die sie nicht ändern können.

Beide Schritte führen uns vor Augen, dass wir den Anforderungen nicht hilflos ausgeliefert sind, sondern Einflussmöglichkeiten haben. Gemäß dem Sprichwort „Love it, change it or leave it!“ können wir eine Situation entweder akzeptieren, sie verändern oder sie – wenn beides nicht gelingen will – verlassen. Wir sind also nicht hilflose Opfer der Anforderungen und Erwartun-

gen anderer, sondern wir entscheiden selbst, wie wir mit ihnen umgehen. Wobei natürlich jede Entscheidung ihren Preis hat.

Stresskompetenz entwickeln mit dem SMARAGD-Konzept

Wer langfristig seine Kompetenz im Umgang mit Anforderungen und den eigenen Ressourcen erhöhen will, dem empfehle ich das SMARAGD-Konzept. Es steht für:

S wie „Selbstverantwortung (Selbstfürsorge) wahrnehmen“

Natürlich können Sie sich zum Opfer der Umstände machen oder hoffen, dass jemand Ihren Stress wahrnimmt und Ihnen erlaubt, kürzer zu treten. Aber letztlich ist jeder Mensch für sich und seine Gesundheit selber verantwortlich. Gehen Sie sorgsam mit ihr um!

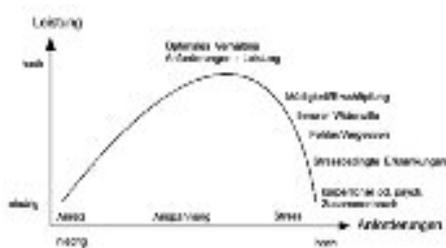
Wenn Sie Ihre Gesundheit gefährden, wird Ihnen dies niemand danken! Im Gegenteil: Wer krank wird gilt als „nicht belastbar“ und gerät schnell aufs Abstellgleis. Wollen Sie wirklich zu den Menschen gehören, die sich für Ihr Unternehmen, Ihre Einrichtung oder überhaupt für andere Menschen aufopfern und zum Dank dafür nach einem Burnout ausrangiert werden? Gerade, wer sich ausgiebig um andere Menschen kümmert, braucht auch ein hohes Maß an Selbstfürsorge. Bei Jesus fällt mir auf, dass er sich wieder zurückzog, um sich nicht von der Not der Menschen leiten zu lassen, sondern von seinem himmlischen Vater.



Anzeige

M wie „Das rechte Maß finden“

Manche Menschen glauben, dass sie immer mehr aus sich oder anderen heraus kitzeln können, wenn sie die Anforderungen schrittweise erhöhen. Nun ist es zunächst tatsächlich so, dass die Leistung mit den Anforderungen steigt.



Aber dies lässt sich nicht beliebig fortsetzen. Wird aus Anreiz und Anspannung Stress, dann stellen sich Anzeichen von Erschöpfung ein, die Arbeit geht nicht mehr so leicht von der Hand, es schleichen sich Fehler ein und es entsteht zunehmend der Eindruck von Überforderung. Kurzfristig verfügen wir über erstaunliche Leistungsreserven und verkraften ein hohes Maß an Anspannung. Längerfristig brauchen wir aber ein gesundes Maß, sonst lassen die Kräfte nach. Wer auch übermorgen noch gesund und leistungsfähig sein will, der muss sich seine Kräfte einteilen. Finden Sie das Maß an Engagement und zeitlichem Einsatz, das Sie langfristig durchhalten können! Eine kontinuierliche gute Leistung ist mehr wert als ein Wechsel aus Spitzenleistung und Krankheit.

A wie „Auf Ausgleich achten“

Gerade, wer im Beruf einem hohen Maß an Belastungen ausgesetzt ist, braucht als Gegengewicht etwas, das ihn entspannt und worauf er sich freut. Wer zudem – zum Beispiel als Alleinerziehende oder durch die Pflege eines Angehörigen – auch privat erheblichen Belastungen ausgesetzt ist, braucht umso mehr feste Zeiten, in denen es nicht um andere und nicht um Pflichten geht, die der Erholung, der Besinnung, dem Seele-baumeln-lassen und Sich-am-Leben-freuen dienen. Diese Zeiten sind wichtig, um die hohen Anforderungen auch

übermorgen noch gut bewältigen zu können. Und deshalb dürfen sie auch nicht zu kurz kommen!

Für Menschen, die im Beruf überwiegend sitzende oder stehende Tätigkeiten ausüben, eignen sich in besonderem Maße sportliche Aktivitäten. Wer am Arbeitsplatz in hohem Maße Lärm und Hektik ausgesetzt ist, sucht sich idealerweise einen Ausgleich, der Ruhe vermittelt. Wer oft allein ist, sucht sich ein Gegenüber oder schließt sich einer Gruppe an. Menschen, die sich die meiste Zeit in Räumen aufhalten, können ihren Ausgleich in der freien Natur finden.

R wie „Rituale entwickeln“

Rituale sollen helfen, Übergänge zu gestalten. Tageszeitroutinen ordnen unseren Alltag, sie haben eine stabilisierende und entlastende Funktion. So muss ich beim Aufstehen nicht jeden Tag eine Checkliste abarbeiten, sondern ich kann mich darauf verlassen, dass die ritualisierten Abläufe funktionieren.

Auch für den Arbeitsalltag gibt es hilfreiche Rituale. So ist es zum Beispiel sinnvoll, sich bei Arbeitsbeginn zunächst einen Überblick zu verschaffen: Was steht heute an? Was muss ich selber erledigen, was kann ich delegieren, wofür brauche ich andere? Was hat oberste Priorität – und was muss zunächst zurückgestellt werden? Und vielleicht gehen Sie dann mit einem kurzen Gebet oder einem motivierenden Leitsatz Ihre Arbeit an.

Fast noch wichtiger ist ein funktionierendes „Feierabendritual“, mit dem man den Übergang von der Arbeits- zur Freizeit gestaltet. Es sollte ein Ritual sein, das es uns erleichtert, den Arbeitstag abzuschließen und hinter uns zu lassen. Gelingt dies nämlich nicht, dann nehmen wir die Arbeit mit nach Hause und uns fehlt die Zeit zur Erholung, die wir brauchen, um am nächsten Tag wieder frisch zu sein. Für viele Menschen hat es sich bewährt, am Ende des Arbeitstages stichwortartig festzuhalten, was für den nächsten Tag wichtig ist, um es an-

www.blessings4you.de

Stark sein - stark werden



Findeisen, Jens / Hockling, Sabine
Business Profi. Burnout - Wege aus der Krise
 Symptome erkennen - Verhalten ändern - Hilfe organisieren
 Paperback, 176 S., **16,99 Euro**



Friedman, Howard / Martin, Leslie
Die Long-Life-Formel
 Die wahren Gründe für ein langes und glückliches Leben.
 gebunden, 320 S., **19,95 Euro**



Ohana, Katharina
Gestatten: ICH
 Die Entdeckung des Selbstbewusstseins
 gebunden, 240 S., **19,95 Euro**

Blessings 4 you GmbH
 Mirander Straße 10 | 70825 Korntal-Münchingen
 Tel 0711-8386038 | Fax 0711-8380746
 E-Mail korntal@blessings4you.de





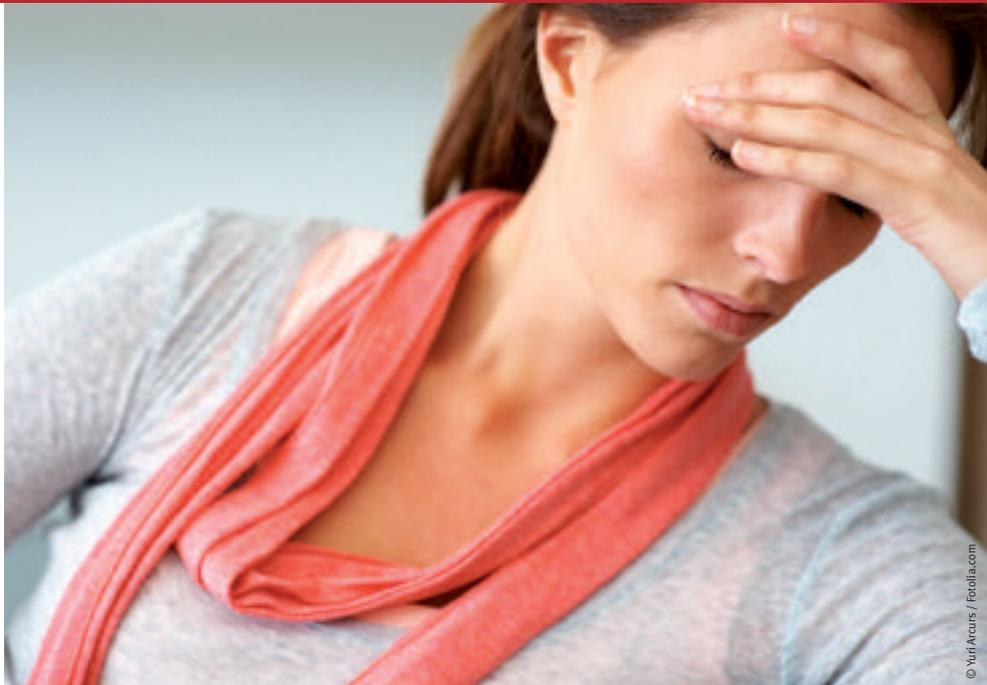
schließlich aus ihrem „Arbeitsspeicher“ löschen zu können. Und wenn Sie Ihre Tasche packen, dann achten Sie bitte darauf, dass Sie alles, was Ihre Arbeit betrifft, am Arbeitsplatz zurücklassen! Erklären Sie Ihre Wohnung – und speziell das Schlafzimmer – zur arbeitsfreien Zone!

A wie „Antreiber und überzogene Ansprüche ‚entmachten‘“

Nicht selten sind es auch unsere überzogenen Ansprüche an uns selber oder seltsame Antreiber, die uns stressen. Wer glaubt, perfekt sein zu müssen, keine Fehler machen zu dürfen oder es allen recht machen zu müssen, der setzt sich gewaltig unter Druck.

Woher kommen solche überzogenen Ansprüche und gnadenlosen Antreiber? Häufig haben sie ihren Ursprung darin, dass Menschen sich als Kinder und Jugendliche nur dann geliebt und akzeptiert fühlten, wenn sie perfekt funktionierten. Da Wertschätzung immer an Bedingungen geknüpft war, wurden sie darauf konditioniert, es ihren Eltern recht zu machen. Daraus hat sich im Laufe der Zeit ein festes Muster entwickelt, das nun auch losgelöst von den Eltern abläuft, auch wenn es oft keinen Sinn mehr ergibt.

Es kann sehr entlastend sein, solche Antreiber und überzogenen Ansprüche zu identifizieren und sich dann aktiv mit ihnen auseinander zu setzen. Für manche Menschen ist es hilfreich, sich ihren Antreiber bildlich vorzustellen, ihm einen Namen zu geben und ihn dann direkt „anzusprechen“.



© Yuri Arcurs / Fotolia.com

G wie „Grenzen einhalten“

Nahezu alle elektrischen Geräte und Maschinen in unserem Land sind mit einem Überlastungsschutz ausgestattet. Warum verfügen wir nicht über eine solche Notabschaltung, die sich automatisch aktiviert, bevor es zu einem Burnout, einem Hörsturz, einem Magengeschwür oder einem Herzinfarkt kommt?

Da es leider keine solche automatische Sicherung gibt, ist es unsere Aufgabe, Warnsignale zu beachten, Grenzen zu setzen und diese einzuhalten. Es ist hilfreich, nicht nur das „rechte Maß“ zu identifizieren, sondern auch jene Grenze, die wir auf keinen Fall überschreiten wollen – auch dann nicht, wenn jemand uns droht. Niemand ist es wert, dass wir für ihn unsere Gesundheit aufs Spiel setzen! An dieser Stelle gilt: „Man muss Gott – unserem Schöpfer! – mehr gehorchen als den Menschen.“ (Apostelgeschichte 5,24)

D wie „Dranbleiben!“

Auch wenn sich eine Verbesserung eingestellt hat, ist das Thema „Stress bewältigen – Stress reduzieren“ nicht abgeschlossen. Es ergeben sich immer wieder neue Herausforderungen, die es nötig ma-

chen, die Punkte des SMARAGD-Konzepts erneut durchzugehen – damit Sie nachhaltig stressfreier – und damit gesünder – leben.

Eine große Hilfe im Umgang mit Anforderungen ist mir persönlich darüber hinaus die Gewissheit, dass ich ein von Gott wertgeschätzter Mensch bin und mir diesen Wert nicht erst erarbeiten muss. ◆

DER AUTOR, MARTIN LUITJENS,



49, ist freiberuflicher Coach, Supervisor (DGSv) sowie Fachberater Gesundheitsmanagement und lebt in Gerlingen. Von 1987–2004 war er Prediger im Chrischona-Gemeinschaftswerk. Er ist verheiratet mit Andrea, einer Religionspädagogin, und hat vier Kinder. Ehrenamtlich ist er Notfallseelsorger und Prädikant im Kirchenbezirk Ditzingen.

www.martin-luitjens.de



BUCH-TIPP

U. Siegrist und M. Luitjens, 30 Minuten Resilienz. Gabal-Verlag 2011



Eine starke Persönlichkeit ist für mich...

IMMER WIEDER AUFSTEHEN

Im Altenzentrum Korntal dürfen wir als Mitarbeiter jeden Tag Menschen begleiten, die über 80, 90, oder sogar über 100 Jahre Kraft hatten, immer wieder aufzustehen und nicht aufzugeben.

Wenn jemand in einem so hohen Alter beginnt, zu erzählen, dann ist es beeindruckend sich vorzustellen, welche Dimensionen von Geschichte dieses Leben umfasst. Angesichts dieser Biografien wird deutlich, dass Menschen die ganz besondere Fähigkeit entwickeln können, mit Gottes Hilfe dem Schicksal in ihrem Leben die Stirn zu bieten und mit Rückschlägen umzugehen.



*Michèle Stratmann,
Leiterin Sozialdienst im
Altenzentrum Korntal*

Hier im Altenzentrum haben wir jeden Tag Menschen vor Augen, die uns beeindruck-

cken mit ihrer Art, das Leben zu meistern. Sie ermutigen uns, nicht nur über die Schwächen des Alters nachzudenken, sondern auch über den Schatz der Erfahrung und Erinnerung, den jeder Einzelne in sich trägt. Manchmal schaue ich unsere Senioren an und denke: Welche bereichernden Erfahrungen und Erinnerungen werde ich wohl eines Tages als Kraftquelle im Herzen tragen? Im Altenzentrum hat sich um manches Leben, an dem zuletzt viel Schwäche und Gebrechlichkeit war, vor unseren Augen doch ein Licht gelegt und wir wurden als Personal tief berührt. Aus Begleitenden wurden Beschenkte.

EINE GEMEINSCHAFT BEREICHERN



Unsere Schüler auf dem Schulbauernhof werden in ihren Arbeitsgruppen vor ungewöhnliche Herausforderungen gestellt. Im Stall muss man sich zu großen Kühen oder wuseligen Hühnern trauen.

In der Molkerei hat man es mit für manche gewöhnungsbedürftigen Produkten wie Molke, Käsebruch und Joghurt-Kulturen zu

tun. Im Garten ist ein gutes Auge gefordert und dort kann einem manch kleines Lebewesen mit etlichen oder gar keinen Beinen begegnen.

Dadurch, dass sich die Schüler in immer gleichen Teams diesen Aufgaben stellen, hat jeder die Chance, sich mit dem, was er gut kann, zu profilieren. Einer traut sich eher zu den Tieren, ein anderer ist von Neugier auf die Molkerei beseelt und will sogar vom Kälberlab probieren und wieder einer übernimmt die „Rettung“ der Regenwürmer aus den Pflanzlöchern. Im Kontext ihrer Gruppe erleben die Schüler, wie sie sich gegenseitig durch ihre Persön-

lichkeiten motivieren und ergänzen können. Die Schüler stecken sich wechselseitig mit Begeisterung für Tiere, Milchprodukte und den Garten an. Auf dem Schulbauernhof können sie Stärken ausleben, die im Alltag versteckt sind, und das ist für die Schüler eine prägende Erfahrung. Sie werden so bestärkt, ihre Individualität als kostbar wahrzunehmen und entdecken, wie sie eine Gemeinschaft mit ihrer Persönlichkeit bereichern können.

*Jochen Rittberger, Pädagogischer Leiter des
Schulbauernhofs Zukunftsfelder, Korntal*

KINDER UND JUGENDLICHE AUS UNSEREN GRUPPEN

Beim Nachdenken über diese Frage fallen mir zunächst große und bekannte Namen ein: Dietrich Bonhoeffer, Rosa Parks, Nick Vujicic, Mutter Theresa – Menschen, deren kompromissloser Einsatz für ihre Überzeugungen und deren Umgang mit Leid mich tief beeindruckt. Doch dann tauchen vor meinem inneren Auge andere Gesichter auf – die für mich genauso beeindruckend sind: Kevin, Jessica, Dennis, Laura – Kinder und Jugendliche aus unseren Gruppen. Sie haben in ihrem Leben

aufgrund erswerter Startbedingungen oft ganz besondere Stärken entwickelt. Jeder von ihnen ist eine einmalige, unverwechselbare Persönlichkeit und ist – das ist meine Überzeugung – von Gott bedingungslos geliebt und angenommen. Das Erleben, dass sie als Personen, unabhängig von ihrem Verhalten angenommen sind, ist die Basis dafür, dass sie auch sich selbst und andere annehmen können – dies macht sie zu wirklich starken Persönlichkeiten.



*Katja Gänzle,
Erziehungsleitung
(Tagesgruppen) und
Heilpädagogik,
Jugendhilfe Flattich-
haus Korntal*

Nicht perfekt, aber extrem süß!

Unser Sohn Jannis ist drei Jahre alt und liebt alles, was mit einem Ball zu tun hat. Regelmäßig gehen wir auf den benachbarten Fußballplatz. Wenn wir sehen, wie begeistert er dem runden Leder hinterher rennt und uns mit seinem herzhaften Lachen ansteckt, geht uns das Herz auf und wir sind voller Dankbarkeit darüber, was er schon alles in seinen drei Lebensjahren gelernt hat. Aber wenn wir genauer hin schauen, stechen uns auch wieder seine „Defizite“ ins Auge.



Mit drei Jahren kann Jannis noch sehr wenig mit gesprochenen Worten kommunizieren. Er rennt zwar voller Enthusiasmus hinter dem Ball her, aber durch seine Fußfehlstellung und seine Muskelschwäche ist sein Bewegungsablauf alles andere als harmonisch. Allgemein tut er sich mit motorischen Dingen schwer und braucht noch viel Hilfe. Jannis hat in all seinen Körperzellen ein Chromosom zu viel und seit seiner Geburt befinden wir uns immer wieder in Gefühlsextremen und schwanken zwischen großer Freude und großer Sorge.

Wie in einem Schockzustand

Jannis war vom ersten Atemzug an ein sehr liebes, zufriedenes Kind. Im Nachhinein fragen wir uns, wann die Ärzte und die Hebamme wohl zum ersten Mal gemerkt haben, dass dieses Kind anders ist. Uns ist auf jeden Fall nichts aufgefallen. Als am Tag nach der Geburt eine Kinderärztin sehr einfühlsam von ihrem Verdacht sprach, dass unser Jannis „Trisomie 21“ haben könnte, verstanden wir nur Bahnhof. Es fielen dann Begriffe wie „Mongolismus“ und

„Down-Syndrom“ und wir bekamen eine schreckliche Vorstellung. Wieder einen Tag später wurde dieser Verdacht durch einen Bluttest bestätigt und wir waren wie in einem Schockzustand. Wir beweinten sehr, dass das „perfekte“ Kind, das wir „bestellt“ hatten, doch nicht gekommen war.

Eine fremde Welt

Später erfuhren wir, dass über 90 Prozent der diagnostizierten Down-Syndrom-Kinder schon im Mutterleib abgetrieben werden. Dies wäre für uns sicher nicht in Frage gekommen, da wir glauben, dass Gott, der Schöpfer, jedes neue Leben schenkt und wir Menschen deshalb nicht das Recht haben, zu beurteilen, was lebenswert ist und was nicht.

Aber bisher waren die Werte, die wir vertraten, theoretisch. Doch nun standen wir vor der riesengroßen Herausforderung, diese auch leben zu müssen. Wir hatten bis zu diesem Zeitpunkt sehr wenig Kontakt zu Menschen mit einem Handicap und so war diese Welt fremd für uns und machte uns Angst. Der Sorgenberg, die Lebenslast, die uns auferlegt worden war, schien unvorstellbar groß. In den ersten Tagen empfanden wir es, wie wenn eine Welle uns mitriss. Soviel Neues strömte auf uns ein und wir mussten uns so Vielem stellen. Was sind wir im Nachhinein froh, dass wir von Anfang an Menschen an unserer Seite hatten, die uns ermutigt haben, diesen Weg zu gehen! Angefangen von einer sehr einfühlsamen Nachtschwester bis hin zu unserer Familie, unseren Freunden und vielen Therapeuten. Wir haben gestaunt, wie viele Leute an uns gedacht und stellvertretend

für uns gebetet und geglaubt haben, dass Gott keine Fehler macht.

Dem Leben Tiefe gegeben

Es ist menschlich, dass wir gerne den einfachsten Weg gehen möchten. Wir hätten gerne alles sicher und geplant – aber so ist das Leben nun mal nicht.

Für uns ist ganz klar: Wir hätten auch lieber ein „normales“ Kind gewollt und sicherlich wird der Schmerz darüber nie ganz vergehen. Aber wir bemerken, dass es unserem Leben Tiefe gegeben hat, wir Vieles mit anderen Augen sehen und daran gereift sind. Wir lernen, dass „anders“ zu sein nicht automatisch „schlechter“ bedeutet. Oft beurteilen wir Dinge nach menschlichen Gesichtspunkten, ob etwas in unserem Leben gut oder schlecht läuft. Wir wünschen uns immer mehr den göttlichen Blick in unserem Leben – das bedeutet für uns, dass wir glauben, dass Gott mit uns einen guten Plan hat, auch wenn wir diesen nicht immer gleich erkennen oder gar verstehen können. Wir vertrauen ihm, dass er immer bei uns ist und uns hilft, unseren Lebensweg zu gehen.

Dieser Blick gibt uns immer wieder Kraft, wenn wir voll Sorge und Selbstmitleid sind, und lässt uns nicht daran zerbrechen, dass bei uns vieles anders ist als bei den meisten Durchschnittsfamilien.

Wir müssen oft an diesen Spruch „Unter jedem Dach ein Ach!“ denken. Was können wir froh sein, dass unser „Ach“ so extrem süß, lebensfroh und aus unserem Leben nicht mehr weg zu denken ist!

Dorothee und Manuel Widmaier

Nur ein kleines Dankeschön

Die 4-fache Mutter und Journalistin Birgit Kelle fragt: Wie hat die Menschheit bisher nur ohne Plätze in der Kindertagesstätte (KiTa) überlebt?

Gibt es in unserem Land eigentlich Eltern erster und zweiter Klasse? Wenn man sich die Debatte zum Betreuungsgeld ansieht, schleicht sich der Verdacht ein. Auf der einen Seite stehen die Eltern und vor allem Mütter, die für ihr Kind einen KiTa-Platz wollen oder brauchen. Für sie wird derzeit viel Politik gemacht. Es werden Milliardenbeträge an Subventionen verschoben, um neue KiTa-Plätze zu bauen. Für 35 Prozent aller Kinder ab einem Jahr werden solche Plätze geschaffen. Jeder Platz kostet pro Kind und Monat 1.100 Euro an Subventionen. Wir lassen es uns richtig was kosten. Auf der anderen Seite stehen die Verlierer des Systems: Die Eltern und auch hier vor allem die Mütter, die ihre Kinder gerne selbst erziehen würden, zumindest bis zum dritten Lebensjahr. Wir reden hier von 65 Prozent der Familien in Deutschland, der gewaltigen Mehrheit. Sie sind uns offenbar keine Unterstützung wert. Sie gehen leer aus, müssen gerade um 150 Euro monatlich betteln gehen und sich jetzt sogar noch dem Generalverdacht stellen, sie würden ihren Kindern wertvolle Bildung vorenthalten. Wie bitte? Wann genau und durch wen ist eigentlich beschlossen worden, dass die Erziehung durch die Eltern weniger wert ist als die Erziehung durch eine staatliche Institution? Und wie genau hat die gesamte Menschheit eigentlich bislang überlebt, ohne den „Segen“ eines KiTa-Platzes? Es ist das Natürlichste und in meinen Augen auch noch das Beste der Welt, dass Eltern ihre Kinder selbst groß ziehen. Dass sie sie lieben, sie fördern, Zeit und Geld investieren, um ihnen eine gute Zukunft zu bereiten.

Machen wir uns nichts vor: Das ist keine leichte Aufgabe. Als Mutter von vier Kindern weiß ich, was es bedeutet, sieben Tage die Woche 24 Stunden lang im Dienst zu sein. Ganz ehrlich, es gibt Zeiten, da wäre ein dumpfer Bürojob mit geregelter 7-Stunden-Tag, für den ich das Haus verlasse, eine echte Verlockung gewesen angesichts meines Arbeitspensums zu Hause. Ich habe es trotzdem gerne getan und würde es jederzeit genauso wiederholen. Unzähligen Müttern bin ich begegnet, die es genauso sehen, die froh sind, es sich noch „leisten“ zu können, selbst für ihre Kinder da sein zu können. Trotzdem erlauben wir uns, öffentlich den Einsatz und die Mühen, die diese Frauen – aus Liebe und nicht etwa gegen Bezahlung – auf sich nehmen, als Bagatelle und minderwertig abzutun. Da werden Frauen als „Heimchen am Herd“ diffamiert, anstatt dass man ihnen das zugesteht, worauf wir alle ein Recht haben: Nach den eigenen Vorstellungen glücklich zu werden und nicht so, wie uns der Arbeitsmarkt gerne hätte.

Die Kinder brauchen uns

Mutter oder Vater wird man nicht im Kreißsaal. Es ist ein langer Weg. Jede gemeisterte Krise lässt einen wachsen, sicherer werden und stärkt für neue Herausforderungen. Und so wird neuerdings öffentlich beklagt, dass Eltern immer weniger erziehen und zwangsläufig KiTa und Schule immer mehr Aufgaben übernehmen müssen, die früher zu Hause erledigt wurden. Andererseits machen wir es den Eltern ökonomisch immer schwerer, diese Zeit, die sie für ihre Kinder brauchen, überhaupt wahrzunehmen. Und die Kinder brauchen uns; in der Regel wollen sie ihre Mama. Sie können nicht warten, sie leiden unter Trennungen. Je kleiner sie sind, umso dringender muss ihr Bedürfnis nach Liebe und Zuwendung augenblicklich gestillt werden. Denn Liebe kann man nicht nachholen, Englisch lernen hingegen kann man ein Leben lang.

Ein unglaubliches Potential

Wir vergessen dabei vor allem, was für ein unglaubliches Potential an gesellschaftlicher Vielfalt und Zusammenhalt gerade in den Familien liegt, wo Mama Zeit hat. Zeit, selbst die Hausaufgaben zu beaufsichtigen, und Zeit, verborgene Talente zu entdecken. Nicht weil es ihr Beruf ist, sondern weil sie an die Einzigartigkeit ihres Kindes glauben. Zeit zuzuhören oder auch einfach nur als Blitzableiter für schlechte Stimmung von Pubertierenden. Zeit zum Reden dann, wenn den Kindern gerade danach ist, und nicht dann, wenn sie bitteschön erzählen sollen. Zeit, in Schulen zu helfen als Lesemütter, als Hilfe beim Schwimmunterricht, bei Schulfesten, im Ehrenamt in Kirche und Gesellschaft. Und nicht zuletzt Zeit zur Pflege der Elterngeneration. Es ist ein Full-Timejob, den Mütter und zunehmend auch Väter zu Hause erledigen, ohne Urlaubsanspruch und ohne Bezahlung, dafür aber mit lebenslanger Arbeitszeit. Auch ein einfaches Dankeschön würde als Ausgleich schon mal gut tun. ◆

DIE AUTORIN, BIRGIT KELLE,



ist Vorstandsmitglied des EU-Dachverbandes „New Women For Europe“ mit Beraterstatus am europäischen Parlament. Als

Vorsitzende des Vereins Frau 2000plus e.V. tritt sie für einen neuen Feminismus abseits von Gender Mainstreaming und „Quotenwahnsinn“ ein, wie sie selbst sagt. Sie ist verheiratet und mit Leib und Seele Mutter von vier Kindern. Geboren 1975 in Rumänien lebt sie seit 1984 in Deutschland, war von 2005–2008 Herausgeberin der christlichen Monatszeitung VERS1 und schreibt heute für verschiedene Printmedien und die wöchentliche Kolumne „Volle Kelle“ im Online-magazin www.theeuropean.de

Wer ist hier der Chef? – Führung im „Unternehmen“ Familie

Haben Sie das Sagen in Ihrer Familie oder setzt sich Ihr Nachwuchs gerne mal auf den „Chef-Sessel“? Welche Führungsstile gibt es in Ihrem „Familienunternehmen“? Welche sind für Ihre „Nachwuchsförderung“ von Vorteil und welche sind weniger hilfreich? Vielen Fragen und hilfreiche Antworten von Tanja Müllerschön.

Eltern sind die Chefs in der Familie! Sie führen ein Familienunternehmen!

Ohne Eltern gibt es kein Familienunternehmen. Sie haben es gegründet und sind die Chefs in diesem Unternehmen. Dies ist nicht nur ein Privileg, sondern zunächst einmal eine enorme Herausforderung. Es gibt vielfältige Aufgaben in und mit der Familie, die es zu managen gilt: Erziehung, Pflege, Förderung der Kinder, Terminorganisation, Beförderung, Einkaufen, Kochen, Putzen, Waschen, Gäste bewirten und nicht zuletzt Geld erwirtschaften.

Meist haben die Kinder zwei Chefs – auch wenn Eltern getrennt leben. Eine gute Abstimmung der Chefs ist für das Familienunternehmen sehr wichtig – gerade auch durch unterschiedliche Präsenzzeiten und ggf. unterschiedliche Sichtweisen und Führungsstile. Gemeinsame Ziele, guter Einfluss und klare Aufgabenabsprachen sind mit entscheidend für den Erfolgskurs im Familienunternehmen. Nehmen Sie sich als Eltern dafür die erforderliche Zeit und gönnen Sie sich zudem Auszeiten für sich und mit Ihrem Mit-Chef bzw. Ihrem Partner.

Unterschiedliche Führungsstile

In Ihrem Familienunternehmen können unterschiedliche Führungsstile zum Einsatz kommen. Klassisch werden Führungsstile (nach Kurt Lewin) unterteilt in autoritär, kooperativ und laissez-faire:

- Der **autoritäre Führungsstil** zeichnet sich durch eine klare Trennung aus. Der „Chef“ (Mama und/oder Papa) entscheidet und kontrolliert und der „Mitarbeiter“ (das Kind) führt aus. Die Eltern wissen, wo es lang geht, zeigen die Richtung an und geben klare Ansagen an das Kind.

- Im **kooperativen (oder auch demokratischen) Führungsstil** wird der „Mitarbeiter“ (das Kind) vom „Chef“ (Mama und/oder Papa) in den Entscheidungsprozess mit einbezogen und die Fremdkontrolle teilweise durch Eigenkontrolle ersetzt. Eltern und Kind(er) besprechen miteinander, wer was wie sieht und möchte, und „erarbeiten“ eine gemeinsame Entscheidung (z.B. Kompromisslösung oder Abstimmung, wenn es mehrere Vorschläge gibt).
- Im **Laissez-faire-Führungsstil** haben die „Mitarbeiter“ (Kinder) volle Freiheit und bestimmen alles selbst. Der „Chef“ (Mama und/oder Papa) greift nicht in das Geschehen ein, sondern die „Mitarbeiter“ (Kinder) entscheiden und kontrollieren selbst.

Oft findet man Führungsstile nicht in der Reinform, sondern in Mischformen und entscheidet abhängig von Situation, Thema oder Alter des Kindes z.B. autoritär, bespricht es mit dem Kind kooperativ oder überlässt eine Entscheidung ganz dem Kind.

Bei einem thematischen Elternabend im Familienzentrum Korntal wurden die Eltern gefragt, welches Führungsverhalten (z.B. von ihren eigenen Eltern, Erzieherinnen, Lehrern, Jugendleitern, Chefs an der Arbeitsstelle) sie in ihrem Leben bislang als positiv und hilfreich erlebt haben und welches nicht. Hier ein paar Antworten der Eltern dazu:

Positiv erlebtes Führungsverhalten:

- Konsequenter Führungsstil mit klaren

Regeln und Grenzen, die Sicherheit und Orientierung geben

- Freude vermitteln, Feedback bekommen
- Kooperative Teamarbeit mit dem Chef fördert das Wir- und Selbstwertgefühl
- Gemeinsam Ziele und Lösungen erarbeiten in variablen Zonen, grundsätzlich aber: klare Vorgaben für wichtige Dinge

Negativ erlebtes Führungsverhalten:

- Ein autoritärer Führungsstil kann hohe Erwartungen und Druck erzeugen und bringt die Gefahr des Widerstands und des Ausbrechens mit sich.
- Autorität ohne Empathie und Verständnis kann Rebellion erzeugen.
- Alles wird immer nur vorgegeben, es wird über die Köpfe hinweg entschieden, es gibt keinen (Verantwortungs-)Spielraum.
- Es gibt lange Diskussionen, lange Wege zur Entscheidungsfindung oder sogar Angst vor Entscheidungen.
- Durch Stimmungsschwankungen der Chefs weiß man nicht, woran man ist und was gilt.
- Fehlende Regeln und Grenzen, Unsicherheit und Orientierungslosigkeit entstehen durch „laissez-faire“.

Kinder brauchen eine klare Führung!

Die Kindheit bringt vielfältige Entwicklungsaufgaben mit sich: körperliche und psychische Reife erlangen, Erwartungen der Gesellschaft als Rahmen kennen und akzeptieren lernen, sich in Gruppen bewegen können, eigene Zielsetzungen und Werte in dem gesellschaftlichen Rahmen (Spielraum) entwickeln und schließlich ein selbstständiges und selbstverantwortetes Leben führen können.



Kinder brauchen dabei eine klare Führung (natürlich auch viel Liebe), die Orientierung und Schutz bietet. Ein klarer Entwicklungsrahmen mit Begrenzungen ist keine Einengung, sondern gibt Sicherheit. Und dieser Rahmen weitet sich mit der Weiterentwicklung des Kindes in den gesellschaftlichen Rahmen hinein.

Als Kind alles immer selbst entscheiden zu können, ist keine Voraussetzung, um später ein selbstständiges Leben führen zu können, sondern eine Überforderung für Kinder, wie Michael Winterhoff in seinem Buch „Warum unsere Kinder zu Tyrannen werden“ schreibt. Wichtig ist, dass Kinder ihre Eltern als klare Begrenzung ihres eigenen Ichs erfahren, um später auch andere Autoritäten als lebensbestimmend anzunehmen. Es geht nicht darum, Kinder zu willenlosen Befehlsempfängern zu erziehen. „Es geht vielmehr um Interaktionsfähigkeit, also darum, den Kindern die Möglichkeit an die Hand zu geben, sich innerhalb von Gruppen (und damit letztlich innerhalb der Gesellschaft) so bewegen zu können, dass es sowohl für sie selbst als auch für den Rest der Gruppe von Vorteil ist.“ (Winterhoff, S. 65)

Alles hat seine Zeit!

(Kriterien für Führungsentscheidungen) Kindsein – Erwachsensein

„Kinder müssen wieder als Kinder gesehen werden“, so Winterhoff. Sie sind keine kleinen Erwachsenen. Kindsein und Erwachsensein unterscheiden sich in vielen Punkten. Kinder leben eher nach dem Lustprinzip. Sie können Gefahren oft nicht abschätzen und müssen zuerst noch „in Bahnen“ gelenkt werden. Die Fremdbestimmung durch Er-

wachsene als Vorbild bringt Ideen mit sich, um eine eigene Meinung überhaupt entwickeln zu können. Kinder müssen lernen, zunehmend selbstständige Entscheidungen zu treffen, und die Entwicklung dorthin erfolgt in Etappen. Es ist wichtig, ein Kind nicht mit Entscheidungen zu überfordern, die es nicht überblicken kann, sondern Kind sein zu lassen. Beispiel: Eltern entscheiden im Rahmen der vorhandenen Möglichkeiten, in welchen Kindergarten ihr Kind kommt. Das Kind kann sich in der Regel noch nicht viel darunter vorstellen, was Kindergarten ist, und würde sich vielleicht für einen Kindergarten entscheiden, dessen Hauswand in seiner momentanen Lieblingsfarbe angemalt ist.

Festhalten – loslassen

Ein Kind muss sich erst einmal in einem sicheren Rahmen, der von den Eltern gesetzt wird, gehalten wissen. Hier kann es sichere Beziehungen und Bindungen aufbauen, Orientierung, Klarheit und Verlässlichkeit erfahren. Dann erst kann es eigene Schritte wagen, muss losgelassen werden, um eigene Schritte zu üben und sich auf andere Autoritätspersonen, sprich Erwachsene einlassen zu können, um in seiner Persönlichkeitsentwicklung weiterzukommen. Dann können Kinder Neues kennen lernen, dies mit ihren bisherigen Erfahrungen vergleichen und in ihnen zu Hause erfahrenen Rahmen, ihre Grundordnung einsortieren. Das ist auch eine Entwicklungsaufgabe für Eltern: Kinder festhalten wo nötig, loslassen wo möglich, dem Alter und der Situation angemessen, das Abwägen von Gefahr und Förderung. Beispiel: Ein dreijähriges Kind kann noch nicht alleine in den Kindergarten laufen, aber alleine dort bleiben. ▶

Anzeige

Unternehmerisch denken und handeln



KAUFLEUTE INGENIEURE (m|w)

Jetzt bewerben ▶



Mit unseren Systemhallen made in Germany sorgen wir für individuelle Lösungen und schaffen international neue Räume. Als Inhaber geführtes Unternehmen sind wir kontinuierlich und solide gewachsen.



HALTEC

www.haltec.de
info@haltec.de

HALTEC Hallensysteme GmbH



Foto: Fotostudio / Fotolia.com

Spielraum lassen – Spielregeln festlegen

Kindern brauchen Spielräume zum Ausprobieren, um kreativ werden zu dürfen. Sie müssen gestalten können, um dabei zu merken, dass sie etwas bewirken können. Eltern legen die Spielregeln, die Rahmenbedingungen fest. Sie geben dadurch Sicherheit und Orientierung und können passende Wahlmöglichkeiten lassen, die ihre Kinder einbeziehen und schrittweise in die selbstständige Entscheidung führen. Beispiel: Die Eltern legen fest, ob vom Wetter her ein T-Shirt angezogen werden kann oder ein Pullover erforderlich ist. Das Kind kann aber durchaus zwischen zwei oder drei unterschiedlichen T-Shirts auswählen. Oder: Das Kind will seine gemalten Bilder aufhängen und die Eltern entscheiden, welche Plätze dafür zur Verfügung stehen und welche nicht.

Zeit für Kind(er) – (Chef-) Zeit für mich

Wann ist Kinder-Zeit, wann ist Erwachsenen-Zeit? Pflege und Erziehung von Kindern nimmt viel Zeit und Kraft in Anspruch. „Chefs“ müssen aber auch nach sich schauen, um wirksam zu sein und zu bleiben, und rechtzeitig und regelmäßig auftanken. Förderlich für die ganze Familie ist, sich selbst und als Paar qualitativ wertvolle Zeit zu gönnen und miteinander

im Gespräch zu bleiben (in „Chef-Sitzungen/-besprechungen“). Beispiel: Eltern nehmen sich bewusst überschaubare, klar umrissene Auszeiten für sich allein und miteinander. Dabei ist nicht unbedingt die Dauer, sondern vielmehr die Qualität der Auszeit entscheidend.

Kind-Entscheidung – Erwachsenen-/Chef-Entscheidung

Welche Entscheidungen treffen denn nun die Eltern als „Chefs“, welche kann man den Kindern selbst überlassen? Welche Entscheidungen treffen Eltern und Kinder gemeinsam? Diese Fragen klären Eltern als Chefs ihres Familienunternehmens selbst. Bei dem oben bereits erwähnten thematischen Elternabend haben Eltern von Kindergartenkindern folgende Gedanken dazu in Kleingruppen ausgetauscht und notiert:

Kind-Entscheidung:

- was es spielen möchte (Freispiel)
- welches Buch vorgelesen wird
- nachmittags in den Kindergarten gehen
- blaue oder grüne Tasse – Tee oder Milch
- Musikinstrument, Sportart
- mit welchem Kind es sich treffen will

Gemeinsame Entscheidung:

- Kleiderwahl, aber Mama entscheidet lang oder kurz
- Freizeitgestaltung, Nachmittagsgestaltung
- Ausflug, Unternehmung, Wochenendaktivitäten
- Essenswahl mitbestimmen im gesteckten Rahmen (Vorbereitungszeit, gesundes Essen)
- welche Freunde wann eingeladen werden.

Chef-/Eltern-Entscheidung:

- alles rund um Sicherheit
- Benimmregeln, Manieren am Tisch
- Ess- und Schlafzeiten
- Termine müssen eingehalten werden (Arzt, Schule, Kindergarten ...) und Aufbruchzeiten dazu
- Süßigkeiten
- wann und wie lange fern geschaut wird

- allein in den Kindergarten gehen ja/nein
- aufräumen
- Hände waschen, Zähne putzen
- Kleidung (Wärmegrad)
- Urlaub
- Mein Kind ist krank – Muss es zu Hause bleiben?

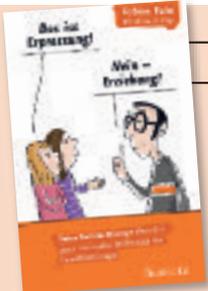
Erziehung erfordert klare Entscheidungen. Auch die Entscheidung, die Chef-Rolle einzunehmen. Was ist Ihre Chef-Entscheidung? An welcher konkreten Stelle wollen Sie Ihr Führungsverhalten in Ihrem „Familienunternehmen“ vielleicht verändern?

Abschließend ein Dialog zum Schmunzeln aus dem ganz normalen Wahnsinn eines Familienalltags (aus dem Buch von Tobias Faix mit Aimée und Lilly: „Das ist Erpressung! – Nein – Erziehung! – gesammelte Vater-Töchter-Dialoge“:

Lilly (3): Ich bin satt! (springt vom Stuhl und will das Weite suchen). Vater: Hiergeblieben. Der Teller wird leer gegessen. Lilly: Nein, ich mag nicht mehr. Vater: Die drei Bissen schaffst du schon noch. Lilly (entrüstet): Du bist hier nicht der Chef! Vater (ebenfalls entrüstet): O doch! Das bin ich, und jetzt setz dich wieder hin! Aimée (5) (etwas besserwischerisch): Papa, wer ist der Chef bei uns? Vater: (immer noch entrüstet) Ich! Aimée: (verdreht die Augen): Nein, der Chef ist Gott!

Viel Erfolg beim Umsetzen Ihrer (Vize-) Chef-Entscheidung(en) wünscht Ihnen:

Tanja Müllerschön, Diplom-Pädagogin, Jugendhilfe Flattichhaus Korntal



BUCH-TIPP
Tobias Faix
„Das ist Erpressung
Nein – Erziehung!“
Francke



BUCH-TIPP
Michael Winterhoff
„Warum unsere
Kinder Tyrannen
werden“ Gütersloher
Verlagshaus



Gemeinsam stark



**Deine Bibel-
geschichte**

Neuer Mut für Petrus



Petrus ist verzweifelt: Die Soldaten haben Jesus gefangen genommen! Ist jetzt alles aus? Seine Hoffnung auf eine neue, gute Welt? Petrus hat Angst um Jesus: Was wird mit ihm passieren? Und sind seine Jünger auch in Gefahr? Die Angst macht ihn ganz schwach.

Da ist es auch schon soweit: „He, du! Du bist doch einer von diesem Jesus!“, sprechen ihn zwei Männer an. Petrus

Am nächsten Tag ist passiert, was Jesus gesagt hat: Er ist am Kreuz gestorben. Petrus geht zurück in sein Fischerdorf. Er ist mutlos. Alles ist verloren – und

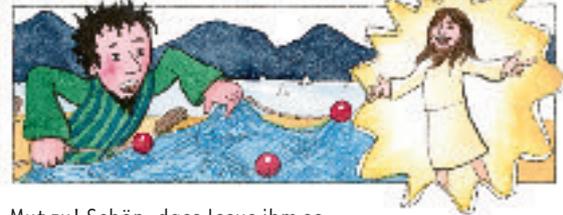


außerdem hat er sich aus lauter Angst auch noch wie ein Verräter verhalten.

Als er seine Netze auslegt, erscheint ihm der auferstandene Jesus:

wird rot: „Nein, ich habe damit nichts zu tun!“ – „Doch, ich habe dich mit ihm gesehen!“ Aber Petrus hat solche Angst: „Nein, ich kenne diesen Jesus gar nicht!“ Und er schämt sich für seine Feigheit.

„Liebst du mich? – Dann geh und Sorge für die, die mich lieben! Werde mein Nachfolger!“ Jesus spricht ihm



Mut zu! Schön, dass Jesus ihm so viel zutraut, denkt Petrus. Ausgerechnet ihm, der so viel Angst hatte! Das macht ihm neuen Mut. Er packt seine Sachen und geht zurück nach Jerusalem zu den anderen Jüngern. Und mit aller Zuversicht sagt er zu ihnen: „Jetzt geht es trotzdem weiter!“*

Lies nach im Neuen Testament: Lukas 22–23 dazu: Johannes 21

Spiele für viele

Die Lösung des Knotens

Mindestens sechs Kinder stellen sich im Kreis auf. Dann schließen alle die Augen, strecken ihre Arme zur Mitte und greifen jeweils zwei andere Hände. Augen auf! Nun versucht ihr gemeinsam, den Knoten zu entknoten. Dazu kann unter verknoteten Armen hindurchgeschlüpft oder auch über verknotete Hände gestiegen werden. Allerdings dürfen sich die Hände nicht loslassen. Nach einiger Turnarbeit geschieht dann das Wunder, der unentwirrbare Knoten löst sich zu einem Kreis auf!



Zusammen anders

Die Spieler gehen durch den Raum. Ein Spielleiter nennt ein Merkmal, nach dem sich ein Verein bilden soll. Etwa so: „Kommt alle zum Verein derer, die Vornamen mit fünf Buchstaben haben.“

Die Spieler, auf die dieses Merkmal zutrifft, versammeln sich. Dann nennt der Spielleiter ein neues Merkmal. Die Gruppe löst sich auf und die Spieler mit dem neuen gemeinsamen Merkmal versammeln sich. Es gibt beliebig viele Merkmale – nur sollten sie niemanden kränken. Zum Beispiel: Alle Linkshänder; alle, die schon mal in Frankreich waren; alle, die Schuhgröße 35 haben; alle, die im Winter Geburtstag haben. Was fällt dir noch ein?



Dir gefällt die Kinderseite? In der evangelischen Kinderzeitschrift **Benjamin** findest du noch mehr Geschichten, Bastel- und Kochtipps und Spannendes über Gott und die Welt. **Benjamin** - die evangelische Kinderzeitschrift, die den Glauben lebendig macht. Jeden Monat 24 Seiten zum Lernen, Entdecken und Mitmachen und 4 Seiten Elternbeilage.

Infos unter:
Hotline 0711- 60 100 30
abo@hallo-benjamin.de
www.hallo-benjamin.de

„Wir müssen Zugang zu unserem Herzen gewinnen!“

Ein Gespräch mit dem Knigge-Experten Rainer Wälde über den Weg zur persönlichen Originalität, wie man seine eigene Biografie, Stärken und Defizite annehmen kann, warum dabei eine „Landkarte des Lebens“ sowie Etikette hilfreich sind und warum es gut ist, diese Benimmregeln ab und zu auch mal zu brechen.

AKZENTE: *Herr Wälde, Sie sind unter anderem Mitbegründer und Vorsitzender des Deutschen Knigge-Rates. Inwieweit hilft Etikette, also das Beherrschen von Benimmregeln, ein selbstbewusstes Leben zu führen?*

Wälde: Ich selbst halte von dem Wort Etikette gar nicht so viel, weil es für viele Menschen mehr Form als Inhalt ausdrückt. Ich hingegen will Menschen helfen, Zugang zu ihrem Herzen zu gewinnen. Mir geht es darum zu ermutigen, Werte wie „Freundlichkeit“, „Respekt“ und „Wertschätzung“ zu achten und in konkrete Umgangsformen umzusetzen und zu leben.

AKZENTE: *Wie kann das praktisch aussehen?*

Wälde: Nehmen wir das Beispiel „Respekt“: Jemand hat mich zu Kaffee und Kuchen eingeladen. Respekt bedeutet hier für mich, dass ich den Einladungstermin zu- oder absage, dass ich mir überlege, was ich anziehe, mir Gedanken über ein mögliches Mitbringsel mache und dass ich mich an den vereinbarten Zeitrahmen halte. Das heißt auch, dass ich rechtzeitig losgehe, damit ich pünktlich da bin. Wenn es abzusehen ist, dass ich mich verspäte, dann bedeutet für mich Respekt auch, dass ich kurz anrufe und den Gastgeber darüber informiere. Es geht bei modernen Umgangsformen also um gelebte Werte und nicht um starre Formen.

AKZENTE: *Wie entgegnen Sie dem Vorwurf, dass das Einhalten von Etikette dazu dient, Leerstellen im Leben zu übertünchen und dass Schein mehr als Sein zählt?*

Wälde: Für viele Menschen, die Benimmregeln lieben, sind sie wie ein Geländer, an dem sie sich festhalten können, das ihnen Sicherheit vermittelt – was nicht falsch ist. Aber es gibt viele Situationen im Leben, da helfen ihnen Regeln überhaupt nicht weiter. Da kommt es vielmehr darauf an, dass sie Zugang zu ihrem Herzen haben und mitunter die Etiketteregeln brechen, damit es ihrem Gegenüber besser geht.

Eine wahre Geschichte veranschaulicht das eindrücklich: Ein spanischer König empfing einen hohen Staatsbesuch aus Afrika. Dieser trank nach der Begrüßung auf einen Zug die Fingerbowle leer, die für die Säuberung der Hände nach dem Genuss von Wachteln eingedeckt war. Um den Gast nicht bloßzustellen, tat es ihm der König geistesgegenwärtig nach, die Situation war gerettet.

Die Regeln zu kennen, ist das eine. Sie aber auch zur richtigen Zeit zu brechen, egal, was die anderen über mich denken, darauf kommt es letztlich an. Hauptsache ist, dass sich mein Gegenüber wohlfühlt, dass er wert geschätzt wird. Das Schlimmste ist es, sich selbst zu erheben, weil man sich mit den Etiketteregeln so gut auskennt, und den anderen öffentlich anzuprangern und bloßzustellen. Sich auf Kosten anderer zu profilieren, ist völlig falsch verstandene Etikette.

AKZENTE: *„Wir werden als Originale geboren und sollen originell leben“, erklären Sie auf Ihrer Internetseite. Wie kann das konkret gelingen?*

Wälde: Ich glaube, dass jeder Mensch einzigartig ist – nicht nur von seinem Aussehen her, sondern auch von seiner Persönlichkeit. Viele Menschen leben aber leider

als Kopien, indem sie kopieren, was die Medien zum Beispiel in Castingshows wie „Deutschland sucht den Superstar“ oder „Germany’s Next Topmodel“ sowie in vielen Modezeitschriften vorstellen. Meine Frau Ilona und ich hingegen ermutigen jeden, seine Einzigartigkeit zu leben. Im ersten Schritt geht es darum, die eigene Persönlichkeit zu entdecken und der Frage nachzugehen: „Was macht mich aus, warum bin ich einzigartig?“ Im zweiten Schritt zeigen wir auf, welche Kleidung einem beispielsweise steht und wie jeder seinen eigenen Stil leben kann. Letztlich geht es darum, die Originalität auszudrücken, sei es durch Kleidung, durch das Benehmen, durch die Art und Weise, wie wir mit anderen umgehen und wie ich meine Wohnung einrichte, sodass ich mich als Original mit meiner Persönlichkeit wohlfühle.

AKZENTE: *„Erfolg ist für mich, wenn Menschen zu sich selbst finden“, haben Sie einmal formuliert. Was meinen Sie damit?*

Wälde: In meinem neuen Buch, „Landkarten des Lebens“, das ich zusammen mit der ZDF-Nachrichtenmoderatorin Gundula Gause geschrieben habe, ermutige ich, auf einem Blatt Papier einmal alle Lebensstationen in einer persönlichen Landkarte einzutragen: Mein Geburtsort, die Region, wo ich aufgewachsen bin und die Wegstrecken einzuzeichnen, die man im Laufe seines Lebens gegangen ist. Spannend dabei ist: Wie verorte ich diese Stationen topografisch, also im Hinblick auf gedachte Höhenmeter? So wird deutlich, was für mich Höhepunkte und was eher Täler in meinem Leben waren.



Wenn ich das gemacht habe, erhalte ich auch Zugang zu meinen Emotionen. Ich glaube, dass Identität immer sehr stark etwas mit Herkunft zu tun hat - aber auch mit der Frage: Was habe ich dort empfunden und was war gut in dieser Lebensstation?

Durch diese Landkarte meiner eigenen Biografie ist mir zum Beispiel deutlich geworden, dass ich jahrelang meinen Heimatort Freudenstadt mied, da ich dort im Alter von elf Jahren meine Mutter an Krebs verlor. Ich merkte dann auch, dass es Überwindung kostet, die „Täler des Lebens“ bewusst aufzusuchen und die Krisen, die damit verbunden sind, aktiv aufzuarbeiten. Daran führt aber aus meiner Sicht kein Weg vorbei.

AKZENTE: Ein weiterer Satz von Ihnen lautet: „Nur wenn ich einen gesunden Zugang zu meinen Stärken und auch meine Schwächen reflektiert habe, kann ich meine Identität überzeugend leben. Ansonsten stehe ich ständig in der Gefahr, dass ich mich von außen fremd bestimmen lasse.“

Wälde: Jeder Mensch hat ein eigenes Maß an Kraft bekommen. Das gilt es zu beachten und anzunehmen. Ich kann zum Beispiel nicht so viel unterwegs sein wie einer meiner Bekannten, das überfordert mich. Ich ermutige auch, „Heilige Orte“ aufzusuchen. Damit meine ich nicht unbedingt Klöster und Kirchen, sondern Orte in meiner eigenen Biografie, die für mich eine besondere Bedeutung haben, wo ich zur Ruhe kommen und Kraft tanken kann. Das kann ein Bootssteg sein oder eine Grillhütte im Wald, wo ich zu mir und zu Gott kommen kann.

Wenn bei mir die inneren Akkus leer werden, dann ziehe ich die Notbremse und nehme mir eine Auszeit, in der ich mir zwei Stunden Zeit für mich nehme, in der ich ins Schwimmbad oder in die Sauna gehe oder einen Kaffee mit einem guten Freund trinke.

AKZENTE: Was raten Sie Menschen, die ihre Defizite deutlich wahrnehmen, die sich nicht auf der Sonnenseite des Lebens sehen und Schwierigkeiten haben, Ja zu ihrem Leben zu sagen?

Wälde: Interessanterweise gibt es Defizite bei jedem Menschen: bei den Anzugträgern mit einer teuren Limousine wie bei denjenigen, die sozial benachteiligt sind und von Hartz IV leben müssen. Bei dem einen sieht man es auf dem ersten Blick und bei anderen vermutet man es gar nicht erst und denkt, dass sie sich auf der Sonnenseite des Lebens bewegen.

Grundsätzlich ist es wichtig, hinzuschauen, was meine Not ist und wo ich ein Problem habe. Es ist kein leichter, aber heilsamer Weg, ein Ja dazu zu finden, sich einzugestehen, dass ich in ein Tal in meinem Leben geraten bin. Die Frage ist nun wie bei einer tatsächlichen Wanderung, ob es auf meinem Lebensweg im übertragenen Sinne Baumstämme gibt, die ich auf die Seite räumen, über die ich steigen kann - oder ob ich wirklich umkehren muss, weil das Hindernis zu groß ist. Diese Entscheidung muss jeder für sich selbst treffen und ich rate - auch wenn es ein wenig kitschig klingt - hier auf die „Stimme des Herzens“ zu hören und gute Freunde um Rat zu fragen: Ist das jetzt eine Blockade, die gut für mich ist und die ich akzeptieren sollte, ►

Wie wir werden, was wir sind.



Gundula Gause und Rainer Wälde haben sich in der Mitte ihres Lebens auf Spurensuche begeben: in den Tälern, Schluchten, Sackgassen, aber auch auf den Gipfeln des Lebens. So entfaltet sich ein bewegendes Lebensporträt zweier Menschen, die ihren Weg gefunden haben. Und die eine Brücke schlagen zu Ihrem Leben. Wie sieht Ihre Landkarte aus? Wo kommen Sie her? Wo stehen Sie jetzt? Und wie geht es in Ihrem Leben weiter?

adeo Verlag • Gebunden mit Schutzumschlag
176 Seiten • ISBN 978-3-942208-54-3 • € 16,99

Leseprobe unter www.adeo-verlag.de
Erhältlich im Handel oder unter www.adeo-verlag.de

adeo
Unterwegs. Sein.

oder kannst du mir helfen, diese Blockade zu überwinden und auf die Seite zu räumen, damit ich weitergehen kann?

AKZENTE: *Was zeichnet Menschen aus, denen es leichter fällt, ihre Defizite einzugestehen?*

Wälde: Es ist weniger eine Frage des Geschlechts, ob es jemandem leicht fällt, seine Stärken und Schwächen anzunehmen, sondern eher eine Frage der Reflexion: Bin ich bereit, in den „Keller meines Lebens“ hinabzusteigen? Bin ich bereit, meine eigenen Stärken anzuschauen?

Wir sind uns häufig unserer Schwächen bewusst, aber was ich gut kann, was ich an Gaben von Gott geschenkt bekommen habe, das zu sehen und dazu zu stehen, fällt vielen schwer – aus Angst, stolz zu sein oder als arrogant zu gelten.

„Ich bin mir meiner selbst bewusst!“ – das sagen zu können, ist ganz gesund und heilsam. In der Bibel findet sich das Gebot: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.“ Das stimmt absolut, die Liebe fängt aber immer bei mir selbst an: dass ich mich akzeptiere, wie ich bin – mit den Schokoladenseiten, aber auch den negativen Seiten.

Wer immer nur seine Schwächen sieht, sollte einmal bewusst seine Stärken wahrnehmen und schätzen. Dabei hilft es, für sich einmal aufzuschreiben, was man wirklich gut kann und was einem liegt. Wenn ich nicht selbst darauf komme, kann ich festhalten, was andere an mir loben und schätzen. Denn die eigenen Stärken bekommt man oft durch die Berichte anderer zu hören.

AKZENTE: *Viele Eltern und Jugendliche stehen oft hilflos den Idealen gegenüber, die in Fernsehsendungen und Zeitschriften propagiert werden. Wie kann man sich davon frei machen?*

Wälde: Wir brauchen Vorbilder und ich finde es spannend, Menschen in meiner realen Umgebung zu suchen, die Vorbilder sein können. Das können kleine Helden des

Alltags sein, das müssen nicht diejenigen sein, die durch eine tolle Stimme oder Körperbau auffallen.

Dabei bewundere ich oft etwas an anderen, beneide sie sogar – und merke gar nicht, dass ich auch Begabungen habe, die der andere vielleicht bei mir bewundert. Hier hilft das Gespräch mit dem anderen. Gegenseitig können wir uns so auf unsere Stärken aufmerksam machen.

AKZENTE: *Sie verhehlen nicht, dass Sie engagierter Christ sind. Wie kann gerade der christliche Glaube helfen, ein gesundes Selbstbewusstsein zu bekommen?*

Wälde: Für mich ist entscheidend zu akzeptieren, dass ich nicht der Nabel der Welt bin. Es gibt vielmehr einen Schöpfer, der mir das Leben mit einer bestimmten Lebenszeit geschenkt hat. Und eines Tages muss ich ihm Rechenschaft darüber ablegen, wie ich mein Leben gelebt habe. Durch dieses Wissen bekomme ich den richtigen Wert auf dieser Welt. Wenn ich aber denke, dass ich der „King“ bin, dass ich auf dem Thron sitze, dann entsteht ein Koordinatensystem, das nicht wirklich passt. Es ist also entscheidend, dass ich meine eigentliche Endlichkeit akzeptiere. Mich hat bei meiner ersten Frau Bettina beeindruckt, dass sie kurz vor ihrem Krebstod sagen konnte, dass sie ein erfülltes Leben gehabt hat und sie bereit ist zu sterben. Sie konnte ihre Endlichkeit akzeptieren. „Bedenkt, dass ihr sterben müsst, auf dass ihr klug werdet“, das bringt der Psalm 90 eindrücklich auf den Punkt.

AKZENTE: *Als Sie elf Jahre alt waren, starb ihre Mutter und mit 37 Jahren ihre erste Frau Bettina. Wie konnten Sie mit solch einschneidenden Ereignissen umgehen, ohne daran zu zerbrechen?*

Wälde: Am Wichtigsten aus meiner Erfahrung ist, dass ich nicht in der Opferrolle bleibe und die Verantwortung für mein eigenes Leben erkenne. Viele Menschen zerfließen in Selbstmitleid. Ich kenne das aus meinem eigenen Leben, dass man so tief im

Keller sitzt und meint, dass man daraus nicht mehr herauskäme und der ärmste Mensch auf der Welt sei. Diese „Arie des Selbstmitleides“ kann einen ziemlich lange gefangen halten. Mir hat es geholfen, professionelle Hilfe von außen zu suchen. In der Trauerarbeit habe ich sehr viel über mich selbst und meinen Abschied von Bettina gelernt.

Mir scheint es in allen Krisen wichtig, sich immer bewusst zu machen, dass man mündig ist, dass man die Verantwortung für sein Leben trägt. Jeder hat von Gott Stärken bekommen. Es gilt immer wieder, aufzustehen und wie der biblische Prediger zu sagen: „Weinen hat seine Zeit, Trauern hat seine Zeit“ – aber auch „Leben hat seine Zeit“. Die Zeit, die ich habe, gilt es aktiv zu nutzen und sich immer zu entscheiden, wofür ich meine Zeit einsetzen will. Diese Entscheidung muss ich täglich treffen.

Das Gespräch führte Claudius Schillinger.

RAINER WÄLDE,



ist Berater und Trainer, TV-Moderator und Buchautor. Lange war er als Rundfunkredakteur und

Fernsehmoderator tätig. 1992 gründete er gemeinsam mit seiner verstorbenen Frau Bettina das TYP Color Institut für Typberatung. Heute leitet er die TYP Akademie Limburg gemeinsam mit seiner zweiten Frau Ilona Dörr-Wälde. Als Berater ist er hauptsächlich im Bereich Persönlichkeitsentwicklung, Marketing, Public Relations, Kundenservice und Business-Etikette tätig.

Rainer Wälde ist seit 2004 Herausgeber des Referenzwerks „Der große Knigge“ im Verlag für die Deutsche Wirtschaft. Er ist außerdem Mitbegründer und Vorsitzender des Deutschen Knigge-Rates.

www.rainerwaelde.de



Schwach sein und doch stark?

„Ich möchte einmal groß und stark werden!“, sagen Kinder. Und auch Eltern wünschen sich, dass ihre Tochter oder ihr Sohn starke Persönlichkeiten werden, die mit Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen ins Leben gehen.

Auch der Apostel Paulus, der als mutiger Missionar das Evangelium von Jesus Christus verkündigte, galt als starke Persönlichkeit. Paulus war für viele ein Vorbild im Glauben, ein treuer Seelsorger für die Gemeinden, die er gegründet hatte. Aber dann passiert ihm, was auch uns bisweilen widerfahren kann: Paulus wird angegriffen. Ihm werden Vorwürfe gemacht, dass er zu wenig erfolgreich sei, dass sein Glaube zu schwach sei und zu wenig Ausstrahlungskraft besitze. Paulus – wen wundert es – setzt das alles zu. Er fühlt sich ohnmächtig und schwach. Hinzu kommt eine Krankheit, die ihm Schmerzen bereitet. Inständig hat er gebetet und gefleht, dass Gott ihn von diesem Leiden befreit.

Vielleicht ist dies ebenfalls Ihre Erfahrung, dass Sie zu Gott flehen und bitten und Hilfe und Veränderung ersehnen? Manches Mal dürfen wir die wunderbare Erfahrung machen, dass unsere Gebete erhört werden. Aber manches Mal müssen wir auch die schmerzliche Erfahrung machen, dass unsere Bitten und Gebete nicht erhört werden. Doch es ist nicht so, dass Paulus in seinem Bitten und Flehen gar keine Antwort bekam! Jesus Christus gibt ihm eine. Er sagt zu ihm: „Meine Kraft ist in den Schwachen mächtig.“ (2. Korinther 12, 9)

Diese diesjährige Jahreslosung der Evangelischen Kirche ist ein Zuspruch. Christus selbst ist es, der Schmerzen erlitten hat, der den Weg ans Kreuz gegangen ist, der sein Leben hingegeben hat. Christus selbst ist es, der den Tod überwunden hat und an Ostern auferstanden ist.

Die Natur lässt aus kleinen, scheinbar schwachen Samenkörnern, die in die Erde gelegt werden, wunderbare Pflanzen und Blüten wachsen.

Auch uns, jeder und jedem einzelnen von uns, sagt dies Jesus zu, wie er es damals Paulus zusagte: „Meine Kraft ist in den Schwachen mächtig.“ Jesus ist bei uns, wenn wir schwach sind. Seine Kraft soll uns zuwachsen, wenn wir uns schwach und ohnmächtig fühlen.

Vielleicht gehören auch Sie zu einer christlichen Gemeinde oder einer Kirche – einer Gemeinschaft der scheinbar Starken und der scheinbar Schwachen. So hat es auch der bekannte Schauspieler Bobby Brederlow, ein fröhlicher Zeitgenosse mit Down-Syndrom, beschrieben: „Ich finde es sehr wichtig, dass wir zusammen Dinge machen. Jeder kann was, der eine kann gut singen, ein anderer kann gut zuhören. Es ist wichtig, dass wir miteinander sprechen und uns zuhören.“

Diese Aussage untermalt eindrucksvoll folgende Episode, die ein Lehrer erzählte. Wie in jedem Jahr ging er mit seiner Hauptschulklasse in ein Waldschullandheim. In früheren Jahren gab es dort häufig Schwierigkeiten, wenn gleichzeitig Realschüler da waren, die die Hauptschüler spüren ließen, die Schwächeren zu sein. Dieses Mal war zeitgleich eine Schulklasse mit Jugendlichen mit Down-Syndrom anwesend. Die Atmosphäre war ganz anders. Die gemeinschaftlichen Holzarbeiten im Wald, die gemeinsamen Mahlzeiten und Spiele waren geprägt von Fröhlichkeit, gegenseitigem Interesse und Hilfsbereitschaft. Die ganze Gruppe machte die Erfahrung, dass jede und jeder etwas einbringen kann, sei es gute Laune verbreiten oder jemandem helfen. Das war eine gute Erfahrung für beide Schulklassen – für die Jugendlichen mit Behinderung und für die Jungen und Mädchen ohne Behinderung.

Dafür wollen wir uns einsetzen in unserer Kirche und Diakonie, in unseren Gemeinden, dass alle dazu gehören, Menschen mit Behinderung und Menschen ohne Behinderung, die scheinbar Starken und die scheinbar Schwachen. Jeder kann etwas dazu beitragen und jeder gehört dazu. Denn Jesus selbst ist es, der uns verbindet. Er, der selbst die Schwachheit am Kreuz erlebte, der auferstanden ist und der uns Leben und Hoffnung schenkt. Der uns zusagt: „Ich lebe, und ihr sollt auch leben“ (Johannes 14,19).

Vermutlich hat sich der Apostel Paulus zunächst mit der Antwort von Jesus schwer getan, seine eigene Schwachheit anzunehmen. Doch schließlich kann er es und sagt, dass er guten Mutes in seiner Schwachheit sei. Und Paulus schöpft daraus Zuversicht, seine Arbeit als Missionar fortzusetzen trotz aller Schwierigkeiten.

Vielleicht tun wir uns ebenfalls schwer, Schwäche anzunehmen und zuzugestehen – bei uns selbst, bei anderen, bei unsern Kindern. Doch in solchen Situationen können wir immer wieder die tiefe Erfahrung machen, dass Gott gerade dort wirken kann und will, dass er uns beisteht und uns hilft. „Denn meine Kraft ist in den Schwachen mächtig.“ ♦

DIETER KAUFMANN,



1955 geboren, ist seit 2009 Vorstandsvorsitzender des Diakonischen Werks Württemberg. Der Oberkirchenrat ist Mitglied der Kirchenleitung der Evang. Landeskirche in Württemberg.
www.diakonie-wuerttemberg.de

Das Minuten-Training für zwischendurch

Gert und Marlen von Kunhardt geben Tipps, wie man sich im Alltag fit halten kann, ohne zusätzlich Zeit zu investieren, und erklären, warum die Bibel so viel Freude am Leben vermittelt.

Es gibt viele Stellen in der Bibel, die einen fröhlichen und dabei ausgewogenen Lebensstil beschreiben. Hier eine kleine Auswahl: „Iss dein Brot mit Freuden, trink deinen Wein mit frohem Herzen“ (Prediger 9,7). Gott ruft uns zu: „Fröhlichkeit ist gut für die Gesundheit“ (Sprüche 17,22). Und: „Ihr sollt springen wie die Mastkälber“ (Maleachi 3,20). Doch es gibt noch mehr Beispiele in der Heiligen Schrift. Schon ganz am Anfang heißt es: „Gott schuf den Menschen nach dem Bilde Gottes – nach dem Bilde Gottes schuf er ihn – als Mann und als Frau schuf er ihn“ (1. Mose 1,26–27). Unsere Körperlichkeit wird dabei als Beispiel für Gott selbst, als sein „Ebenbild“, bezeichnet. Das wird sogar zweimal im gleichen Satz betont und somit verstärkt! Und als Gott dieses Schöpfungswerk ansah, befand er: „Und siehe, es war sehr gut.“ (1. Mose 1,30) Die Freude über Gottes Schöpfungswerk bekommt unserer Meinung nach im Psalm 18 Vers 20 ihre schönste Ausdrucksform. Hier heißt es: „Er führte mich hinaus ins Weite, denn er hatte Lust zu mir.“ Soviel sind wir Gott wert! Spielende Bewegung, genussvolles Speisen, entspannendes Ruhen ist Gottes Vorschlag für unser Leben.

Der zentrale Auftrag Gottes für den Menschen ist umfassend gemeint: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.“ Aber diese Bedingung, den anderen „wie sich selbst“ zu lieben, bedenken wir viel zu wenig im Hinblick auf unsere eigene Körperlichkeit. Gott will, dass wir leben (Johannes 10,10). Und das ist viel mehr als Essen und Trinken, Schlafen und Arbeiten. Gott hat dem Menschen zwar Grenzen gesetzt. Aber das heißt nicht, dass wir deshalb unsere Hände in den Schoß legen, dass wir die Füße still halten sollen, weil wir ja sowieso nichts ändern könnten. Denn die in diesen Bibel-

zitatenausgedrückte körperliche und sinnliche Zuwendung Gottes ist mit unserer eigenen Verantwortung verbunden: „Wisst ihr nicht, dass euer Leib der Tempel für Gottes Geist ist?“ (1. Korinther 6,19)

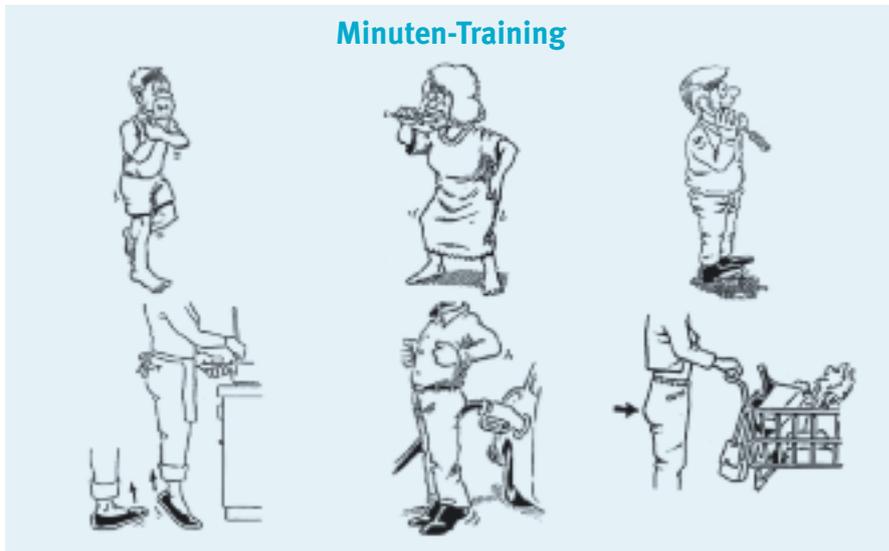
Wir sind eingeladen, aktiv zu werden, einerseits innezuhalten, das Tempo zu verlangsamen und andererseits uns zu erfrischen, indem wir uns bewegen, dann wieder zu ruhen und zu genießen. Denn eines ist auch klar: Niemand kann sich für uns erholen, auch nicht essen, verdauen, schlafen, sich pflegen oder sich konditionieren. Dass müssen wir schon selbst tun.

Also bewegen meine Frau und ich uns viel. Jeden Tag joggen wir zwanzig Minuten (joggen = bummelndes Laufen) oder wir schwingen zehn Minuten auf einem hochelastischen Trampolin. Das hält besonders das Herz physiologisch jung.

Genau genommen führen wir beide ein durch den ganzen Tag bewegtes Leben. Wenn man jedoch bedenkt, dass wir jeden Tag etwa 10 000 Schritte gehen müssten, um gesund zu bleiben (das sind die derzeit

weltweit bestätigten Zahlen zur Aufrechterhaltung der Gesundheit), dann reichen zwanzig Minuten Joggen und zehn Minuten Trampolinspringen nicht aus. Seitdem wir begriffen haben, dass Sauerstoff so wichtig für unseren Körper ist wie Geld für die Wirtschaft, hat die körperliche Bewegung als Sauerstoffpumpe eine völlig neue Bedeutung für uns bekommen. Sauerstoff stärkt die Heilkräfte des Körpers in einem Maß, das wir uns kaum vorstellen können. Dieser „ganz normale“ Sauerstoff ist im Zusammenspiel mit dem Blut- und dem Lymphsystem „das A und O“ unseres Organismus. So ist die Sauerstoffaufnahme durch Bewegung gleichzeitig der Motor des Lymphsystems, dieses „Schmierstoffs“ zwischen dem Blutplasma und der Gewebsflüssigkeit, dessen Bedeutung immer noch krass missachtet wird. Nur so wird einerseits Sauerstoff in den Körper und die Gifte aus ihm heraus geleitet. Funktioniert dieses System normal, kann fast jede Krankheit abgewehrt, jede Verletzung in kürzester Zeit geheilt werden. Eine milliardenfache Zahl von Natrium/Kalium-Pum-

Minuten-Training



olaf stratmann

coaching training supervision



Jedes Team und jeder Mensch kommt mal ins Stocken ...

Sie suchen ein menschliches und professionelles Gegenüber, mit dem Sie Klärungs- und Veränderungsmöglichkeiten in einem vertraulichen Gespräch ausloten können? Als Theologe und zertifizierter Coach begleite ich Unternehmen und Privatpersonen empathisch, akzeptierend und bin dabei gleichermaßen offen für Ihre Sach- und Beziehungskonflikte. Je nach Bedarf steht die persönliche Begleitung oder die Prozess- und Strukturberatung im Vordergrund. Ich unterstütze Sie, damit Sie auch in Phasen großer Veränderungen nicht den roten Faden verlieren.

Olaf Stratmann Coaching

Wilhelmsdorfer Straße 8
70825 Korntal-Münchingen
T +49 (0)7 11 - 57 64 95 38
M +49 (0)1 73 - 27 70 94 9
consult@olaf-stratmann.de

Sie finden mich im
Familienzentrum Korntal.

pen in den Zellen halten durch Sauerstoff nicht nur die Blutproteine flüssig, sondern auch die Minerale gelöst. Bricht das System aus Mangel an Sauerstoff zusammen, klumpen die Mineralien und lagern sich in den Gelenken ab. Dann spricht man von Arthritis, in den Augen nennt man es den „Grauen Star“, in den Blutbahnen „Arterienverkalkung“ und im Gehirn „Alzheimer“. Ursache hierfür kann auch Sauerstoffnot durch Bewegungsmangel sein. Tiefes Einatmen, Sport, Treppensteigen und selbst das Lachen bringen Sauerstoff in den Kreislauf. Am besten geht es mit dem hochelastischen Trampolin. Es wirkt wie ein „Lymphatisator“, denn es bewegt das Gewebe ohne besondere eigene Anstrengung durch unwillkürliche Muskelan- und entspannungen.

Deshalb haben meine Frau und ich uns eine Strategie des „Minuten-Trainings“ erdacht, die uns den ganzen Tag lang in Bewegung hält. Sie beginnt schon morgens beim Aufstehen. Die Idee ist, dass wir alle ohnehin notwendigen Verrichtungen bewegungsaktiv gestalten, ohne zusätzlich Zeit investieren zu müssen. So putzen wir uns die Zähne in einer Art Ski-Abfahrtshocke. Es mag sich lustig anhören, ist aber umso wirkungsvoller. Auch rasiere ich mich auf einem Bein balancierend. Genau so trocknen wir uns nach dem Duschen ab oder binden uns so die Schuhe zu. Auch im Auto bleiben wir bei jeder sich bietenden Gelegenheit in Bewegung. An der Ampel rollen wir die Schultern, im Stau „pressen“ wir das Lenkrad isometrisch (d. h. die Armmuskeln führen ausschließlich eine Spannungsänderung, jedoch keine Längenänderung durch) zusammen oder „ziehen es auseinander“, spannen die Sitzmuskeln an, recken und strecken uns, wo es nur geht. So gar im Supermarkt sind wir in der Kassen-

schlange mit der An- und Entspannung der Bauchmuskeln aktiv. Auf diese Weise nutzen wir alle aufgezwungenen Zeiten, die sonst ungenutzt bleiben würden, für die Bewegung und damit für unser Immunsystem.

Als echte Hilfe und Anreiz für mehr Bewegung hat sich dabei ein Schrittzähler erwiesen. Wie ein persönlicher Coach registriert er alle Bewegungen durch einen Satelliten-unterstützten Sensor. Er zählt also nicht tatsächlich nur Schritte, sondern die effektive Körpermassebeschleunigung auch beim Treppensteigen in interpolierten Beschleunigungseinheiten so wie Schritte. Wir profitieren sehr von unserem Schrittzähler. Wir fragen uns zwischendurch immer wieder nach den bereits erlaufenen Schritten ab. Es ist wie ein Spiel: „Na, wie viel hast du jetzt?“ Wenn die Differenz zu groß wird, also der eine 7500, der andere aber erst 4800 Schritte hat, dann legen wir eine extra Bewegungsrunde – meist einen kleinen Spaziergang – ein und staunen, wie schnell man 3000 Schritte zusätzlich zusammen bekommen kann. Wie oft mussten wir so feststellen, dass wir selbst nach einem anstrengenden Tag im Büro oder im Haushalt oft nur auf zwischen zwei und 3000 Schritte kommen. Das war jedes Mal richtig enttäuschend, weil wir geglaubt hatten, doch den ganzen Tag über aktiv gewesen zu sein. Aber die Ernüchterung ist lehrreich und notwendig. Sie hilft, die Bequemlichkeit zu überwinden und erleichtert den Neustart.

Seitdem wir dazu übergegangen sind, unsere Nachbarn, Freunde und Verwandten vom Gebrauch des Schrittzählers zu überzeugen, haben wir uns selbst damit die beste Motivationshilfe geschaffen. Die fragen uns nämlich: Wie viele Schritte hast du heute vorzuweisen? Schon deswegen laufen ►

wir meistens früh morgens auf dem Trampolin oder durch den Wald, um uns nur ja nicht mit mageren Zahlen lumpen zu lassen. Wir sind tatsächlich dadurch noch mehr in Bewegung gekommen und fühlen uns jünger und belastbarer. Und: Wir haben ein gutes Gewissen.

Und es ist ja wirklich so: Ein Mensch, der weiß, dass er sich mehr bewegen müsste, und tut es nicht, der bekommt ein schlechtes Gewissen. Er wird ständig im Erklärungszwang sein, weshalb er heute nicht in Bewegung gekommen ist. Ein Mensch aber, der es dann doch tut, der ist ein Siegertyp. Er weiß, dass er richtig liegt. Das lässt das Selbstbewusstsein wachsen.

Bewegte Menschen

- fühlen sich wohler,
- trauen sich mehr zu,
- können länger und weiter gehen,
- können schneller gehen,
- können die Straße schneller überqueren,
- können mehr Treppenstufen steigen,
- Treppen schneller steigen,
- können selbständig von Stuhl oder WC aufstehen,
- können sich besser pflegen,
- können selbständig die Badewanne verlassen,
- können schwere Taschen nach Hause tragen,
- haben Muskeln, die bis ins hohe Alter ihre Kraft behalten,
- können die Gelenke schmerzfrei bewegen,
- hören und sehen besser,



- können sich selbständig an- und ausziehen,
- stürzen weniger schnell, weil sie besser reagieren und gegensteuern können,
- haben gute Aussichten, länger zu leben,
- sind zufriedener und bleiben geistig fit.

Bewegte Menschen sind nicht nur im Körper, sondern auch im Kopf schneller. Sie sind kommunikativer, freundlicher, selbst-

sicherer in Gesellschaft und damit für ihre Mitmenschen interessanter. Dafür lohnt es sich, heute Unbequemlichkeiten in Kauf zu nehmen, um es im (hohen) Alter bequem zu haben. Dieses zusätzliche Minuten-Training, wie wir es nennen, ist alters- und ortsunabhängig, es ist leicht durchzuführen und sehr ergiebig. Man benötigt keine Extraleidung und verliert auch keine Zeit. Das Schönste: Es macht Spaß! ♦

DIE AUTOREN, GERT UND MARLEN VON KUNHARDT



Gert von Kunhardt (72), Sportdezernent a. D., Gesundheitssenator h.c. (Publizist, Autor von vielen Sachbüchern, seit über 50 Jahren Spitzensportler (WM Silber und Bronze im Modernen Fünfkampf 1964, Deutscher Rekordhalter, Landesmeister im Orientierungslauf 2000–2011). Langjährige Tätigkeit als Cheftrainer für olympische Sportarten. Er ist einer der bekanntesten Gesundheitsexperten Deutschlands, Juror bei McKinsey für Präventionsprogramme, Dozent und Mastertrainer im Berufsverband Deutscher Präventologen, 2. Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Adipositas-Selbsthilfe, Leiter des Instituts „Bewegung ist Leben“ in Bad Malente und Gründungsmitglied der Deutschen Akademie für Prävention, Hannover. **Marlen von Kunhardt** (65), Lehrerin und Gesundheitspädagogin, hat als Sportpädagogin langjährige Erfahrungen gesammelt und publiziert, die im WDR-Gesundheits-TV als beispielhaft für den Schulsport thematisiert worden sind. Sie ist Dozentin beim Berufsverband Deutscher Präventologen. Beide haben mehrere Jahre ein Institut für Bewegungstherapie und Rehabilitation geleitet und sind als Moderatoren, Vortragende und Seminarleiter in allen deutschsprachigen Ländern gefragt.



BUCH-TIPP

„Keine Zeit und trotzdem fit“
Campus

Aus unserer Diakonie

„Schluss mit der Verunglimpfung der Altenhilfe!“



Ein Interview mit Wolfgang Lorenz, der nach 20 Jahren als Geschäftsführer der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal Ende 2011 verabschiedet wurde (s. S. 22). Als Anerkennung erhielt der ausgewiesene Altenhilfefachmann das Goldene Kronenkreuz des Diakonischen Werks Württemberg.

Herr Lorenz, wie hat sich „Ihre“ Diakonie in 20 Jahren verändert?

Lorenz: Sie hat sich sehr positiv weiter entwickelt. Es freut mich sehr, dass es bis heute gelungen ist, immer wieder engagierte Mitarbeitende zu finden, die sich voll und ganz für die ihnen anvertrauten Menschen einsetzen. Dankbar bin ich vor allem auch unseren treuen Ehrenamtlichen und Spendern, die unsere Arbeit vielfältig mittragen. Gerade unsere guten Beziehungen zu Freunden und Förderern weit über den Bereich der Brüdergemeinde hinaus haben es so möglich gemacht, Dienste für Kinder, Jugendliche und alte Menschen anbieten zu können, die wir aus eigener Kraft nicht finanzieren könnten – denken Sie nur an den Schulbauernhof Zukunftsfelder.

Wie haben sich die äußeren Bedingungen geändert?

Lorenz: Die öffentliche Finanzierung diakonischer Angebote hat sich verändert. Das Selbstkostendeckungsprinzip, bei dem die Einrichtungen der Alten- und der Jugendhilfe ihre Erhöhungsforderung der Pflegesätze mit den erhöhten Ausgaben des Vorjahres belegen mussten, ist dem Entgelt-Prinzip gewichen. Heute werden die Leistungen und damit auch die Kosten vorher festgelegt und die Entgelte direkt mit den Landratsämtern oder den Pflegekassen ausgehandelt. Das hat wiederum zu einer größeren Angebotsvielfalt in der Jugend- und in der Altenhilfe geführt. In der Jugendhilfe beispielsweise haben wir die Entwicklung vom Schwerpunkt „zentraler Heimbetrieb“ mit voll- und teilstationären Angeboten hin zu Angeboten der Erziehungshilfe im angestammten So-

zialraum, also im Wohn- und Lebensfeld der betreffenden Kinder und Jugendlichen und deren Familien. Dezentrale Außenwohngruppen und Außenklassen sind heute Alltag und nicht mehr wegzudenken. Auch die Arbeit direkt in und mit Familien ist enorm ausgebaut worden.

Was hat sich innerhalb der Brüdergemeinde-Diakonie getan?

Lorenz: Unsere Diakonie hat sich organisatorisch-strukturell weiterentwickelt und damit den Anforderungen des modernen Sozialmarkts Rechnung getragen. Vor 20 Jahren hatten wir ganz verschiedene Rechtsträger für unsere diakonische Arbeit, zum Beispiel den „Kinderheime Korntal und Wilhelmsdorf e.V.“. Durch das Zusammenführen dieser bislang eigenständigen diakonischen Unternehmungen in die „Diakonie der Ev. Brüdergemeinde Korntal gemeinnützige GmbH“ im Jahr 2004 konnten Kräfte und Ressourcen gebündelt und die diakonische Arbeit der Brüdergemeinde insgesamt gestärkt werden. Dennoch muss ein Sozialunternehmen wie die Brüdergemeinde-Diakonie auch weiterhin stets bedacht sein, so effizient und kostenbewusst wie möglich zu wirtschaften, ohne dass die Qualität darunter leidet!

Was ist das besondere der Diakonie, Marke Brüdergemeinde Korntal?

Lorenz: Vor allem die enge Verzahnung der diakonischen mit der gemeindlichen Arbeit der Brüdergemeinde ist ungeheuer wichtig und wertvoll. Diese Konstellation trägt dazu bei, dass viele ehrenamtlichen Helfer die diakonische Arbeit unterstützen und so Diakonie als ein Teil christlichen Glaubens von der Brüdergemeinde gelebt und von der Öffentlichkeit erlebt wird. Und von den Fachleuten der Diakonie profitiert natürlich auch die Gemeindegemeinschaft der Brüdergemeinde.

Was kann helfen, den Berufen in der Altenpflege mehr öffentliche Anerkennung zu verschaffen?

Wolfgang Lorenz wurde im Januar nach 20 Jahren als Geschäftsführer verabschiedet.



Lorenz: Es muss endlich Schluss sein damit, dass Altenpflege pauschal verunglimpft wird und Mitarbeitende in den Pflegeheimen von oben herab behandelt werden. Ständig gibt es in Pflegeheimen irgendwelche Prüfungen und Kontrollen: Heimaufsicht, Gesundheitsamt, Gewerbeaufsichtsamt, Medizinischer Dienst der Krankenversicherung usw. Unsere Mitarbeitenden müssen sich vorkommen, wie wenn sie etwas Unrechtes tun, so werden Pflegeheime inzwischen kontrolliert und überwacht. Sicher ist die eine oder andere Nachschau wichtig und richtig, aber sie sollte so ablaufen, dass unsere Mitarbeiter ihren Dienst so normal wie möglich weiter tun können und ihnen von den Prüfungsinstanzen auch die verdiente Anerkennung und Wertschätzung entgegengebracht wird. In der öffentlichen Berichterstattung, in den Diskussionen bei Gesetzgebungs- oder Gesetzänderungsverfahren und -vorhaben, muss der Grundtenor wieder sein, dass in 99 Prozent der Pflegeheime ein überaus guter und wertvoller Dienst getan wird, der allemal die gesellschaftliche Wertschätzung mehr als verdient hat. Altenpflege ist ein anspruchsvoller Beruf, nicht nur ein Job. Und die meisten, die diesen Beruf ausüben, bringen sich mit viel Herzblut in ihre überhaupt nicht einfache Aufgabe ein. Da ist es höchste Zeit, dass Meinungsmacher dazu übergehen, diese gute Nachricht permanent zu streuen und auch die politisch Verantwortlichen in der Seniorenpolitik diese Erkenntnis zur Grundlage ihres Handelns machen.

Aus unserer Diakonie

Goldenes Kronenkreuz für Wolfgang Lorenz



Wolfgang Lorenz, der langjährige Geschäftsführer der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal und ihrer diakonischen Einrichtungen, ist mit dem Kronenkreuz des Diakonischen Werks Württemberg (DWW) in Gold ausgezeichnet worden. Anlässlich der offiziellen Verabschiedung des 63-Jährigen aus seinem Amt im Januar wurde es Lorenz von der stellvertretenden Vorstandsvorsitzenden des DWW, Kirchenrätin Heike Baehrens, überreicht. Mit dieser höchsten Auszeichnung, die das Diakonische Werk zu vergeben hat, würdige es die Verdienste von Wolfgang Lorenz als langjährigen Vorsitzenden des Trägerforums des Württembergischen Fachverbandes für Altenhilfe, so Baehrens. „Wir lassen Sie nicht gerne ziehen“, sagte sie in ihrem Grußwort beim Empfang im Gemeindezentrum der Brüdergemeinde. In der Gremienarbeit habe sich Lorenz große Achtung als überzeugender Altenhilfefachmann erworben und darüber hinaus in schwierigen Situationen, in denen um die Reform der

Pflegeversicherung und die Weiterentwicklung der Altenhilfe gerungen wurde, durch seine überlegte und ruhige Art Orientierung gegeben. Wolfgang Lorenz ist bereits am 31. Dezember nach 22 Jahren aus dem Amt des Geschäftsführers der Evangelischen Brüdergemeinde ausgeschieden. Seit 1. Januar hat sein Nachfolger Thomas Woschnitzok (55) seine Aufgaben in der Gemeinde, der Diakonie sowie den Wirtschaftsbetrieben der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal übernommen.

Lob für die Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde

Heike Baehrens bezeichnete die Diakonie der Evangelischen Brüdergemeinde Korntal beim Empfang für Wolfgang Lorenz als „Schmuckstein in dem vielfältigen bunten Mosaik der württembergischen Diakonie“. Das diakonische Werk der Brüdergemeinde biete mit rund 500 Arbeitsplätzen eine breite und zeitgemäße Angebotspalette. Besonders in der Jugend- und Altenhilfe habe man

Wolfgang Lorenz erhält von Kirchenrätin Heike Baehrens das Kronenkreuz der Diakonie in Gold.



es verstanden, die Angebote gemäß dem eigenen hohen Anspruch innovativ weiterzuentwickeln. „Das strahlt in die ganze Diakonie aus“, sagte Baehrens. Der diakonische Zweig der Brüdergemeinde umfasst Kindergärten, Jugend- und Altenhilfe, ein Familienzentrum sowie einen Schulbauernhof. In ihrer Gemeindediakonie engagiert sich die Brüdergemeinde unter anderem mit einer Arbeit unter internationalen Mitbürgern, der helpline Korntal, einer Plattform für bürgerschaftliches Engagement für Menschen in Not und Krisen sowie mit dem Orientierungsjahr für Schulabgänger.

Johannes-Kullen-Schule Korntal

Ein Training mit dem Basketball-Profi



Für jeden jungen Sportler gehört es zu den größten Erfahrungen, einmal auf einen Profi seiner Disziplin zu treffen. Dieses Glücksgefühl wurde jetzt 14 Schülern der Johannes-Kullen-Schule zuteil. Sie absolvierten ein Training mit dem US-amerikanischen Basketball-Star Mark Dorris vom Bundesligisten EnBW Ludwigsburg. Nach dem Mannschaftstraining hatte er sich postwendend auf den Weg nach Korntal gemacht, um zwei Stunden mit den Schülern dranzuhängen, die ihn schon heiß erwartet hatten.

Bei den verschiedenen Korblegern, Spielzügen, Tipps und Tricks die Mark Dorris mit ihnen einübte, legte sich jeder der

Teilnehmer kräftig ins Zeug, um einen guten Eindruck auf den Profi zu machen. Einige Schüler bekamen sogar die Möglichkeit, „eins gegen eins“ gegen ihr Idol zu spielen. Das tollste für die Basketballer der Johannes-Kullen-Schule war aber: Mark Dorris agierte bei einer Körpergröße von immerhin 1,88 Metern nicht „von oben herab“, sondern vermittelte ihnen das Gefühl, selbst Teil ihres Teams zu sein. Und so dauerte es nicht lange, bis die letzten Hemmungen abgebaut waren und die gute Laune des Basketballers auf die Schüler übersprang. Am Ende der Trainingseinheit nahm sich Mark Dorris Zeit für Autogramme, die er u. a. auf Basketballbälle und Sportschuhe schrieb. Natürlich



Mark Dorris (mitte) vermittelte ein Teamgefühl, das die Schüler begeisterte.

durften ihn die Schüler auch mit persönlichen Fragen löchern.

Wilhelm-Götz-Kindergarten

Der gute Hirte wacht wieder über seinen Schäfchen im Kindergarten

 Der Wilhelm-Götz-Kindergarten der Diakonie in Korntal ist kaum wiederzuerkennen. Nicht nur, dass er ein attraktives Äußeres nach einer aufwändigen energetischen Sanierung bekommen hat. Auch die Zugangswege an der Charlottenstraße wurden kindgerecht umgestaltet. Wo einst Treppen den Weg für kurze Beine arg erschwerten, geht es jetzt ebenerdig ins Gebäude. Anstelle von altem Strauchbewuchs wurde eine Stahlskulptur errichtet. Der gute Hirte – ein Kunstwerk von Gerhard Messner aus Trossingen.

„In der Mitte sieht man eine überragende Gestalt, die durch die Bewegung der Arme eine schützende Geste ausdrückt. Gleichzeitig ist damit auch ein Lichtschweif dargestellt, der ein transzendentes Zeichen symbolisiert“, erklärt der Künstler. „Der Satz ‚Ich bin der gute Hirte‘, wurde in den Lichtschweif transparent eingearbeitet.“ Unter

diesem Geborgenheitsschirm platzieren sich vier farbige Elemente, die unschwer als Schafe zu erkennen sind – jedes mit einer eigener Symbolik.

„Das Thema ‚Geborgenheit‘ ist zentral für unsere Arbeit im Kindergarten“, erläutert Leiterin Gudrun Woschnitzok. „Die Kinder sollen sich geborgen fühlen und auf dieser sicheren emotionalen Basis das Leben entdecken. Die Vorstellung von einem guten Hirten, der auf sie aufpasst, gibt unseren Kindern Halt und Sicherheit.

Auch die Schüler des Gymnasiums unterhalten sich beim Vorübergehen über die Skulptur“, hat Gudrun Woschnitzok beobachtet. „Ihnen fällt besonders das schwarze Schaf sofort auf.“ Von den Kindern hört man Sätze wie: „Das Schaf unter dem Schutzarm hat es aber gut, es ist ganz nah bei Jesus“; „Das schwarze Schaf hat sich schon wieder umgedreht und geht zu Jesus zurück.“



Die Kinder vor dem neuen Wahrzeichen des Wilhelm-Götz-Kindergartens: dem guten Hirten. Über die gelungene Kunst am Bau freuen sich mit ihnen Leiterin Gudrun Woschnitzok und der Künstler Gerhard Messner (links).

Kindergarten Gartenstraße

Ein generationenübergreifender Erfolg

 „Das tut aber gut“, freute sich eine Bewohnerin des Altenzentrums Korntal (AZK). Bei der Kooperation des Kindergartens Gartenstraße mit dem Altenzentrum überwinden die Kindern immer mehr Barrieren und so fällt es den Jungen und Mädchen nicht schwer, im Rahmen eines Spiels den älteren Menschen die Hände zu geben. Beim „Jahreszeitenquiz“ ge-

wann die „AZK-Bewohner-Mannschaft“, was den Kleinen bewundernde Äußerungen entlockte. „So ein Kinderlob können wir auch mal brauchen“, freute sich eine Teilnehmerin aus der Seniorenmannschaft. Und was nehmen die Kinder mit? „Ich bin so gern im Altenzentrum bei den vielen Omas und Opas, weil meine weit weg wohnen. Und ich weiß, dass alte Menschen uns Kinder mögen.“

Anzeige



Farben.Pracht.



Produkt.Vielfalt.



Glanz.Leistungen.

Henkel ist **Ihre** Druckerei in Stuttgarts Norden. Mit innovativen Technologien rund um den Bogenoffset. Und persönlichem Service drumherum.



Henkel GmbH
Druckerei
Tel. 0711.9 87 67 00

www.henkeldruck.de

henkel
druckt.

Altenzentrum Korntal

Kampagne für das Ehrenamt gestartet – Förderverein wirbt um Mitglieder



Das Altenzentrum Korntal wirbt mit einer Plakat-Kampagne für das Ehrenamt in der Altenarbeit. Zunächst ließen sich drei ehrenamtliche Mitarbeiter fotografieren und mit einem prägnanten Satz auf das jeweilige Plakat bringen. „Wir wollen mit den Plakaten zeigen, wie vielfältig die Aufgaben im Altenzentrum sind. Da ist eigentlich für jeden etwas dabei. Und was uns ganz wichtig ist: Die Aufgaben bringen doppelte Freude – einmal unseren Bewohnerinnen und Bewohnern und dann natürlich unseren Ehrenamtlichen selbst“, sagt Esther

Zimmermann, die Leiterin des Altenzentrums. Tatsächlich reichen die Möglichkeiten, sich im Altenzentrum zu engagieren von der Arbeit in den wunderschönen Grünanlagen rund um das Haus an der Friederichsstraße im Herzen Korntals über die Bewirtung von Gästen im Café, das Singen und Spielen mit den Bewohnerinnen und Bewohnern bis hin zum Essen geben und Vorlesen. Zeitgleich mit der Plakatkampagne wird auch ein Film zum Thema ins Internet gestellt. Er vermittelt eindrucksvoll und kurzweilig einen Blick hinter die Kulissen des Ehrenamts im Al-

tenzentrum, indem er Ehrenamtlichen über die Schulter schaut.

Auch der Förderverein des Altenzentrums ist eine gute Möglichkeit, sich für die Belange älterer Menschen in Korntal einzusetzen. Der Förderverein des Altenzentrums Korntal hat es sich zur Aufgabe gesetzt, zum Wohle der Bewohner des Pflegeheims, des betreuten Wohnens sowie der Gäste der einzigen Tagespflege im Stadtgebiet von Korntal-Münchingen zu wirken. Zu diesem Zweck will er besondere Anschaffungen möglich machen sowie das Beziehungsnetz zwischen den Bewohnern und den Bürge-

Johannes-Kullen-Schule Korntal

Kreativ im Rhythmus Afrikas



Die Vielfalt Afrikas erleben konnten im Februar im Rahmen von Kunsttagen 14 Grundschüler der neu gegründeten Vaihinger Außenstelle der Johannes-Kullen-Schule. Sie malten, bastelten, kochten und tanzten afrikanisch und verschönerten mit den Kunstwerken ihre neuen Schulräume. Unterstützt wurden sie dabei von der Vaihinger Künstlerin Ulla Haug-Rössler. Die war begeistert von ihren Schülern: „Sie waren mit großem Eifer dabei und sind richtig stolz auf das Ergebnis.“



Stolze Künstler vor ihren Werken: Ulla Haug-Rössler mit den Schülern der Außenstelle der Johannes-Kullen-Schule in Vaihingen.

Mit Ulla Haug-Rössler, die sich auf Malerei und Kleinplastiken spezialisiert hat und die Schüler ehrenamtlich anleitete, malten die Kinder Menschen, Löwen, Giraffen, Zebras, Elefanten und Nashörner im afrikanischen Busch auf Kartons von bis zu dreieinhalb Metern Länge, die von der Firma Südwest-Karton aus Illingen zur Verfügung gestellt worden waren. Außerdem bastelten sie afrikanische Masken aus unterschiedlichen Materialien. Auch das leibliche Wohl kam nicht zu kurz: Im Rahmen des Projekts kochten die Schüler zusammen mit zwei

Lehrerinnen kontinental-typische Gerichte und bewegten sich im „Rhythmus Afrikas“ zur Musik vom „schwarzen Kontinent“.

Schule und Jugendhilfe unter einem Dach

Die seit September 2011 bestehende Außenstelle der Johannes-Kullen-Schule Korntal in Vaihingen befindet sich in angemieteten Räumen des Christlichen Jugenddorfs (CJD) auf dem Gelände von Schloss Kaltenstein. Dort werden 14 „verhaltensoriginelle Schüler“ der Klassen eins bis vier jahrgangsübergreifend in zwei Klassen unterrichtet. Die

Johannes-Kullen-Schule betreut in der Korntaler Stammschule sowie in den drei Außenstellen in Bietigheim-Bissingen, Leonberg und in Vaihingen/Enz insgesamt 228 Schüler. Im neuen Domizil in Vaihingen arbeitet die Johannes-Kullen-Schule zudem unter einem Dach mit der Jugendhilfe Hoffmannhaus zusammen, die mit ihrer Außenstelle vorher in der Heilbronner Straße zuhause war. Das Hoffmannhaus bietet seit 19 Jahren in Vaihingen für knapp 60 Kinder verschiedene ambulante und teilstationäre Hilfen zur Erziehung an.



rinnen und Bürgern der Stadt stärken. Auf der Internetseite des Altenzentrums www.altenzentrum-korntal.de kann man sich über den Förderverein informieren und auch den Mitgliedsantrag zum Ausfüllen auf den Computer laden.

Anzeige

E-CHECK gemacht?

- wir prüfen die Sicherheit Ihrer elektrischen Installation
- entlarven die Schwachstellen
- beraten Sie unverbindlich
- vergeben das Prüfsiegel für Ihre elektrische Installation

MARSCHNER
ELEKTROTECHNIK .COM

Telefon: 07154/180140
www.marschner-elektrotechnik.com

Flattichhaus Korntal

Motor Presse Stuttgart sammelte Geld für das Flattichhaus Korntal



Ein verspätetes Weihnachtsgeschenk gab es im März für die Jugendhilfe Flattichhaus. 6000 Euro überbrachten Vertreter der Motor Presse Stuttgart, die beim alljährlichen Weihnachtsbasar für die Mitarbeiter in der Zentrale des Verlags für den guten Zweck zusammengekommen waren. Von dem Geld sollen nun neue Stühle für die Wohngruppen des Flattichhauses, sowie Schränke, Betten aber auch Fahrräder für Kinder angeschafft werden, die bisher keine Drahtesel besessen hatten.

Die Motor Presse Stuttgart gibt Zeitschriften und andere „Special Interest Medien“ aus den Bereichen Motor und Sport sowie Lifestyle und Gesundheit heraus. Hier erscheinen neben vielen anderen so bekannte Medienmarken wie „Auto Motor Sport“ und „Men’s Health“. Die Redakteure des weltweit tätigen Stuttgarter Medienhauses schreiben für sportliche und beruflich erfolgreiche Menschen, die gerne Luxusautos und Motorrädern fahren, passionierte Jogger oder Mountainbiker sind.

Im Flattichhaus hingegen leben Kinder und Jugendliche, die schon früh ein schweres

Lebensgepäck auf die Schultern geladen bekommen haben, das sie alleine nicht tragen können. „Das ist hier schon eine ganz andere Welt“, sagte Rolf Tobias, Leiter Personal bei der Motor Presse Stuttgart, als er zusammen mit seinen Kollegen Doris Mittag und Stefan Braunschweig das Flattichhaus besuchte. „Mir hat es was gebracht, die Arbeit der Jugendhilfe kennenzulernen.“ Von Einrichtungsleiter Joachim Friz erfuhren die Gäste, dass der Bedarf für Kinder und Jugendliche, die auf Grund ihrer persönlichen Lebens- und Familiengeschichte eine Betreuung über Tag und Nacht benötigen, konstant hoch ist. Bei diesen Familien konnte selbst durch ambulante Maßnahmen im Vorfeld eine Unterbringung der Kinder und Jugendlichen im Heim nicht vermieden werden.

Auch die neu eingerichtete Intensivgruppe für Kinder, die eine psychiatrische Behandlung hinter sich haben, ist bereits gut belegt und hat schon einige zusätzliche Anfragen. „Wir ziehen den Hut vor Ihnen, dass Sie sich so für benachteiligte Kinder und Jugendliche einsetzen“, sagte Doris



Vlnr.: Stefan Braunschweig, Rolf Tobias und Doris Mittag überreichen Joachim Friz den Spendenscheck.

Mittag bei der offiziellen Scheckübergabe in Korntal.

Das Flattichhaus bietet in Korntal, Ditzingen und Bietigheim ambulante und teilstationäre Hilfen für Kinder, Jugendliche und Familien an. Auch das Familienzentrum Korntal gehört zum Flattichhaus. Auf dem Heimgelände in Korntal leben 54 Kinder in Innenwohngruppen, die aufgrund persönlicher oder familiärer Probleme nicht zuhause bleiben können. Mehr zum Flattichhaus Korntal unter www.flattichhaus.de.

Flattichhaus Korntal

Die KG-Aktion geht weiter



Sie stand vor dem Aus. Doch jetzt öffnet die beliebte Boutique für Frauen wieder regelmäßig im Familienzentrum Korntal. Erstmals nachdem die Gründerin der KG-Aktion (KG steht für die Begriffspaare „Kleider-günstig“, „Kaffee-Genuss“, „Kontakt-Gespräche“ sowie „Kinderbetreuung-gratis“), Birgitta Offermann aus privaten Gründen aufgehört hatte, fand im März wieder eine Aktion im Familienzentrum Korntal statt – mit großem Erfolg. Im Angebot waren wieder hochwertige Mode, kaum getragene Markenkleidung und Accessoires wie Schuhe, Handtaschen, und Schmuck – und das alles zu sensationell günstigen Preisen. Die KG-Aktion lädt darüber hinaus ein, sich bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit Freundinnen zu treffen, neue Leute kennenzulernen und bei kostenloser Kinderbetreuung den Einkauf zu einem entspannten Erlebnis werden zu lassen. Der Erlös ist immer für die Arbeit des Familienzentrums bestimmt.



Dank an das neue Team der KG-Aktion: Joachim Friz mit (vlnr.) Marie Lynch Nachtigall, Elizabeth Harter, Martina Heinz und Kim Kessira.

Birgitta Offermann, die die KG-Aktion ins Leben gerufen und viele Jahre lang geleitet hatte, war weggezogen und ließ eine große Zahl hoch zufriedener und erwartungsfroher Kundinnen in Korntal und Umgebung zurück. Darunter auch Elizabeth Harter, Martina Heinz, Kim Kessira und Marie Lynch Nachtigall. Sie schätzen neben dem sehr guten Sortiment vor allem das besondere Konzept der KG-Aktion. „Die Frauen verabreden sich zur KG-Aktion und beraten sich dann gegenseitig, welches Klei-

dungsstück oder Accessoire am besten zum jeweiligen Typ passt. Außerdem kommen sie in entspannter Atmosphäre miteinander ins Gespräch“, beschreibt es Elizabeth Harter. Die vier Frauen aus Korntal haben nun die Aufgabe von Birgitta Offermann übernommen, sammeln die Waren und richten die Boutique ein. So laufen schon längst die Vorbereitungen auf die nächste KG-Aktion mit den Herbst-Winter-Kollektionen, getreu dem Motto: „Nach der KG-Aktion ist vor der KG-Aktion!“

Kindergarten Gartenstraße und Wilhelm-Götz-Kindergarten

Der DLRG zu Gast im Kindergarten



„Pack die Badehose ein“, hieß es im April und Mai in den Kindergärten. Rechtzeitig vor der Sommersaison klärten ehrenamtliche Mitarbeiter des DLRG die künftigen Schulkinder über das richtige Verhalten auf hoher See, im Baggersee oder im Freibad um die Ecke auf. Die Äußerung eines Kindes im Vorfeld des Aktionstages: „Ich bade aber bis jetzt nur in der Badewanne oder im Münchinger Hallenbad.“ Dann wurde es aber für ihn doch sehr interessant: Baderegeln wurden mit allen Sinnen erforscht, spielerisch etwas über Wasser und Sonne erfah-

ren und der Alltag eines Rettungsschwimmers erlebt. Erhöht wurde der Spaßfaktor durch das „Baderegel-Stopp-Spiel“, präsentiert mittels eines Kasperletheaters. Die Teilnehmer-Urkunde zum Schluss, die jeder „Baderegel-Fachkraft“ ausgehändigt wurde, erfüllte die Kinder mit Stolz. „Du, die Regeln kann ich auch im ‚Münchinger‘ gut brauchen“, sagte das zunächst skeptische Kind jetzt begeistert. Der Dank des Eriehier-Teams gilt den engagierten Mitarbeitern des DLRG, die mit Hingabe und ansteckender Freude diesen Aktionstag ermöglichten.



Foto: DLRG, Ortsgruppe Ditzingen

Schulbauernhof Zukunftsfelder

Der erste Sommerabend im Frühling auf dem Schulbauernhof



Mehr als 300 Gäste ließen sich Ende April vom „Frühlingsabend“ auf den Schulbauernhof Zukunftsfelder locken. Im Angebot waren neben einem deftigen Spanferkel-Essen auch andere Leckereien aus der hofeigenen Herstellung wie beispielsweise Kartoffelsalat, köstliche Backwaren sowie Schinken- und Leberwurst. Andere Fleischsorten konnten per Vorbestellung geordert werden. Und natürlich standen die Arche-Tiere des Hofes auch wieder im Mittelpunkt des Interesses der vielen Kinder, die mit Eltern und Großeltern zum Hoffest gekommen waren.

Noch etwas warten müssen die Besucher des Schulbauernhofs hingegen auf den ersten hofeigenen Wein. Die Weinstöcke mit

insgesamt sechs Rebsorten wurden erst Ende April unter der fachkundigen Anleitung von Hans-Peter Mayer von Schülern auf dem kleinen Hügel zwischen Schülergebäude und Bauernhaus eingepflanzt. Zumindest der neu angelegte „Weinberg“ war so bereits an diesem „Frühlingsabend“ zu bestaunen.

Neu hingegen ist das Gewächshaus des Schulbauernhofs Zukunftsfelder, das durch Spenden finanziert wurde. Und auch die Hühner, die sonst im Arche-Stall wohnen, können jetzt in der Sonne draußen auf der Wiese hinter dem Schülergebäude nach Herzenslust scharren und picken (s. Bild unten). Sie haben einen eigenen mobilen Hühnerstall mit einer stattlichen Leiter daran bekommen.



Anzeige



**AM PREIS SPAREN.
NICHT AM FAHRSPASS.**



MICRA VISIA FIRST

1.2 l, 59 kW (80 PS), 5-Türer
inkl. 6 Airbags, ABS mit EBD, ESP, ZV mit
Funkfernbedienung u.v.m.

UNSER PREIS AB:

€ 10.840,-



NOTE VISIA

1.4 l 16V, 65 kW (88 PS)
inkl. aktive Kopfstützen vorn, elektrische
Fensterheber vorn, 4 Airbags u.v.m.

UNSER PREIS AB:

€ 13.910,-

JETZT PROBE FAHREN



Autohaus Jutz GmbH

Schillerstr. 62 • 70839 Gerlingen

Tel.: 0 71 56/92 52-0

www.jutz.de

Gesamtverbrauch l/100 km: kombiniert von
5,9 bis 5,0; CO₂-Emissionen: kombiniert
von 139,0 bis 115,0 g/km (Messverfahren
gem. EU-Norm). Effizienzklasse D-C.

Abbildung zeigen Sonderausstattungen.

Hoffmannhaus Korntal

Gewaltpräventionstage der Jugendhilfe Hoffmannhaus und der Johannes-Kullen-Schule



Zwei interessante Gewalt-Präventionstage wurden für Jugendliche der beiden Korntaler Jugendhilfeeinrichtungen unter Mitwirkung verschiedener externer Fachkräfte gestaltet. An jedem Tag gab es zehn verschiedene Stationen, die die Klassen durchlaufen konnten. Besondere Beachtung fanden die Berichte eines Jugendlichen und einer Mitarbeiterin aus dem Seehaus Leonberg, das sich um junge Straftäter im offenen Vollzug kümmert. Der Jugendliche erzählte, wie er auf die „schiefe Bahn“ geraten war und wie sich für ihn jetzt anstelle eines weiteren Jugendgefängnisaufenthalts im Seehaus eine neue Lebensperspektive aufgetan hat. Rechtsanwältin Petra Sorg aus Ludwigsburg be-

richtete über die Arbeit mit ihren 14 Kolleginnen und Kollegen, die seit über zehn Jahren Jugendlichen kostenlose Rechtsberatung anbieten. Die Präventionsbeauftragte des Polizeireviers Ditzingen, Tina Otterbach, führte Spiele zur gewaltlosen Konfliktregulierung mit den Schülern durch. Im Schulhaus und auf den Sportplätzen gab es kreative, sportliche und erlebnispädagogische Angebote, die von Mitarbeitern des Hoffmannhauses sowie den Lehrern vorbereitet worden waren. Besonders heiß begehrt war das Bogenschießen. Die meisten Schüler hatten zum ersten Mal die Gelegenheit, mit einem professionellen Bogen zu schießen. Außerdem wurden einige Tricks zur Selbstverteidigung weitergegeben.

An beiden Tagen gab es auch eine biblische Station. Pfarrer Jochen Hägele und Jugendreferent Jan-Micha Andersen von der Evangelischen Brüdergemeinde spielten mit den Schülern die Geschichte vom barmherzigen Samariter nach. Darüber hinaus mussten sich die Grundschulklassen in den Räumen, wo sonst das „time-out“-Angebot der Schule stattfindet, in total verdunkelten Räumen der „Night-Line“ zu rechtfinden. Wem das Ganze dann doch zu viel und zu anstrengend wurde, konnte sich bei der Entspannungs-Station von Hoffmannhaus-Heilpädagoge Peter Gregorius erholen. Auch eine Stärkung durfte an diesen Tagen nicht fehlen. In der Schulküche wurden Snacks für die Schüler und Lehrer angeboten.

Flattichhaus Korntal

Bindungstheorie im „Bildungsurlaub“



Der so genannten „Bildungsurlaub“ im Flattichhaus wird für zwei entscheidende Dinge genutzt, die für die Arbeit in der Jugendhilfe unerlässlich sind: An zwei Tagen gibt es einerseits die Stärkung der fachlichen Kompetenz der Pädagogen durch eine Fortbildung, andererseits wird eine gemeinsame Freizeitgestaltung angeboten, um die Gemeinschaft und den Zusammenhalt des Erzieher-Teams zu fördern.

Als Fortbildungsthema stand im April die theoretische und praktische Beschäftigung mit der Bindungstheorie im Vordergrund. Diese Theorie erklärt, wie elterliche Bindungsangebote und das Bindungsverhalten die Entwicklung der Persönlichkeit eines Menschen bereits frühkindlich prägen.

In der Jugendhilfe arbeiten die Pädagogen mit Kindern und deren Eltern, die unsichere Bindungen erlebt haben und die in ihrer



Beziehungsfähigkeit entsprechend beeinflusst wurden. Diesen Menschen möchten sie Halt und Orientierung anbieten.

Und, damit das nicht nur theoretisches Wissen bleibt, wurde die Bindungstheorie im Bildungsurlaub ganz praktisch erfahrbar –

in einem Kletterpark nämlich: Bei diesem Teil ließen sich die Mitarbeiter in großer Höhe fest binden, sprich: sichern. Hier zeigte sich fühlbar, dass sichere, halt gebende Bindungen den Blick nach vorne frei halten und damit die Chance geben, neue Ent-

Hoffmannhaus Wilhelmsdorf

Eröffnung der neuen stationären Jugendhilfegruppe in Wilhelmsdorf



Mitte März war es soweit: Die Falkengruppe im neuen Haupthaus der Jugendhilfe Hoffmann-

haus Wilhelmsdorf ist mit fünf Jungen und mittlerweile zwei Mädchen gestartet. Diese neue Gruppe ist eine gemischte sta-

tionäre Wohngruppe, in der aktuell Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 10 und 15 Jahren betreut werden.

Es ist schon richtig Leben in die Räume gekommen, wobei hier und da noch ein paar Dinge in der Ausstattung und Gestaltung der freien Wände fehlen. Allerdings sind alle Kinder und Jugendlichen sowie Mitarbeiter gut angekommen und haben sich schnell eingelebt. Die Kinder und Jugendlichen genießen ihre großen, hellen Einzelzimmer und auch das Wohnzimmer wird abends zum gemeinsamen Abhängen, auf neudeutsch „chillen“, genutzt. Es gibt noch einiges zu tun, aber Schritt für Schritt geht es voran und es ist eine Chance für alle, diesen Weg gemeinsam miteinander zu gehen.

Hoffmannhaus Wilhelmsdorf

Berufswahlcamp an der Hoffmannschule Wilhelmsdorf



In der Woche vom 16. bis zum 20. April gab es für elf Schüler der achten und neunten Klasse der Hoffmannschule Wilhelmsdorf einen etwas anderen Unterricht: „Berufswahlcamp“ (BWC) stand auf dem Stundenplan. „Was ist denn das“, stellte sich so mancher die Frage. Das BWC, das von Mitarbeitern des Bildungsträgers „BBQ Berufsbildung GmbH“ in Zusammenarbeit mit Jens Braunschmid, dem Karrierebegleiter der Hoffmannschule durchgeführt wurde, ist eine Maßnahme im Rahmen des Projektes „Chancen-Pool“ an dem die Hoffmannschule mit 18 weiteren Schulen des Landkreis Ravensburg beteiligt ist. Das von der EU finanzierte Projekt „Chancen-Pool-Bodenseeregion“ hängt stark mit einer guten Vernetzung aller Beteiligten, der Lehrer, des Karrierebegleiters und der Agentur für Arbeit zusammen. Ziel ist es, eine Erhöhung

und qualitative Verbesserung der Übergangsquote Jugendlicher von der Schule in das duale Ausbildungssystem zu erreichen. Am ersten und zweiten Tag wurde das Thema Berufsorientierung ganz groß geschrieben. Der dritte Tag mit der Berufsfelderkundung brachte für einige Schüler neue Erkenntnisse zu ihrem Wunschberuf. Am vierten Tag war der Besuch des Berufsinformationszentrums bei der Agentur für Arbeit angesagt und zum Abschluss der Woche, standen im Wechsel Bogenschießen oder Schlüsselfähigkeiten auf dem Programm. Und was konnten die Schüler mitnehmen? Als erstes gab es ein Zertifikat und dann die Hoffnung der Lehrer, dass alle Teilnehmer wertvolle Erkenntnisse für ihren weiteren beruflichen Lebensweg sammeln konnten – und natürlich während dieser etwas anderen Schulwoche auch ein bisschen Spaß hatten.

deckungen zu machen. „Wir haben die Erfahrungen gemacht, dass eine helfende Hand in unsicherem Terrain Stabilität und Freude geben kann“, berichtet ein erleichtert auf den Boden Zurückgekehrter, der Leiter des Flattichhauses, Joachim Friz.

Stellenangebote und Anzeigen

Patenfamilien gesucht!

Manche unserer Kinder und Jugendlichen haben nur sehr eingeschränkten Kontakt zu ihrer Herkunftsfamilie und verbringen daher viele Wochenenden und Ferien im Flattichhaus. Könnten Sie es sich vorstellen, dass diese Kinder und Jugendlichen ein paar Stunden oder vielleicht einen ganzen Tag bei Ihnen verbringen? Dann melden Sie sich einfach bei uns. Auch Ehepaare ohne Kinder können solche Patenfamilien sein. Auskünfte erteilt der Leiter des Flattichhauses, Joachim Friz: Telefon 07 11/83 99 32-0, friz@flattichhaus.de



Das **Netzwerk von Ehrenamtlichen**, das **schnell und unbürokratisch** Mitmenschen in Not und Krisen hilft.

www.helpline-korntal.de
Telefon 07 11/88 77 68 00

Weitere Stellenanzeigen finden Sie unter www.diakonie-korntal.de

STELLENANZEIGE ALTENZENTRUM

Wir bieten und suchen:

- **Ausbildungsplätze in der Altenpflege** (Ausbildungsbeginn: 1. April/1. Oktober)
- **Pflegehelfer/in in Teilzeit**
- **Pflegefachkräfte in Teilzeit**
- **Plätze für FSJ (freiwilliges soziales Jahr) und den bundesfreiwilligen Dienst** in den Bereichen: Haustechnik, Tagespflege/Hauswirtschaft, Pflege

Richten Sie Ihre Bewerbung an:

Altenzentrum Korntal
Friederichstraße 2
70825 Korntal-Münchingen

Tel. 0711 / 836 30-0
info@azkt.de
www.altenzentrum-korntal.de

BETREUTES WOHNEN

So eigenständig wie möglich – so viel Hilfe wie nötig

Zentral in Korntal liegt die Anlage des Betreuten Wohnens für Senioren. Barrierefreie und mit Parkettfußboden ausgestattete Ein- und Zweizimmerappartements, die Sie individuell möblieren können, schaffen eine behagliche Atmosphäre. Genießen Sie die Unabhängigkeit im Alter und greifen Sie bei Bedarf jederzeit auf die Angebote des Altenzentrums zurück: Friseur, Fußpflege, Gymnastik, kulturelle Veranstaltungen und ein reiches geistliches Angebot für Senioren von und in der Ev. Brüdergemeinde. Wer nicht immer Lust hat, selbst zu kochen, genießt den Mittagstisch im Altenzentrum, nur ein paar Schritte von der eigenen Haustür entfernt. Jeden Tag verbringen Sie nach Ihren eigenen Vorstellungen und bekommen im Falle des Falles schnell Hilfe.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Wir beraten Sie gerne:

Altenzentrum Korntal, Betreutes Wohnen
Friederichstraße 2
70825 Korntal-Münchingen

Tel. 0711 / 83 630-0
info@azkt.de
www.altenzentrum-korntal.de



HOFFMANNHAUS KORNTAL

Das Hoffmannhaus sucht:

FSJ'ler für den technischen und hauswirtschaftlichen Bereich

Wir bieten:

- Begleitung und Schulung im Rahmen eines FSJ
- Mitarbeit in einem engagierten Team
- Eigenverantwortliche Aufgaben-erledigung
- Entdeckung der eigenen Fähigkeiten

Aufgaben:

- Fahrdienste
- Pflege des Fuhrparks
- Pflege der Außenanlagen
- Mitarbeit in der Hauswirtschaft
- Mitarbeit bei Renovierungsarbeiten
- Selbstständige Erledigung von Kleinreparaturen

Weitere Informationen: 0711/8308212;
info@hoffmannhaus-korntal.de



www.diakonie-korntal.de

www.diakonie-korntal.de

**Verwaltung Diakonie der
Ev. Brüdergemeinde Korntal**

Saalplatz 1
70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/83 98 77-0
Fax 07 11/83 98 77-90
info@diakonie-bgk.de
• Geschäftsführer: *Veit-Michael Glatzle,*
Thomas Woschnitzok

Hoffmannhaus Korntal

Zuffenhauser Straße 24
70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/83082-0
Fax 07 11/83082-90
info@hoffmannhaus-korntal.de
www.hoffmannhaus-korntal.de
• Leitung: *Klaus-Dieter Steeb,*
Dipl.-Heilpädagoge (FH)

**Familienzentrum des
Flattichhauses**

Wilhelmsdorfer Straße 8
70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/8350473
Fax 07 11/8350474
info@familienzentrum-korntal.de
www.familienzentrum-korntal.de

**Hoffmannhaus Wilhelmsdorf
(Kreis Ravensburg)**

Saalplatz 14
88271 Wilhelmsdorf
Tel. 07503/203-0
Fax 07503/203-160
jugendhilfe@hoffmannhaus-
wilhelmsdorf.de
www.hoffmannhaus-wilhelmsdorf.de
• Leitung: *Gerhard Haag,*
Dipl.-Sozialpädagoge (FH)

**Hoffmannschule Wilhelmsdorf mit
Sonderberufsfachschule (Kreis Ravensburg)**

Saalplatz 14
88271 Wilhelmsdorf
Tel. 07503/203-0
Fax 07503/203-160
hoffmannschule@hoffmannhaus-
wilhelmsdorf.de
www.hoffmannhaus-wilhelmsdorf.de
• Schulleitung: *Markus Bichler,*
Sonderschulrektor

Kindergärten

Kindergarten Gartenstraße
Gartenstr. 5, 70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/833213
• Leiterin: *Gudrun Woschnitzok*

Wilhelm-Götz-Kindergarten
Charlottenstraße 51, 70825 Korntal-
Münchingen, Telefon 07 11/83 72 99
• Leiterin: *Gudrun Woschnitzok*
www.kindergarten-korntal.de

Schulbauernhof Zukunftsfelder

Am Lotterberg 36
70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/6200759-22
Fax 07 11/6200759-20
kontakt@schulbauernhof-zukunftsfelder.de
www.schulbauernhof-zukunftsfelder.de
• Betriebsleiter: *Jochen Rittberger,*
Realschullehrer

Johannes-Kullen-Schule Korntal

Zuffenhauser Straße 24
70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/83082-51/-50
Fax 07 11/83082-59
info@johannes-kullen-schule.de
www.johannes-kullen-schule.de
• Leitung: *Walter Link,*
Sonderschulrektor

Altenzentrum Korntal

Friederichstraße 2
70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/83630-0
Fax 07 11/83630-900
info@azkt.de
www.altenzentrum-korntal.de
• Leitung: *Esther Zimmermann,*
Dipl. Pflégewirtin (FH)

AUS UNSEREM LEITBILD

Wir wollen das Evangelium von Jesus Christus nicht nur in Worten, sondern auch in Taten weitergeben. Wir orientieren unser Handeln am christlich-biblisches Menschenbild. Die diakonischen Einrichtungen sind tätiger Ausdruck dieses Gedankens und daher organisatorisch eng mit der Evangelischen Brüdergemeinde verbunden.

Flattichhaus Korntal

Münchinger Straße 1
70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/839932-0
Fax 07 11/839932-39
info@flattichhaus.de
www.flattichhaus.de
• Leitung: *Joachim Friz,*
Diakon, Sozialarbeiter

KM Sozialstation

Friederichstraße 1
70825 Korntal-Münchingen
Tel. 07 11/8367242
• Geschäftsführer:
Jörg Henschke
• Pflegedienstleitung:
Schwester Silvia Berthele

»» *Das neue Leben von Jasmin*

Jasmin hat sich taufen lassen. Die Taufe soll ein Neuanfang sein. Denn Jasmin weiß mit ihren 14 Jahren schon sehr genau, was eine existentielle Lebenskrise ist. Das unterscheidet sie von den meisten Jugendlichen ihres Alters.



Jeder Mensch braucht einen anderen Menschen, der zu ihm sagt: „Ich hab Dich lieb“ – und diesen Satz dabei ganz ehrlich meint. Für ein Kind ist das wie ein Fundament, auf dem es sein Lebenshaus aufbaut. Es muss diesen Satz aus dem Mund seiner Eltern hören, die ihm damit emotionale Stabilität geben. Auch für Jasmin ist dieser Satz wichtig. Doch ihre Mutter, die sie allein erzogen hat, konnte ihr dieses wichtige Selbstwertgefühl nicht vermitteln, weil sie genug mit sich zu tun hatte. Solange Jasmin denken kann, leidet ihre Mutter am so genannten „Borderline-Syndrom“, einer Persönlichkeitsstörung, die mit starken Gefühlsschwankungen einhergeht. Nicht selten lebte sie in der ständigen Gefahr, sich das Leben zu nehmen. „Ich habe viele Nächte nicht geschlafen“, sagt Jasmin und beschreibt das als „Rollentausch“, den sie mit ihrer Mutter vollzogen hatte: Intuitiv übernahm sie, das Kind, Verantwortung für die Erwachsene, und passte – völlig übermüdet aber aufgeputscht von großer Angst – auf, dass sich ihre Mutter nichts antat.

Irgendwann ging es nicht mehr und das Jugendamt handelte. Jasmin zog mit zehn in die Jugendhilfe Flattichhaus Korntal ein. Hier wird regelmäßig bei Tisch gebetet – etwas ganz Neues für Jasmin. In ihrer Familie ist niemand religiös. Die Bibel, die sie besitzt, hat sie aus dem Regal ihres Großvaters. Irgendwann beginnt sie, darin zu lesen. Eine unbestimmte Sehnsucht wird in ihr wach. Aber da ist auch die andere Kraft, die sie magisch anzieht. Sie lernt Jugendliche außerhalb des Flattichhauses kennen, die ihr oberflächlich das Gefühl vermitteln, sie zu mögen. Ehrlich sind sie nicht zu ihr. Am Ende stehen Erfahrungen, die Jasmin am liebsten vergessen würde. „Da bin ich in einen ziemlichen Scheiß reingeraten“, deutet sie die Geschehnisse an. Immer wieder versucht sie, diese Beziehungen zu beenden. Aber

genauso oft erliegt sie der Versuchung, ihre große Sehnsucht nach Anerkennung mit einem Ausbruch aus dem Heim zu stillen. Mehrmals wird sie von der Polizei zurückgebracht.

Im März 2011 gibt sie sich dennoch einen Ruck und meldet sich zum Konfirmationsunterricht der Evangelischen Brüdergemeinde an. „Das gab mir Kraft“, sagt Jasmin. Aber im Sommer kam wieder einmal ein psychisches Tal, das noch tiefer war als die vorigen Male. Sie war drauf und dran, alle Brücken zu Menschen, die ihr helfen wollten, abzurechen. Auch den Konfi-Unterricht ließ sie ausfallen. Gedanken an Selbstmord stiegen in ihr auf. Sie fühlte sich innerlich zerrissen und war gleichzeitig wütend auf sich selbst. Um sich ein Gefühl der Erleichterung zu verschaffen, fügte sie sich Verletzungen am Arm zu.

Mit Hilfe von Erziehern im Flattichhaus und ihrer Psychologin wird ihr schließlich klar, dass sie ganz unten ist: „Ich hatte das Gefühl, gegen eine Wand gelaufen zu sein, dass es nicht mehr weitergeht. Es war, als ob ich eine Stimme hörte: ‚Du musst da raus!‘“ Danach steht ihr Entschluss fest: „Ich will ein neues Leben beginnen!“

Mit einem Verband am Arm kommt sie in den Konfi-Unterricht und ist dankbar, dass die anderen Jugendlichen keine Fragen stellen. In den folgenden Wochen schöpft sie neuen Mut, fasst Vertrauen zu ihrer Konfi-Gruppe, schließt Freundschaften und lässt sich im März 2012 schließlich vom Pfarrer der Evangelischen Brüdergemeinde taufen. Vor der Gemeinde bekennt sie ihren Glauben mit eigenen Worten. Sie sagt: „Jesus hat mir aus der Krise geholfen!“ Wenn sie zu Gott betet, sei dies für sie fast so wie eine Unterhaltung mit einem Menschen. Mutig spricht sie auch in ihrer Familie über ihren Glauben, auch wenn sie dafür bislang nur Unverständnis erntet.

Jasmin weiß, dass sie noch lange an ihrem neuen Leben arbeiten müssen. „Man kann die Vergangenheit nicht ungeschehen machen. Aber ich weiß, dass Gott einen Plan für mich hat.“ Ihre bisherigen Erfahrungen haben Jasmin feinfühlig gemacht für Menschen, die Hilfe brauchen. „Ich helfe gern“, sagt sie, „das ist eine meiner Stärken“. Nach der Schule will sie vielleicht Krankenschwester werden. Aber ihr größter Wunsch blieb bisher noch unerfüllt: „Andere in meinem Alter wünschen sich einen guten Job und viel Geld. Ich wünsche mir, dass meine Mutter bald gesund wird und ein neues Leben beginnen kann.“ Jasmin denkt jeden Tag an sie. „Ich bete: ‚Pass gut auf meine Mutter auf‘.“

Manuel Liesenfeld