

2019

# NEWS



rose

Sozialpädagogische  
Wohngruppe für  
Mädchen und junge Frauen

## Themen

- Editorial
- Jahresbericht 2018
- Umsetzung der Traumapädagogik auf Leitungsebene
- Umsetzung der Traumapädagogik im Alltag
- Die fünf sicheren Orte
- Der Jahreskreis und seine acht Jahreskreisfeste
- Dank und Impressum



Noch immer haftet den sozialpädagogischen Wohngruppen in der Öffentlichkeit manchmal ein etwas «schaler Nachgeschmack» an: «Wer will schon, dass sein Kind ins Heim kommt.» Vor kurzem waren zudem die fürsorglichen Zwangsmassnahmen bis 1981, beziehungsweise der Umgang mit Menschen (Kinder und Erwachsene), deren Lebensweise nicht der Norm entsprach, in den Medien. Mittlerweile wurde dieses Kapitel von der offiziellen Schweiz aufgearbeitet und die Betroffenen für das erlittene Unrecht finanziell entschädigt. Dies bedeutet unter anderem, dass die offizielle Schweiz sich dazu bekennt, dass fürsorgliche Unterbringungen von Kindern und Erwachsenen bis 1981 nicht korrekt behandelt worden sind, beziehungsweise das damalige Vormundschaftsrecht oder einzelne Ausführende dieses Rechtes Grenzen überschritten haben. Seit 2013 haben wir die Kindes- und

Erwachsenenschutzbehörden (KESB) und Nachfolgeorganisation der ehemaligen Vormundschaftsbehörden, die ihr Möglichstes tun, um Menschen und Kinder zu schützen und auch um Platzierungen nicht herum kommen.

Was bedeutet dies alles nun für unsere Arbeit, beziehungsweise die heutigen sozialpädagogischen Wohngruppen?

Vieles hat sich seit 1981 verändert, unter anderem die professionelle Arbeit in den sozialpädagogischen Wohngruppen. Kinder und Jugendliche, die heute in Wohngruppen platziert werden, benötigen diese Unterbringung zum Schutz ihrer selbst. Die Hintergründe sind vielfältig und leider ist das Elternhaus nicht immer der beste Ort, um diesen Schutz bieten zu können. Entsprechend sind die heutigen Sozialpädagogen und Sozialpädagoginnen aus- und weitergebildet. Mit der

Wohngruppe *rose* sind wir (Vorstand, Leitung und Team) ganze neue Wege gegangen und haben unser Konzept traumapädagogisch angepasst und ausgerichtet.

Laut Wikipedia und entsprechender Literatur bedeutet Traumapädagogik:

«Traumapädagogik beruht auf der Zusammenarbeit von Therapie und Pädagogik und stellt ein Gesamtkonzept dar, das sich am Wissen und den Erkenntnissen der Erziehungswissenschaften, der Psychotraumatologie, der Bindungstheorie, der Resilienzforschung und der Traumatherapie orientiert und postuliert, dass das Wissen um Traumata ein wichtiger Teil der Pädagogik ist und transferiert somit dieses Wissen in das pädagogische Feld. Ziel der Traumapädagogik ist die emotionale und soziale Stabilisierung von Kindern und Jugendlichen. Grund-

«Achte auf Deine Gedanken – sie sind der Anfang Deiner Taten»

Chinesisches Sprichwort

lage hierfür ist die Schaffung eines sicheren Ortes mit verlässlichen und vertrauensvollen Beziehungen. Dabei spielen der Aufbau von Vertrauen und die Unterstützung bei der Bewältigung von traumatischen Ereignissen eine wichtige Rolle.

Traumatisierung beeinflusst das gesamte Leben eines Menschen. Nicht selten entwickeln Menschen nach Traumatisierung eine posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Menschen mit traumatischen Erfahrungen weisen meist eine verminderte Stresstoleranz, Hochrisikoverhalten, Bindungsprobleme, Probleme der Emotionsregulation und Impulskontrolle, sowie Symptome einer PTBS auf. All dies führt zu einer immensen Einschränkung der Lebensqualität und Verhaltensmustern die irrational und unverständlich erscheinen. Diese Verhaltensweisen schränken die Person

ein und beeinträchtigen ihren Umgang mit Anderen. Kinder und Jugendliche in stationären Einrichtungen haben meistens traumatisierende Lebensereignisse erlebt und bringen somit Probleme und einschränkende Verhaltensweisen mit sich. Für pädagogische Fachkräfte wiederum stellt dies eine enorme Herausforderung und Belastung dar. Nicht nur gilt es, den Kindern und Jugendlichen adäquat bei der Auf- und Verarbeitung ihrer Traumata zu helfen, sondern auch der eigenen Überlastung entgegenzusteuern».

In diesem Sinn sind wir überzeugt, dass die Platzierung eines Kindes oder einer Jugendlichen heute eine sehr professionelle Entscheidung für das Kindeswohl ist und der «schale Nachgeschmack» keine Berechtigung mehr hat.

Silvia Vetsch, *Vorstand*





«Chi va piano va sano e va lontano.»

Wer langsam geht, geht gesund und weit – unser Leitsatz für das Jahr 2018.

Langsam heisst achtsam und bewusst. Unser Vorgehen bei unserem Jahresthema Bindung. Bindung ist Verbindlichkeit und Verbindung. Es ergaben sich zwei Kernthemen für uns: Hinwendung zur Spiritualität, z. B. in den Jahreskreisfesten, und die Elternbegleitung.

2018 – ein Jahr für das Team, die jungen Frauen und die Eltern.

## Das Team

### Traumapädagogik und Transaktionsanalyse

In unseren vier Weiterbildungen in Traumapädagogik setzen wir uns mit bindungstheoretischen Modellen, den verschiedenen Bindungsstilen (sicher, unsicher-ambivalent, unsicher-vermeidend, hochunsicher) und den sich daraus ergebenden pädagogischen Handlungsmöglichkeiten auseinander. Dazu reflektierten wir im Team zunächst unsere eigene Bindungserfahrung. Dies ist notwendig, um mögliche Auslöser in Übertragungssituationen mit den jungen Frauen bewusst zu machen. Wenn ich zum Beispiel als Sozialpädagogin oder auch als Elternteil in der Kindheit selbst eine Mutter hatte, von der ich mich zu wenig emotional versorgt gefühlt habe, kann mich der bedürftige innere Kind-Anteil einer jun-

gen Frau in dem Sinne triggern, dass er in mir Neid hervorruft und ich ihr deshalb diese Versorgung nicht gönne.

Ergänzend schulten wir uns in Weiterbildungen in Transaktionsanalyse in der Vertragsarbeit. Damit ist eine Form von Gesprächsführung gemeint, in der Vereinbarungen mit möglichst viel Erwachsenen-Ich-Anteil getroffen werden. Ausserdem übten wir uns in sogenannten psychologischen Spielen – im Aufdecken von Grundüberzeugungen, wie z. B. «ich bin nicht lebenswert», «ich schaff es nicht» – die als Bestätigung oder dem Beibehalten der Opferrolle und damit dem Vermeiden von Verantwortung dienen. In dem wir anders reagieren, als es die jungen Frauen erwarten oder gewöhnt sind, können wir ihnen neue Beziehungserfahrungen ermöglichen, so dass sie ihre alte Konditionierung und alten Muster nach und nach auflösen



und der verantwortungsvollen Machtergreifung der eigenen Lebensgestaltung Raum geben.

In der rose leben vor allem unsicher bis hochunsicher gebundene junge Frauen.

Sicherheit ist eine notwendige Voraussetzung für traumapädagogisches Handeln und korrigierende Beziehungserfahrungen. Dabei ist die eigene innere Sicherheit der Mitarbeiterinnen ein zentrales Element.

Um diese Sicherheit zu erreichen, legen wir in der rose einen hohen Wert auf die **Mitarbeiterversorgung**. Dieser Aufwand lohnt sich!



## Umsetzung der Traumapädagogik auf Leitungsebene in der rose

### Die Pädagogik des Sicherer Ortes

- > Die Mitarbeiterinnen sind mit ihrer inneren Sicherheit Teil des pädagogischen Konzeptes.
- > Korrigierende Beziehungserfahrungen brauchen ein authentisches Gegenüber.
- > **Bewusstsein: Wir arbeiten mit uns als «Werkzeug».**
- > Wesentliche Voraussetzung: Versorgung und Stabilisierung der Mitarbeiterinnen.

### Mitarbeiterversorgung + Versorgerkette



### Versorgungsgefässe individuell

- > **regelmässige Liniengespräche gemäss Versorgerkette**
- > Coaching / Einzelsupervision nach Bedarf

### Versorgungsgefässe auf Teamebene neben Teamsitzungen

- > **ca. 10 Interaktionsanalysen pro Jahr**
- > ca. 7 Supervisionen pro Jahr
- > regelmässige Weiterbildungen in Traumapädagogik, Transaktionsanalyse und equals
- > Resilienzförderung (gemeinsame Anlässe wie Weiterbildungen, Pausen, Teamtag, Aktivitäten ausserhalb der Arbeit, Lachen)

### Personalauswahl und stetiger Prozess

- > Einstellungsvoraussetzung: Bereitschaft für «Erkenne dich selbst!»
- Stelleninserat und Vorstellungsgespräch dementsprechend

### Liniengespräch

- Ziel: Versorgung, Handlungsfähigkeit aufrechterhalten/erhöhen, «Linie» beibehalten
- ca. alle 6 Wochen: Vorstand-HL
  - ca. alle 3 Wochen: HL-GL-TF
  - ca. alle 1-2 Wochen TF-jF
- Nach strukturiertem Ablauf und für die jeweilige Ebene angepasst. z.B. Teamebene
- aktuelle Befindlichkeit, Situation im Team, Situation Betreuung, eigene innere Sicherheit, eigene Resilienz/Resilienzfaktor
  - Aktuelle Themen/Aufgaben
  - Stand Jahresziele (eins ist persönlich)

### Interaktionsanalyse

- Ziel: Analyse einer konkreten Interaktion zwischen TF und jF, Suche nach dem guten Grund für das Verhalten der jF und für die Reaktionen der TF, Handlungs- und Versorgungsmöglichkeiten schaffen, Erhöhung der Selbstwirksamkeit bei den TF und bei den jF
- ca. alle 4 Wochen
  - geleitet von HL oder GL/STV
  - nach strukturiertem Ablauf IAA

### Was hat sich konkret verändert?

**Zunahme Kongruenz/Authentizität:** Zeigen uns echter durch Auseinandersetzung mit uns selbst. Nehmen die eigenen Grenzen und Werte wahr und stehen dafür ein. Persönlichkeitsentwicklung führt zu grösserer Autonomie. Selbsterkenntnisprozesse sind legitim und notwendig.

**Zunahme Sicherheit/Vertrauen:** Gemeinschaftsgefühl ist gestärkt. Durch Verbindung und Offenheit entsteht eine grössere eigene innere Sicherheit. Wir sind sicherer im Umgang mit Krisen. Das pädagogische Handeln ist bewusster, vertrauter und sicherer. Es gibt viel Wertschätzung.

### Unser Gewinn

Individuelles Arbeiten macht Spass, grösserer Gestaltungsspielraum im Prozess, Freude an der Arbeit, weniger «Feuer löschen», mehr Tiefe, viel offener in der Gruppe, Grenzen werden respektiert, messbarer Anstieg der Selbstwirksamkeitserwartung der jF.

**Gestiegener Bekanntheitsgrad:** Die Wohngruppe rose wird als traumasensibel und äusserst tragfähige Wohngruppe wahrgenommen.

## Die jungen Frauen

### Umsetzung der Traumapädagogik im Alltag der rose

- > Sicherer Ort (rose, TF, jF)
- > Grundhaltungen
  - Annahme des guten Grundes (Interaktionsanalyse, Gespräche, Vorstellungsgespräche, «Du machst das, weil...»)
  - Partizipation (nach Stufen z.B. in der Hausversammlung, Menüplanung, Info bei neuen jungen Frauen oder Teamfrauen, Gruppenaktivitäten, ...)
  - Transparenz (rose-Kodex, gemeinsame Supervision, teilweise junge Frauen in Fallbesprechungen an der Teamsitzung, ...)
  - Wertschätzung
- Expertenschaft (Weiterbildungen für junge Frauen, teilweise Teilnahme an Teamsitzungen, ...)
- Spass und Freude
- > Förderung des Selbstverstehens (z.B. durch Weiterbildungen für die jungen Frauen)
  - **> Resilienzförderung**
  - > Förderung der Selbstregulation
  - > Förderung der Emotionsregulation (z.B. bei Gefühlsthemenabenden, bei Gesprächen, Teamfrauen als Vorbilder)
  - **> Steigerung der Körper- und Sinneswahrnehmung** (z.B. beim Erlebnispädagogikwochenende)
- > Gruppenpädagogik (Arbeit mit der gesamten Gruppe z.B. in freiwilligen Vertiefungsgruppen, Erlebnispädagogik, Weiterbildungen, Gruppenabende)
- > Spiritualität (z.B. Jahreskreisrituale, Achtsamkeitsabende)
- > Bindungspädagogik (z.B. Auseinandersetzung mit der eigenen Bindungserfahrung)
- > Transgenerationale Weitergabe/ Arbeit mit dem System (Elterngruppe alle 2 Monate und Elternbegleiterin für individuelles Coaching)

..... Resilienzförderung .....

*Resilienz ist die Fähigkeit schwierige Situationen schnell zu bewältigen. Spiritualität kann einen der stärksten Resilienzfaktoren darstellen.*

Martin Baierl/Kurt Frey, Praxishandbuch Traumapädagogik, 2014

#### ..... Steigerung der Körper- und Sinneswahrnehmung .....

##### Resilienzförderung – Resilienzzeiten

- Stufe 1:** ist die Kennenlernphase, das heisst, es geht in erster Linie ums Kennenlernen, um Freude und um gemeinsame Zeit verbringen (Dauer ca. 3 Monate ab Eintritt)
- Stufe 2:** Die Teamfrau entscheidet über Aktivitäten und dazugehörigen Resilienzfaktor. Die junge Frau wird fortlaufend mehr in den Entscheidungsprozess einbezogen.
- Stufe 3:** die junge Frau entscheidet selbst über die Aktivität und den dazugehörigen Resilienzfaktor. Ebenfalls

plant die junge Frau die Resilienzzeit teilweise selbstständig.

Ein Beispiel aus der Praxis: Eine junge Frau hat Mühe damit auf eigene innere Grenzen zu achten und diese nach aussen zu vertreten. Um dies zu lernen wird gemeinsam ein Selbstverteidigungskurs für Frauen besucht, in welchem die junge Frau lernt sich zu wehren und erkennt, wie viel Power und Kraft in ihr steckt.

##### Steigerung der Körper- und Sinneswahrnehmung – Erlebnispädagogik

Einmal jährlich findet ein erlebnispädagogisches Wochenende statt. Ebenfalls gibt es einmal pro Jahr eine Sommerreise mit erlebnispädagogischen Teilen. Durch die Erlebnispädagogik werden das Gruppengefühl sowie die Wahrnehmung der Sinne und des eigenen Körpers gestärkt. Ebenfalls können beispielsweise Themen aus der eigenen Biografie oder aktuelle Themen der Gruppe aufgearbeitet werden.

## Die fünf sicheren Orte (nach Martin Baierl/Kurt Frey aus dem Praxishandbuch Traumapädagogik, 2014)

### Kinder und Jugendliche können sich dann sicher fühlen, wenn sie

- a) sich an einem äusseren sicheren Ort befinden, an dem keine Gefahren drohen (Äusserer sicherer Ort)
- b) sich bei Menschen befinden, die sie beschützen und Gefahren abwehren (Personaler sicherer Ort)
- c) **Sicherheit bei sich selbst finden, also auf sich selbst vertrauen und davon ausgehen, alle Herausforderungen und Gefahren sicher meistern zu können (Das Selbst als sicherer Ort)**
- d) **sich von spirituellen Mächten behütet und geborgen fühlen (Spiritualität als sicherer Ort)**
- e) alle äussere Gefahr sowie sie bedrängende innere Bilder ausblenden und sich an einen inneren sicheren Ort begeben können (Innerer sicherer Ort)

Diese fünf sicheren Orte gilt es in der Traumapädagogik zu gewähren oder zu erarbeiten.

### Um bei sich selbst sicher zu sein, benötigt es

- > Eigenmacht & Selbstbestimmung
- > Herausforderungen eigenständig begegnen zu können
- > sich selbst zu schützen bzw. zu wehren zu können
- > zu erleben, keine Gefahr für sich oder andere zu sein
- > zu erleben, selbst wertvoll zu sein.

### d) Spiritualität als sicherer Ort

Spiritualität in Form des Glaubens an eine wie auch immer geartete höhere Macht, die mir wohlgesonnen ist und in mein Leben eingreifen kann, ist einer der stärksten Resilienzfaktoren überhaupt.

Wer sich von einer solchen Macht geborgen weiss, braucht sich vor nichts zu fürchten.

### Die Kernthemen traumapädagogischen Handelns

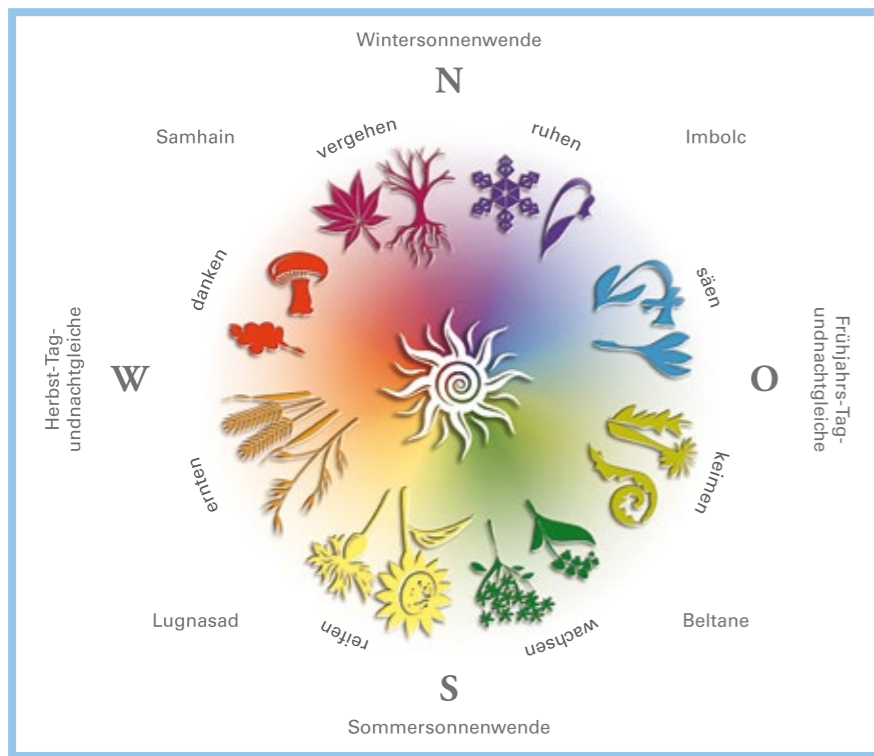
- > Etablierung objektiver und gefühlter Sicherheit
- > Akzeptanz der Notwendigkeit zur eigenen Veränderung
- > Beziehung aufbauen und Beziehungsfähigkeit stärken
- > Gemeinsames Verstehen entwickeln
- > Stabilisierung und Rückkehr der Eigenmacht
  - Körperliche Stabilisierung
  - Stabilisierung und Kontrolle von Gefühlen
  - Förderung eigenmächtigen Verhaltens
- > Entwicklung neuer Wahrnehmungs- und Denkmuster inklusive eines neuen Selbst- und Weltbildes
- > Integration traumatischer Erfahrungen
- > **Spiritualität (z. B. Rituale)**
- > Lebensfreude

## Spiritualität – Rituale – Jahreskreisfeste

«So gut wie alle Kinder und Jugendlichen haben spirituelle Erlebnisse und spätestens in der Auseinandersetzung mit Leid, Sterblichkeit und Tod werden spirituelle Fragen und Bedürfnisse auftauchen.» *(Praxishandbuch Traumapädagogik, Martin Baierl/Kurt Frey, 2014)*. Die einfachste und neutralste, das heisst religionsunabhängigste Form stellen für uns die Jahreskreisfeste dar. Sie beziehen sich auf den Rhythmus der Natur und ermöglichen uns ein tieferes Verständnis für den Wandel und die Kreisläufe nach den kosmischen Gesetzen (Entstehen, Leben und Vergehen). Dadurch wird zugleich das Verständnis für das eigene Leben vertieft, weil dieser Kreislauf auch die Wendepunkte des Lebens abbildet: die Geburt, die Kindheit, die Pubertät, das Erwachsenwerden, die Paarbildung, aber auch Abschied und Tod. Rituale helfen, diese Übergänge zu meistern.

- Durch das bewusste Wahrnehmen der immer wiederkehrenden Veränderungen der Natur im Laufe eines oder mehrere Jahre, können wir eine vertrauensvolle Einstellung zu uns selbst und unserem Leben fördern.
- Wir können lernen, mit uns, unseren Gefühlen und mit dem stetigen Wandel des Lebens besser umzugehen. Wir werden angstfreier, toleranter und selbstsicherer, denn wir erleben unser Eingebundensein in etwas Grösseres, in den ganzheitlichen, rhythmischen Tanz des Lebens.
- Wir entwickeln eine achtsame und respektvolle Haltung zu allem, was auf unserem Planeten existiert, denn wir spüren unsere Zugehörigkeit zu und unsere Verbindung mit dem Universum.
- Das Erleben von Gemeinschaft, stillt ein tiefes archaisches Bedürfnis unserer Seele. *(Die Reise durch den Jahreskreis, Brigitta de las Heras 2011)*

## Der Jahreskreis und seine acht Jahreskreisfeste



© Anke Ajana Randegger, www.heilsam-en.ch

### Imbolc, Lichtfest

(1. bis 2. Februar)

Themen: **Visionssuche und Neubeginn;**  
Lebenszeit: **Kindheit, Pubertät**

Die Tage werden langsam aber spürbar wieder länger, obwohl noch tiefer Winter herrscht. Die Sonne spendet wieder mehr Licht und Wärme. Der Frühling steht schon bald vor der Türe. Es ist die Zeit des Neubeginns und der eigenen Ausrichtung.

### Ostara, Frühjahrs-Tagundnachtgleiche

(21. März)

Themen: **Gleichgewicht, Wachstumskraft und Kreativität**

Lebenszeit: **Junges Erwachsenenalter, Anfang 20**

An diesem Tag sind der Tag und die Nacht gleich lang, nämlich 12 Stunden. Es beginnt nun wieder die helle Jahreszeit. Die Pflanzen werden langsam wieder sichtbar und spriessen aus dem Boden hervor. Die Lebenskraft steigt an und die Energiezunahme ist spürbar. Es ist ein Fest des Aufbruchs.

### Beltane (30. April)

Themen: **Sinnlichkeit, Liebe und Lebensfreude**

Lebenszeit: **Erwachsenenalter, Paarbildung, Mitte 20 bis Mitte 30**

Die Tage werden länger. Wälder und Wiesen sind wieder grün, alles wird fruchtbar. Man kann die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen und geniessen. Es ist ein Fest der Freude, Lebenslust und Fruchtbarkeit.

### Litha, Sommersonnenwende

(21. Juni)

Themen: **Höchste Sonnenkraft und Wendepunkt**

Lebenszeit: **Partnerschaft und Mütterlichkeit, Ende 30 bis Ende 40**

Der längste Tag und die kürzeste Nacht. Die Sonne ist in ihrer grössten Kraft angekommen. Nun werden die Sonnenstunden täglich weniger. Dazu passt das Wort «Wende», da eine Umkehrbewegung stattfindet, wo die Tage langsam aber beständig wieder kürzer werden. Es ist die Zeit der Reife, der Liebe und der Wärme.

### Lughnasad, Schnitterfest

(2. August)

Themen: **Ernte und Kräuterweihe, Lebszeit: Ausstrahlung und Autorität, entscheiden, trennen, Grenzen ziehen, Anfang bis Ende 50**

Es ist Hochsommer und die Zeit der Ernte beginnt. Die Pflanzen lassen nun ihre Energie in ihre Früchte fliessen. Es geht

darum in sich zu horchen und wieder seinen Weg zu finden. Es geht um Reifung und Vollendung wie auch Entscheidung und Führung zu übernehmen.

### Mabon, Herbst-Tagundnachtgleiche

(21. bis 23. September)

Themen: **Reichtum teilen und Dank integrieren, Neuordnung, Ruhestand/Anfang bis Ende 60**

Der Tag und die Nacht sind wieder gleich lang, je 12 Stunden. Es ist der Beginn der dunklen Jahreszeit. Wir stimmen uns auf die kühlere und dunklere Jahreszeit ein und verbringen wieder weniger Zeit draussen. Im Gegensatz zur Tagundnachtgleiche im Frühjahr fühlen wir uns nun gesättigt und genährt. Wir kehren uns wieder mehr unseren inneren Welten zu. Es ist ein Fest der Dankbarkeit und auch des Abschiednehmens.

### Samhain, Allerheiligen

(1. November)

Themen: **Trauern, Verluste, Schmerz ausdrücken und loslassen**

Lebenszeit: **Älter werden, Anfang bis Ende 70**

Es ist Spätherbst und die Kraft der Sonne hat nachgelassen. Die Tage werden trüb und grau. Die Bäume verlieren ihre Blätter

und das grün gibt den Herbstfarben nach. Es wird uns bewusst wie vergänglich alles ist. Wir gehen in uns und nehmen Abschied vom Sommerhalbjahr und lernen loszulassen. Es ist die Zeit der Einkehr, des sich Zurückziehens, des Loslassens und Trauerns. Im Wissen, dass Altes sterben muss, damit Neues geboren werden kann. Es ist eine starke Zeit der Wandlungen und Veränderungen.

### Jul, Wintersonnenwende

(21. Dezember)

Themen: **Tiefste Dunkelheit und Wiederkehr des Lichts**

Lebenszeit: **Greisenalter, still werden, Ängsten begegnen, Neues kommen lassen, Spiritualität, Anfang 80 bis Ende des Lebens und Anfang des Neuen**

Die Abwärtsbewegung in die Dunkelheit kommt zum Stillstand und die Aufwärtsbewegung Richtung Licht beginnt wieder. Es ist die längste Nacht und der kürzeste Tag. Die Adventszeit ist eine Zeit in der wir uns besinnen, in uns hineinhören und der Nächstenliebe. Es ist ein Freudenfest, die Ankunft des Lichtes und des Neuen.

Hier endet der Jahreskreis und ein neuer Jahreskreis beginnt. Die Spirale dreht sich weiter.



## Erfahrung

Wir haben alle 8 Jahreskreisfeste mit den jungen Frauen gefeiert. Die Verbindung mit der Natur war den jungen Frauen bereits durch die erlebnispädagogischen Anlässe vertraut. Wir konnten jedoch mit den acht Stationen zusätzliche Ankerpunkte im gesamten Jahreskreis schaffen, die uns immer wieder dazu dienten, innezuhalten und uns auf die jeweilige Jahreszeit, die Energie in der Natur und in uns selbst zu besinnen. Dies gab uns Orientierung, half Altes loszulassen und Neues in Gang zu setzen. Dadurch ist



ein tieferes Vertrauen in die Rhythmen des Lebens entstanden und ein stärkeres Bewusstsein für das Hier und Jetzt. Die jungen Frauen lernen einen Umgang mit Vergänglichkeit und steigern ihre Resilienz eigenverantwortlich mit Veränderungen umzugehen enorm – und das ist unser Verständnis von Spiritualität.

Die jungen Frauen erleben sich in der Verbindung mit der Natur und thematisieren dies im Alltag z. B. dass sich im November die Natur zurückzieht, so wie sie selbst auch. Erstaunt sagte eine dann: «Ah, ich bin ja gar nicht depressiv.» In dieser Zeit geht es um Einkehr, Rückzug und Loslassen. Dementsprechend hat sich nicht nur ihre Wahrnehmung und Achtsamkeit verändert, sondern auch ihre Sprache. Und da Energie immer der Aufmerksamkeit folgt, konnten wir feststellen, dass die jungen Frauen ihr Bewusst-

*«Trauma ist der Verlust der Fähigkeit,  
im Hier und Jetzt sein zu können.»*

Dr. Bessel van der Kolk

sein in das grosse Ganze erweitert haben, dass sie sich durch die gemeinsame Gestaltung der Rituale als wertvolles Mitglied der rose-Gemeinschaft erleben und sich so stärker verbunden fühlen.

Dies führte tatsächlich spürbar zu einer Veränderung. Die jungen Frauen gingen viel weniger in Krisen und es kam zu weniger Klinikaufenthalten.

Zitat einer jungen Frau: «Gut fand ich, dass oft fast alle dabei waren und mitgemacht haben. Die Themen haben mich der Natur und dem Lebenszyklus nähergebracht, indem ich mir den ganzen Zyklus und die damit verbundenen Kräfte bewusst vor Augen halten konnte.»





## Ein Praxisbeispiel

Themenabend:  
Jahreskreisfest – Ostara  
(Frühjahrs-Tagundnachtgleiche)

Ziel:

1. Jede junge Frau erweitert ihr Verständnis und ihr Wissen über den ursprünglichen Sinn und den Inhalt der uralten Jahreskreisfeste.

2. Jede junge Frau forscht in sich selbst nach einer persönlichen hellen Qualität (Stärke) und einer diese ausbremsenden dunklen Qualität (Schwäche) und verbindet diese im Sinne einer bewussten Akzeptanz und Integration der dunklen Kraft. Schliesslich werden beide Qualitäten mittels schriftlicher und körperlicher Rituale in ein Gleichgewicht gebracht.

3. Jede junge Frau erlebt/erfährt die Kraft der Gemeinschaft für ihre individuelle Entwicklung.

Kurzbeschreibung eines Teils des Jahreskreisfestes:

Die Sonnen- und Schattenseiten eines Menschen werden in der Gruppe besprochen und die jeweilig positiven bzw. negativen Aspekte beleuchtet. Gemeinsam erarbeiten wir die Erkenntnis, dass das ICH, JETZT und HEUTE weder auf der einen noch anderen Seite einzuordnen, also sozusagen den Neutralpunkt einer Waage darstellen. Da Tag und Nacht nicht ohne einander existieren können: Was könnte der Sinn einer negativ erlebten Kraft sein? Wo liegt vielleicht eine Chance verborgen? Jede junge Frau schreibt eine persönliche positive Kraft auf einen hellen und eine für sie dunkle Kraft auf einen schwarzen Papierstreifen, klebt und rollte beide zusammen und steckt das Röllchen in ein Schneckenhäuschen. Beispiel: eine junge Frau verbindet «Kämpfen» mit «Rückfall».



Die jungen Frauen stiegen voll mit in den Prozess ein und freuten sich über diese neue Form von gemeinsamem Erleben, in dem gleichzeitig jede für sich einen persönlichen Gewinn empfinden konnte.





## Die Eltern

Der Einbezug der Eltern in die sozialpädagogische Arbeit in der rose ist ein wichtiges Kernelement und wurde im vergangenen Jahr erweitert. Wenn die jungen Frauen beim Besuch zu Hause wieder die gleichen Muster vorfinden, beeinflusst dies alles, was sie sich erarbeitet haben. Zudem sind die jungen Frauen verhältnismässig eher kurz in der rose, aber immer Teil des Familiensystems.

Ruth Fässler, eine langjährige rose-Mitarbeiterin und zertifizierte Elternbegleiterin erarbeitet neu mit den Eltern Übernahmemöglichkeiten von Verantwortung, stärkt die elterlichen Kompetenzen und begibt sich zum Teil auch mit ihnen auf deren biografische Reisen.

Zusätzlich fanden drei Elternabende und zwei Ausbildungsnachmittage im Institut ASTA (Ausbildungsinstitut für systemische Transaktionsanalyse) in St. Gallen statt. Inhalte waren neben den psychologischen Konzepten der Transaktionsanalyse, Inputs zu folgenden Themen:

- Pubertät
- Hirnentwicklung
- Erziehungskompetenzen
- Aufgaben der Eltern und die entwicklungsfördernden und hemmenden Faktoren während der Pubertät
- Aufgaben der Jugendlichen und die entwicklungsfördernden und hemmenden Faktoren während der Pubertät
- Umgang mit Gefühlen, vor allem mit Schuld und Scham
- Entwicklung einer Coverstory mit den Eltern

Diese fünf Anlässe haben wir gemeinsam mit den Eltern reflektiert, miteinander eine sinnvollere Form kreiert und 2019 die Elternabende und die Ausbildungsnachmittage zu einem Tool als «Elterngruppe-Abend» zusammengeführt. Dieser Anlass findet regelmässig alle zwei Monate statt.

Die Eltern schätzen dieses Angebot sehr und es zeigte einmal mehr, wie wichtig es ist, dass auch die Eltern «ihren» Raum für Themen und Austausch haben.

Die mit den Eltern erarbeiteten Gründe für die These: «Wenn die Eltern die Herausforderung annehmen, verbindlich sind und ihre Elternverantwortung stärken, hat das einen positiven Einfluss auf die Töchter!» sind stärkend und motivieren uns dranzubleiben und diese guten Gründe zu vertiefen.







«Wir können die Kinder aus ihren Familien nehmen,  
aber die Familien nicht aus den Kindern» Ried Portengen

Hier ein Auszug:

- Dieselben Lernziele und dieselbe Kommunikation, weil Eltern und junge Frauen die Konzepte der Transaktionsanalyse kennen
- Grösseres gegenseitiges Verständnis
- Lernen besseren (konstruktiveren) Umgang miteinander
- Wenn Eltern Erziehungs Kompetenzen erlangen, wirkt sich das für Töchter positiv aus
- Vorbild sein wirkt sich positiv aus
- Positive Auswirkung, wenn Eltern an den Töchtern interessiert sind
- Den Töchtern gibt das ein Gefühl, wichtig zu sein
- Nicht alleine sein mit den Herausforderungen, durch die Verbundenheit in der Elterngruppe
- Wir Eltern können nur profitieren – neue Gedanken – weiterer Horizont Neuanfang wagen

Der stärkere Verbindungsaufbau mit den Eltern und die verbindliche Teilnahme der Eltern an den verschiedenen Settings, führten interessanterweise zu mehr Verbindlichkeit bei den jungen Frauen, so dass diese zum Beispiel ihre Ziele klarer verfolgten und dafür mehr Verantwortung übernahmen.

#### Fazit

Der Ausbau der Elternbegleitung zeigte bereits Auswirkung in der Eltern-Kind-Bindung, denn die Beziehungen zueinander sind stärker im Aufbau und gewinnen viel mehr an Stabilität. Die Einführung der Spiritualität mit den Jahreskreisfesten stärkte die Bindungsfähigkeit der jungen Frauen.

So kann tatsächlich eine erlebte unsichere Bindungserfahrung in eine sichere Bindung korrigiert werden,

gemäss dem berühmten Zitat des Hypnotherapeuten Milton Erickson:

**«Es ist nie zu spät, um eine glückliche Kindheit gehabt zu haben.»**

Nicht nur die Kindheit und unsere Erlebnisse machen uns zu dem Menschen der wir heute sind, sondern unsere Gedanken und Interpretationen des Geschehenen.

Durch bewusstes Wahrnehmen unserer Gedanken, Gefühle und den daraus erschaffenen Anpassungsstrategien, würdigen und integrieren wir nicht nur das Erlebte, sondern gestalten so die Basis für Veränderung. Im Hier und Jetzt.

Das Geheimnis der Veränderung:  
**Fokussiere all deine Energie nicht auf das Bekämpfen des Alten, sondern auf das Erschaffen des Neuen!** Sokrates



## Belegung

2018 hatten wir eine Belegung von 80 %. Auffallend war, dass drei junge Frauen mit 17 Jahren in die **rose** eintraten und, als sie das 18. Lebensjahr erreichten, wieder austraten. Eine so kurze Zeit reicht nicht aus für eine korrigierende Beziehungsgestaltung und die tiefgreifende Veränderung der Lebensgestaltungsmuster, welche sich über Jahre, oft sogar über Generationen, geformt haben. Einmal mehr zeigt sich, dass die politischen Rahmenbedingungen noch nicht an diese spätere Adoleszenz und Platzierung angepasst sind.

## Personelles

Myriam Hollenstein entschied sich nach 3,5 Jahren (davon 1,5 Jahre als Gruppenleiterin/stellvertretende Heimleitung) für neue Wege. Herzlichen Dank an dieser Stelle für das Wirken und Gestalten in der **rose**! Mit Tara Manuel konnten wir für diese Aufgabe eine erfahrene Fachfrau gewinnen, die bereits selbst ein Jugendheim in der Ostschweiz geleitet hat.

## Neuorientierung

Im vergangenen Jahresbericht habe ich darüber informiert, dass wir uns zukünftig konzeptionell stärker in eine therapeutische Wohngruppe ausrichten wollen.

Nicht nur auf Grund der mit EQUALS erhobenen Daten über das Klientel in der **rose** (siehe **rose news** 2018), sondern auch wegen der Nachfrage der platzierenden Stellen. Diese fragen vermehrt für Platzierungen von lebensgeschichtlich hochbelasteten jungen Frauen bei uns an, weil sie uns als traumapädagogische und tragfähige Institution schätzen.

Ich freue mich, dass der Antrag für die «Festanstellung therapeutisches Personal» vom Kanton bewilligt wurde. Seit 1. Januar 2019 arbeitet Jürg Grundlehner nun mit 30 Stellenprozent für die **rose**.

## Besonderes

Am 6.8.2018 erschien ein Artikel über die **rose** im Migros Magazin: «Letzter Ausweg Heim». Neben der Heimleiterin wurden drei Bewohnerinnen und eine Mutter interviewt. Das Interview gewährt einen spannenden Einblick über das Leben in der **rose**.

Deshalb bin ich – Hier und Jetzt – allen wundervollen Menschen dankbar, die die **rose** zu diesem sicheren Ort machen:

- jeder einzelnen Teamfrau, die mit ihrer eigenen besonderen Begabung Teil dieses sensationellen Teams ist, die sich auf diese Art der Beziehungsgestaltung einlässt und dafür fortwährend bereit ist, sich weiterzubilden und in die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie zu gehen
  - den jungen Frauen, für ihre bewusste Machtergreifung der eigenen Lebensgestaltung
  - den Eltern für ihre Verbindlichkeit und den Mut, sich auf eigene Prozesse einzulassen
  - der Schule Heiden für ihre grossartige Kooperation
  - der UPK Basel für die langjährige Begleitung in Traumapädagogik und EQUALS
  - dem Institut ASTA für das gemeinsame Entwickeln therapeutischer Angebote
  - den psychiatrischen Kinder- und Jugendkliniken für die tolle Zusammenarbeit
  - unseren Einweisern für ihr Vertrauen
  - den Fachpersonen von Bund und Kanton für ihre wertschätzende Zusammenarbeit
  - unseren Netzwerkpartner und Partnerinstitutionen für bedeutsamen Austausch und Support
  - unserer Administration für die reibungslosen Abläufe
  - unserem Vorstand für die wertvolle Versorgung und Unterstützung
- Nicole Wolschendorf  
Heimleiterin

# Dank, Impressum

Die Wohngruppe **rose** und der Vorstand des Trägervereins richten ihren ganz besonderen Dank an Mitglieder, Gönner und Spender aus dem privaten und öffentlichen Bereich für die finanzielle Unterstützung, durch die sie sich für unser Anliegen einsetzen! Als Spender für 2018 dürfen wir nennen:

- Ruedi Oesterreicher, St. Gallen
- Hedy Schuh, Engelburg
- Babs Tobler, Engelburg
- U + S Hochuli, Wittenbach
- Evangelische Kirchgemeinde, Heiden
- Brauerei Schützengarten, St. Gallen

## ■ Mitgliedschaft Verein **rose**

Einzelmitglied	Fr.	40.–
Paare/Familien	Fr.	70.–
Kollektivmitglied	Fr.	200.–

## ■ Spendenkonto

PC 84-497888-7

## ■ Impressum Ausgabe 2019

### Herausgeber

Verein Sozialpädagogische Wohngruppe, Wohngruppe **rose**

### Redaktion

Nicole Wolschendorf

### Druck

Druckerei Lutz AG, Speicher

### Gestaltung

Tisato & Sulzer GmbH, Heiden

### Auflage

800 Exemplare



**rose**

Sozialpädagogische  
Wohngruppe für  
Mädchen und junge Frauen

Badstrasse 5  
CH-9410 Heiden AR

T: 071 344 47 07  
F: 071 344 47 04

info@wohngrupperose.ch  
www.wohngrupperose.ch

