



# INFO 38

## Erfahrungen und Berichte

- Thema »Selbstfürsorge«
- Airbags für die Seele
- Prävention und Psychohygiene
- Aus unseren Einrichtungen
- Jugendliche berichten
- Zur IKH



# Inhalt

INFO 38  
Dezember 2019

- **Vorwort**  
(Gitta Medelnik)..... 4
  
- **Thema »Selbstfürsorge«**  
Airbags für die Seele  
Zeitmanagement-Tipps (Albert Kedves)..... 6
  
- **Aus unseren Mitgliedseinrichtungen  
zum Thema »Selbstfürsorge «**  
**Gesunder Egoismus**  
(Pierre W. Jöns, »Haus Hegeholz« in Boren-Lindaunis).....10  
**Bin ich irre oder sind es die anderen**  
(Heike Düvier, »haus lefina« in Aukrug) .....12  
**Prävention, Selbstfürsorge und Psychohygiene**  
(Gitta Medelnik, »haus lefina« in Aukrug) .....14  
**Erst die Arbeit, dann das Vergnügen –  
oder vergnügt bei der Arbeit ?**  
(Claudia Nöhren, »Haus Kormoran« in Kochendorf).....19
  
- **„... was wir schon immer dazu sagen wollten ...“**  
Was machst du für Selbstfürsorge ... was verstehst du darunter ... was ist dir wichtig ... wie schaffst du das alles ?..... 24
  
- **Eine Einrichtung stellt sich vor**  
Lebensgemeinschaft »Kinderhaus Kaltoft« (Sandra Rohloff) .. 26
  
- Informationen zur IKH**
- **ИОЗЯРЕР im Spiegel: Gitta Medelnik** ..... 28
- **Ziele und Aufgaben** ..... 34
- **Wohlgemeint an der Wirklichkeit vorbei**  
(Dr. Jürgen Kopp-Stache)..... 37
- **Das IKH-Benchmark 2019** ..... 39
- **Fortbildungen** ..... 45
- **Adressenübersicht der Mitgliedseinrichtungen** ..... 46
- **Übersichtsplan / Impressum**..... 48

# Vorwort



**Gitta Medelnik**

Erzieherin, syst. Therapeutin, Kff., Marte Meo Practitioner, Humanistisch-Psychotherapeutische Beraterin, Traumapädagogin

Leiterin und Trägerin  
»haus lefina«

Leiterin des  
Ressort INFO

Im Aufeinandertreffen mit pädagogisch arbeitenden Menschen kommen wir relativ schnell auf Themen zu sprechen, die stressbelastete und/oder emotionsgeladene Situationen unseres Berufsalltages beinhalten. Eher selten wird dabei von den eigenen Belastungsgrenzen, eher von einem „Alltagsaltruismus“ berichtet. Das gängige Berufsethos ist mit einem hohen persönlichen Engagement und der Bereitschaft verbunden, auch jenseits adäquater finanzieller Gegenleistung viel persönliche Kraft und Energie in die Arbeit einzubringen.

Wie speisen wir diese nicht unerschöpfliche Energie? Wieviel Lebensqualität kostet uns eine eventuelle stellvertretende Traumatisierung, unser „Helfer-Syndrom“, ein Burnout oder die Mitgefühlerserschöpfung im beruflichen Alltag bezogen auf unser Privatleben? Wie schaffen wir es, innerlich nicht zu kündigen, die Belastungen in der Arbeit mit verhaltenskreativen, traumatisierten und psychisch vorbelasteten Kindern und Jugendlichen zu verarbeiten und nicht selbst traumatisiert zu werden?

Man merkt sehr schnell, in welches Wirrwarr der Begrifflichkeiten und in welcher unheimlich vielfältigen Forschungsbe- reiche man damit eintaucht.

## **Selbstfürsorge ist das Thema dieses Info-Heftes**

*Luise Reddemann (2003) versteht darunter einen liebevollen, wertschätzenden, achtsamen und mitfühlenden Umgang mit sich selbst und das Ernstnehmen der eigenen Bedürfnisse.*

Gelebte Selbstfürsorge stellt eine nicht zu unterschätzende Herausforderung dar, erscheint sie im öffentlichen Umgang doch noch weitgehend als egoistisch. Wir Fachkräfte brauchen Wissen, wie wir Selbstfürsorge anwenden können und was sie beinhaltet. Wir brauchen Wissen über die Auswirkungen der Arbeit mit Traumatisierten, mit psychisch Belasteten Menschen, mit unseren Klienten, über die Gefahren der „Ansteckung“. Wir müssen uns selbst schützen, um unsere Arbeit ausüben zu können und daran langfristig Freude zu haben.

Beständig werden wir, in der Jugendhilfe tätige PädagogInnen, damit konfrontiert, dass Kinder und Jugendliche offenbar durch Unterstützungsangebote nicht erreichbar erscheinen und aufgrund ihrer schweren Verhaltensstörungen und massiv provozierender und grenzverletzender Handlungen durch die einzelnen Systeme „hindurchge- reicht“ werden, bis sie schließ-

lich in einer Rotation zwischen Jugendhilfe, Straßenszene, Kinder- und Jugendpsychiatrie und Jugend-Justizvollzugsanstalt hängenbleiben und vor den Augen des Hilfesystems zu „hoffnungslosen Fällen“ werden. Eine solche Karriere durch rigidere bis zu freiheitsentziehenden Maßnahmen reichende „Lösungen“ zu unterbrechen, ist utopisch und erfahrungsgemäß sinnfrei. Der Prozess des Rückzugs aus den gesellschaftlichen Bezügen würde nur beschleunigt. Die Herausforderung in der Arbeit mit diesen „hoffnungslosen“ Fällen besteht darin, zu verstehen, welchen inneren Sinn das Verhalten, welches den jungen Menschen zum „Systemsprenger“, zum „jungen Wilden“ macht, folgt. Nicht selten liegen diesem Verhalten traumatische Erfahrungen zugrunde. Das pädagogische System kämpft in diesen Fällen gegen die innere Überlebens- und Entwicklungslogik des jungen Menschen. Da die innere Not des traumatisierten Kindes/Jugendlichen immer stärker als die pädagogische Konsequenz sein wird, wird dieser Machtkampf zwangsläufig von uns verloren. Das Kind bzw. der Jugendliche ringt permanent um Kontrolle für seine Sicherheit, seine Autonomie und seine Lebensgrundlage (Ertragt ihr mich?). (Baumann, 2012)

Fakt ist, auch wir Pädagogen (sowie jeder Mensch) brauchen Zeit für uns selbst, um uns von Stress zu erholen und unsere Ressourcen zu regenerieren! Wir Humanisten, die seelische Gesundheit anstreben und die menschliche Selbstverwirklichung bedenken. Brauchen immer mal wieder den Anstoß auf die Wechselwirkungen zwischen Arbeit und Gesundheit zu blicken. Wir müssen achtsam sein, was bedeutet Raum zu schaffen für eine offene und unverstellte Wahrnehmung und so für neue Blickwinkel und Möglichkeiten. Selbstmitgefühl fördert unsere innere Stärke und erleichtert es, uns und anderen wohlwollend und wertschätzend zu begegnen. Ach ja, wir wissen es ja... auf den Mut und die Kraft, es zu leben! Viel Spaß beim Lesen und gute Auseinandersetzung, viel Freude mit eurem Selbst!

**Gitta Medelnik**

*Wir haben ein bisschen „Ich will die Welt retten“ in uns.*

*Aber es ist OK, wenn du erstmal nur einen Menschen rettest.*

*Und es ist OK, wenn dieser Mensch du selbst bist.*



## Airbags für die Seele?



Albert Kedves

Geschäftsführer  
IKH-SH e.V.

Selbstfürsorge, Work-Life-Balance (oder: Work-Life-Integration), Zeitmanagement Psychohygiene. Dies sind alles Begriffe, die geläufig sind und mit deren Inhalten sich die eine oder der andere bereits auseinandergesetzt haben.

In den Artikeln, die Sie zu dem Thema in diesem Heft lesen können, werde einige Aspekte, Methoden und Erkenntnisse zu diesem Themenbereich beschrieben und Erläutert. Daher möchte ich mich auf die Dringlichkeit der Umsetzung dieser Methoden, Hilfsmittel oder Techniken konzentrieren und Ihnen am Ende des Artikels eine kleine Arbeitshilfe anbieten.

Die alltägliche Arbeit in der stationären Jugendhilfe konfrontiert die Mitarbeiter\*innen – nicht immer, aber sehr häufig – mit schwierigen, belastenden und herausfordernden Situationen.

In den meisten Fällen sind diese Belastungssituationen psychischer Natur: der „impact“ ist meist kein physischer Schmerz mit blauen Flecken oder sichtbaren Wunden, sondern wirkt sich – mal mehr, mal weniger – auf die Seele, die Psyche der Betroffenen/ des Betroffenen aus.

In vielen Berufen wird auf die spezifischen Gefahren, die diese mit sich bringen, selbstverständlich – meist proaktiv – reagiert: spezielle

Kleidung (Schutzhandschuhe Schutzbrille), spezielle Arbeitsmaschinen und deren Anordnung, sowie besonders zu beachtende Arbeitsabläufe und Handlungsschritte.

Die meisten dieser Schutzmaßnahmen beziehen sich auf physische Gefahren. Hier wird die Dringlichkeit der Selbstfürsorge in unserem Bereich so deutlich und wichtig: gerade wir (Erzieher\*innen, Pädagogen\*innen in den Erziehungshilfen) wissen, wie dramatisch sich psychische Formen der Beeinflussung (psychische Gewalt, Mobbing, Psychoterror,...) auf das Gesamtverhalten, die Entwicklung eines Menschen und dessen seelisches Gleichgewicht auswirken können.

Daher sollten wir das Thema der Selbstfürsorge, der Psychohygiene oder Work-Life-Balance umso wichtiger nehmen und beachten.

### Hilf Dir selbst – danach anderen

Diese Aussage wirkt im ersten Moment egoistisch und „hart“. Doch folgendes Beispiel soll die Bedeutung dieser Aussage verdeutlichen:

Flugbegleiter\*innen lernen in ihrer Ausbildung, dass Sie sich im Falle eines Druckabfalls in der Kabine, ZUERST mit Sauerstoffmasken versorgen – DANACH helfen sie Kindern und hilfsbedürftigen Menschen.

In diesem Kontext leuchtet es jedem sofort ein: nur wenn die Flugbegleiter\*innen selbst mit Sauerstoff versorgt sind, können sie anderen helfen.

Sorgen Sie für sich – täglich, denn wenn Sie nicht „gesund“ sind, werden Sie nicht in der Lage sein, anderen helfen zu können.

Dazu gibt es viele Methoden und Techniken (Achtsamkeit, inneres Interview, Entspannungstechniken, Stille Stunde). Aber auch Team-sitzungen oder Supervision können der richtige Ort sein, um sich Zeit, Raum und Gehör zu verschaffen.

### Nicht alles ist Selbstfürsorge

Selbstfürsorge ist, wie der Name schon sagt, für sich selbst Sorge zu tragen.

Sich gut um sich selbst zu kümmern und die eigenen Bedürfnisse zu erfüllen.

Setzen Sie dies jedoch nicht mit Freizeit gleich: nicht alles was Sie in Ihrer Freizeit unternehmen, trägt zur Selbstfürsorge bei. Vieles ist kontraproduktiv. Selbstfürsorge kann (und sollte man ab und an auch) während der Arbeit ausüben (Bspw. Stille Stunde oder ein gutes Zeitmanagement).

Es ist ratsam, einen Unterschied zu erkennen: den Unterschied zwischen dem, was du willst und dem, was du brauchst.

Hierzu können Sie bspw. Techniken wie das innere Interview oder eine Supervision nutzen – seien Sie jedoch stets achtsam.

### Selbstfürsorge ist keine Zeitverschwendung

Sie haben so wenig Zeit. Wie sollen Sie das noch in Ihrem Alltag unterbringen?

Interessant ist, dass wir dann doch alle genug Zeit haben, um unseren Facebook-Account zu checken oder das aktuelle Fernsehprogramm zu lernen. Aber für Selbstfürsorge ist nicht genug Zeit da?

Selbstfürsorge sollte oberste Priorität haben. Planen Sie fixe Zeiten dafür ein (Stille Stunde). Nutzen Sie einen Kalender, dabei sind private Termine, (auch die für Ihre Selbstfürsorge) genauso viel Wert wie jeder andere Termin: nutzen Sie diese Termine als Termine mit Ihnen selbst!

In der Work-Life-Balance (Work-Life-Integration) wird ein Zeitmanagement stets betont: planen Sie ihre Zeit, planen Sie Ihre Ordnung, Ihre Zielsetzung. Verbinden Sie Ihre privaten Kalender mit dem beruflichen: das hört sich befremdlich an?

Wie oben beschrieben, dient dies dazu, dass Sie Ihre privaten Termine genauso schätzen und kennen, wie Ihre beruflichen.

An dieser Stelle möchte ich das **Pareto-Prinzip** (oder: 80/20-Regel; von Wilfried Fritz Pareto, 1848-1923, italienischer Ingenieur, Ökonom, Soziologe) vorstellen. Diese These besagt, dass

**80% der Ergebnisse mit 20% des Gesamtaufwandes erreicht werden können. Die verbleibenden 20% der Ergebnisse benötigen mit 80% die meiste Arbeit.**

Das heißt, dass Sie einen Großteil Ihrer Ergebnisse in einem verhältnismäßig geringen Zeitaufwand schaffen. Je mehr Zeitaufwand (Perfektionismus!) Sie dann noch hineinstecken, desto geringer werden vermutlich Ihre weiteren Ergebnisse. Daraus könnten Sie bspw. folgern:

- **Perfektionismus kann aufhalten**
- **Gehen Sie das Problem aus einer anderen Perspektive an – versuchen Sie es andersherum**
- **Setzen Sie sich ein Zeitlimit für Ihre Aufgaben**
- **Wechseln Sie Ihre Arbeitsweise, um wieder in den Work-Flow zu kommen**
- **Machen Sie eine Pause, wenn Sie nicht weiterkommen**

***Selbstfürsorge ist niemals sinnlos. Ganz im Gegenteil. Es gibt nichts Sinnvolleres auf der Welt, als auf den eigenen Körper und Geist zu achten. Sie haben nur diesen.***



## Zeitmanagement-Tipps:

### Machen Sie sich Notizen

Ob digital oder handschriftlich – Hauptsache, Sie machen Notizen. Sicher schwirren auch Ihnen häufig unerledigte Aufgaben, Ideen und Informationen im Kopf herum, die Sie nicht vergessen dürfen bzw. wollen. Solche Gedanken erzeugen immer Stress – auch unbewusst.

### Setzen Sie sich Ziele

Halten Sie die Ziele schriftlich fest.

### Setzen Sie Prioritäten

Prioritäten sind im Grunde nichts anderes als Entscheidungen. Wenn Sie wissen, wie wichtig, wie dringend – und ja, darin besteht ein Unterschied – eine Aufgabe ist, können Sie eine entsprechende Priorität setzen.

### Entscheiden Sie schnell

Schnelle (und trotzdem wohlüberlegte) Entscheidungen sind gefragt, um Zeitdruck vorzubeugen. Denn werden Entscheidungen ständig hinausgezögert, werden dadurch auch alle damit verbundenen Aufgaben aufgeschoben, was letztlich den Zeitdruck erhöht.

### Große Aufgaben in kleine aufteilen (Salami-Taktik)

Brechen Sie große, unüberschaubare Aufgaben auf mehrere kleinere herunter.

### Abschotten - Keine Chance den Zeitdieben

Es geht darum, dass Sie sämtliche Ablenkungen und jede Art von Zeitfressern für eine bestimmte Zeit auf ein Minimum reduzieren. Geben Sie Zeitdieben keine Chance!

Betreiben Sie Monotasking.

Widmen Sie sich konzentriert einer Tätigkeit nach der anderen.

### Vermeiden Sie die lange Bank

Manche Aufgaben müssen auf später verlegt werden. Allerdings werden häufig Aufgaben auf die lange Bank geschoben, weil sie schlicht und einfach unangenehm sind.

### Schieben Sie auf

So paradox es vielleicht klingen mag, aber wenn Sie das Gefühl haben, unterzugehen – und nur dann! –, versuchen Sie, für einige Aufgaben und Termine einen Aufschub zu erwirken. Das heißt aber nicht, Aufgaben generell aufzuschieben! Das setzt natürlich voraus, dass vorher eine Priorisierung stattgefunden hat. Denn ohne Priorisierung wissen Sie nicht, welche Aufgaben aufgeschoben werden können.

### **Sagen Sie Nein**

Ein Nein – natürlich nur dann, wenn es angemessen ist – ist das Zauberwort für mehr Entlastung und Zeitautonomie.

### **Schaffen Sie Licht im Informationsdickicht**

Informationen gezielt abholen, Kanäle finden, die alle für Sie relevanten Informationen schnell, qualifiziert und kompakt liefern, sei es über Social Media (z. B. Twitter), News-Portale oder andere Wege. Lassen Sie sich nicht von der Masse an Informationen überschwemmen.

### **Seien Sie nicht perfekt**

Unter Perfektionismus verstehe ich den Drang, mehr zu machen, als verlangt wird bzw. nötig ist und das Feilen an unnötigen Details. Perfektionismus kostet Zeit – Ihre Zeit! Erledigen Sie Aufgaben so gut wie nötig, aber nicht perfekt!  
Erledigen Sie gleichartige Aufgaben blockweise  
So können Sie z. B. täglich einen Block für Telefonate, einen für Routineaufgaben (Postbearbeitung, ...), einen für wichtige Aufgaben, ... vorsehen.

### **Delegieren Sie, holen Sie Unterstützung, ...**

... denn das kann zu einer enormen Entlastung führen. Das Delegieren erfordert im Vorfeld, sich ein entsprechendes Umfeld zu schaffen, an das Sie Aufgaben vertrauensvoll abgeben können, mit der Gewissheit, dass sie zu Ihrer Zufriedenheit erledigt werden.

### **Testen und optimieren Sie**

Es findet sich immer wieder etwas, das die tägliche Arbeit einfacher gestaltet. Nehmen Sie nichts als gegeben hin!

### **Führen Sie eine Zeitplanung durch**

Nicht einfach planlos drauflosarbeiten.  
Ein Zeitplan bietet Ihnen Orientierung, eine Hilfe zum Nachdenken, sodass Sie auch in der Hektik nicht so schnell den Überblick verlieren.

### **Gönnen Sie sich unbedingt Ruhephasen!**

Regelmäßig Energie tanken, tut gut und erhöht die Leistungsfähigkeit. Bemühen Sie sich um eine Ausgewogenheit zwischen An- und Entspannung, um einen Ausgleich, der Ihnen guttut.

### **Bleiben Sie locker!**

## Gesunder Egoismus



Pierre W. Jöns

Träger / Leiter  
»Haus Hegeholz«  
in Boren-Lindaunis

Das Thema Selbstfürsorge war im letzten dreiviertel Jahr sehr aktuell bei uns in der Einrichtung.

Eine ziemlich festgefahrene und belastende Teamsituation führte zu besonderen Anforderungen in Bezug auf das Thema, sowohl im Team als auch darauf zu achten, sich als Träger/Leitung selbst nicht zu vernachlässigen.

Schon seit Beginn meiner Zeit im Haus Hegeholz war der Dienstplan eine Gemeinschaftsentscheidung. Das Modell haben wir bis heute beibehalten. Jeder Mitarbeiter hat einen festen Tag in der Woche, die restlichen Dienste werden in der wöchentlichen Dienstbesprechung gemeinsam verteilt. Dabei werden private Termine bei einzelnen gesondert berücksichtigt und darauf geachtet, dass jeder im Wechsel auch 2-3 Tage am Stück frei hat. Gerade bei der eingangs erwähnten Situation war dies besonders wichtig, da z.T. mehr Dienst nötig war als eigentlich geplant. Hauptaufgabe war dabei, trotz aller Belastungen, die Bedürfnisse der Jugendlichen nicht aus den Augen zu verlieren.

Jetzt als Träger bin ich entsprechend häufig in der Einrichtung und musste lernen bzw. akzeptieren, dass

einige Aufgaben auch mal 1-2 Tage liegen bleiben dürfen. Genauso wichtig ist es, Dinge abgeben zu können. Speziell die Balance zu finden alles so gut wie möglich zu bearbeiten und gleichzeitig den Anforderungen von außen gerecht zu werden stellte eine besondere Herausforderung dar. Es entstand bei mir der Eindruck, egal wieviel gearbeitet wird, es reicht nicht. Ich sollte gefühlt ständig erreichbar sein. Da kommen wir nun zum Thema gesunder Egoismus und Hilfe von außen. Ich holte mir diese in Form eines Leitungs-Coaching bei einer Dame in Flensburg. Dort konnte ich unter Anleitung Situationen aufarbeiten und den Blickwinkel darauf ändern. Nach einiger Zeit konnte ich mit verschiedenen Situationen besser und vor allem lockerer umgehen. Als kleines Beispiel: Das Gefühl ständig erreichbar sein zu müssen. Nachdem der ein oder andere Sozialarbeiter sich wunderte, dass er mich z.B. an einem Wochentag nicht erreichen konnte, machte ich den Vorschlag, dass er mich dann am Sonntag anrufen könne, da wäre ich in der Einrichtung. Dies führte nach allgemeinem Entsetzen, zumindest im Kleinen zu einer anderen Sichtweise dort, da deutlich wurde, dass unser Berufsfeld eben auch die Arbeit am Wochenende umfasst.



Egoismus ist für viele negativ besetzt, daher haben wir Angst, für egoistisch gehalten zu werden. Egoismus ist jedoch gesund und wichtig, denn wenn wir an uns denken, ist auch an andere gedacht. Das klingt zunächst widersprüchlich, ist es aber nicht. Nur wenn wir an uns und unsere Bedürfnisse denken und diese nicht vernachlässigen, leben wir nicht mehr in einem Zustand des Mangels und können so auch an andere denken.

Egoismus ist die Grundlage für Nächstenliebe. Wir können anderen nur geben, was wir besitzen. Besitzen wir z.B.

keine Energie oder fühlen uns schlecht, dann haben wir keine Energie für andere und können nicht für diese da sein. Darauf zu achten, dass es uns gut geht, ist die Voraussetzung.

Also gibt es keinen Grund ein schlechtes Gewissen zu bekommen, wenn uns jemand Egoismus vorwirft. Wir sind nicht egoistisch und selbstsüchtig, wenn wir uns um uns selbst kümmern, nur zufriedener.



»Meer heilt mehr«



## Bin ich irre oder sind es die anderen?



Heike Düvier

Mitarbeiterin des Haus Lefina, Innien  
Dipl. agr. Ing., Erzieherin und Traumapädagogin

Nun sitze ich hier, fernab der Heimat in der alljährlichen dreiwöchigen Ferienfreizeit. Vier vermeintliche Borderline-Persönlichkeiten gestalten ihren Tag und den aller anderen (vermeintlich unbemerkt) mit, sind obenauf, brechen zusammen und kündigen alle möglichen Aktivitäten an. Von anderer Seite drohen unvermittelt Gewaltausbrüche. Ach ja, und drei kleine Kinder unter 6 Jahren mit ihren Müttern haben wir auch dabei. Die Lage ist meistens unübersichtlich und angespannt, manchmal auch dem Anlass entsprechend vorsichtig erholsam, aber fortlaufend dynamisch. Eine Grippewelle zieht durch unsere Gruppe und leider auch an uns Betreuern nicht vorbei. Meine wahrnehmbaren Grenzen sind bald erreicht.

Punkt 1 der gelebten Selbstfürsorge (s.u.) habe ich also erledigt, eine Selbstreflexion und die Wahrnehmung meiner Gefühle und Grenzen. Und nun?

Mich „rettet“ unsere wilde zweitägige Kanufahrt durch noch wildere Flussläufe, körperliche Anstrengung gepaart mit einem unbedingten kreativen Ehrgeiz, eine Route zu finden, wo eigentlich keine ist. Die Anstrengung der letzten Tage verblasst und reorientiert

mich nachhaltig. Ich kann mich erholen.

Um die negativen Folgen der psychischen Belastungen unserer Arbeit dauerhaft zu vermeiden, ist es notwendig, bezüglich der Selbstfürsorge einige Grundsätze zu verinnerlichen und zu leben. Diese beinhalten eine fundierte Sachkompetenz mit Wissen über Traumatisierungen und deren Folgen, Wissen über die Gestaltung von Beziehung und Bindung, Wissen über traumatische Reinszenierungen und Übertragungs- und Gegenübertragungsprozesse sowie eine fortlaufende Erweiterung der eigenen Methodenkompetenz. Eine der wichtigsten Kompetenzen ist die der Selbstreflexion. Ihr Ziel ist es, die eigenen Verarbeitungs- und Verhaltensmuster zu kennen und ihre Beeinträchtigungen zu erkennen. Sie ist wichtig, um die Selbstfürsorge und die Selbstwahrnehmung für körperliche und seelische Warnzeichen bei akuten Belastungen zu leisten. Das ABC der beruflichen Tätigkeit sollte nicht nur im pädagogischen Bereich Achtsamkeit, Balance und Connection beinhalten. Achtsamkeit heißt, sich selbst und seine Gefühle zu beachten und zu achten, seine Grenzen und Ressourcen zu wahren, um gesund leben und die eigene Ausgeglichenheit bewahren und erhalten zu



können. Eine Ausgeglichenheit zwischen Arbeit, Freizeit und Ruhe ist wichtig und nötig, eine Balance zwischen beruflichem Leben und möglichst vielfältigen privaten und persönlichen Aktivitäten, die als eine Art Tankstelle genutzt werden können (Live-Work-Balance). Die Verbindung mit der Natur, dem Leben als Solches und mit anderen Menschen (gern berufsfremd) ermöglichen es, sich selbst zu erfahren und zu entwickeln, persönliche Bedürfnisse (auch

Spiritualität) wahrzunehmen und zu verwirklichen. Es ist immer wieder eine Herausforderung, die geschilderte Theorie mit der erlebten Praxis zu verbinden. Werdet nicht müde: Achtet auf Euch, weil es sonst niemand tut! Nehmt euch Zeit, denn Dinge erledigen sich (manchmal) auch von allein! Pflegt Eure Freundschaften!

*„Keiner von uns  
kommt lebend hier  
raus...  
Esst leckeres Essen!  
Spaziert in der  
Sonne!  
Springt ins Meer!  
Sagt die Wahrheit  
und tragt euer Herz  
auf der Zunge!  
Seid albern!  
Seid freundlich!  
Seid komisch!  
Für nichts anderes  
ist Zeit!“*

*Anthony Hopkins*



## Prävention, Selbstfürsorge und Psychohygiene



Gitta Medelnik

Leiterin und Trägerin  
»haus lefina«

Immer wieder stehen die Voraussetzungen auf Institutioneller- oder Leitungsebene als Störfaktor einer gelingenden Selbstfürsorge im Vordergrund. Ich denke, dass die Auseinandersetzung mit seinem Arbeitsverhalten ein Schritt in Richtung Selbstfürsorge ist. Somit sind stabilisierende Prinzipien Transparenz, Einschätzbarkeit, Partizipation, Individualisierung, Wertschätzung der Individualität gegenüber den MitarbeiterInnen/Fachkräften gewürdigt. Diese Prinzipien gelten auch für die Beziehung von Kind/Jugendliche/r – Fachkraft als auch für die Beziehung Fachkraft – Leitung.

**Die Prävention** von sekundärem traumatischem Stress umfasst die Verringerung von überflutendem Stress und seiner Folgeerscheinungen. Die Präventionsmaßnahmen sollen einerseits die Intensität des gerade erfahrenen Stresses, z.B. die Schilderung eines traumatischen Erlebnisses eines Kindes oder Jugendlichen, verringern helfen, als auch die Resilienz der Fachkräfte fördern und stärken. Zur Prävention und Minimierung von sekundärem traumatischem Stress gehören das Erkennen und Akzeptieren eigener Grenzen sowie das Erkennen und Akzeptieren der Grenzen des Gegenübers, also

das der Kinder und Jugendlichen. Dazu gehört das Zuordnen von Verhaltensweisen der jungen Menschen, die Arbeit mit „dem guten Grund/Weil ...“, ein Basisfachwissen (innerhalb der Traumapädagogik), das in den Grundhaltungen der Fachkräfte und Grundkompetenzen für professionelles Handeln vermittelt wird. Außerdem sollten das Erkennen und der Umgang mit Gefühlen der Übertragung, Gegenübertragung, sowie der eigenen lebensgeschichtlichen Belastungen den Fachkräften bewusst sein.

Als **Psychohygiene** wird die Sicherung von inneren Ressourcen gesehen, die vorhanden sein müssen, um körperlich und psychisch so gesund zu bleiben, dass den beruflichen Anforderungen gut begegnet werden kann. Auf der Alltagsebene sind es schöne Gegenstände, Blumen, Bilder, Dinge, die das Herz erfreuen und das Pflegen von Geselligkeit und Lachen, Singen. Psychohygiene bedeutet den Körper wichtig und wahrzunehmen, Bewegung, entdecken der eigenen Kreativität und Anregung der Sinneswahrnehmungen durch Kunst, Musik, Gerüche, Geschmäcke und alles, was das Leben schön macht.

Die **Selbstfürsorge** und persönliche Psychohygiene ist



eine wichtige Prävention vor Überlastungsphänomenen und sekundärem traumatischen Stress. Besonders die Versorgung der eigenen Gefühle, das Herstellen des Gefühls der eigenen Sicherheit und der Erhalt oder die Wiedererlangung der eigenen Selbstwirksamkeit.

### 1.1 ABC des Schutzes vor Sekundärer Traumatisierung

Ähnlich der Methoden der „Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)“ die der amerikanische Neurologe Kabat-Zinn (1979) entwickelte, stellt die Therapeutin und Supervisorin Gerhilt Haak (2009) Leitlinien zur Prophylaxe und Selbstfürsorge der Reduktion von sekundärem traumatischem Stress folgendermaßen vor:

#### ■ A wie Achtsamkeit

Auf sich selbst und seine Gefühle achten, seine Grenzen und Ressourcen zu wahren, um gesund zu leben. Um die eigene Ausgeglichenheit zu bewahren und erhalten, sollten Fachkräfte die Hälfte ihrer Aufmerksamkeit auf sich selbst richten. Sie sollten sich gut kennen und verstehen, um klar im Kontakt mit Kindern und Jugendlichen sein zu können und um Übertragungen und Gegenübertragungen identifizieren zu können.

#### ■ B wie Balance

Ausgeglichenheit und Balance zwischen Arbeit, Freizeit und Ruhe ist wichtig und nötig. Eine Balance zwischen beruflichem Leben und vielfältigen

privaten und persönlichen Aktivitäten, die als eine Art Krafttankstelle genutzt werden. Achten Sie auf eine Balance zwischen Aktivität und Ruhe. Work-Life-Balance.

#### ■ C wie Connection (Verbindung)

Hier ist die Verbindung mit der Natur, dem Leben als Solches, mit anderen Menschen gemeint, sich selbst zu erfahren und zu entwickeln, persönliche Bedürfnisse (auch Spiritualität) wahrzunehmen und zu verwirklichen (Udolf, 2008, Gies, 2009, Schwarzer, 2010, Rießinger 2010, 2013).

Ein wichtiger Aspekt zur Bewältigung von traumatischen Erfahrungen, den die PädagogInnen im Umgang mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen erleben, ist:

- die Kontrolle über das eigene Handeln zu haben und zu behalten (mastery)
- routinierte Handlungsabläufe
- Checklisten
- strukturierte Vorgehensweisen, die Sicherheit geben
- Notfallpläne für jedes einzelne Kind/Jugendlichen

Ebenso wird mehr Sicherheit unter „gut erprobten“ Teams erreicht, durch das Wissen über die Fähigkeiten der KollegInnen und das Vertrauen in ihre Kompetenzen. KollegInnen können sich gegenseitig unterstützen und somit Belastungen reduzieren.

*Wenn du „Ja“ zu anderen sagst, Sorge dafür, dass du nicht „Nein“ zu dir selber sagst.*

*Paulo Coelho*



»Wer mit traumatisierten Menschen arbeitet, muss drei Dinge beherzigen:

Erstens: Gut essen

Zweitens: Viel feiern,

Drittens: Wütend

putzen.«

Lang, 2009

### 1.2 Dazu einige Auszüge zur pädagogischen Unterstützung (Selbstwahrnehmung, Selbstkontrolle, Selbstwirksamkeit)

Die Verbesserung von Körper- und Selbstwahrnehmung, die Aneignung von Techniken zur Selbstregulation und die Lösung fixierter Zustände, hilft Menschen zu verändern, was sie fühlen. (Kolk 2004) Voraussetzungen für eine gelingende Lebensgestaltung sind ein positives Selbstbild und den Rückgriff auf die eigenen Ressourcen. Bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist das anders. Sie konnten kein stabiles und kohärentes Selbst entwickeln. Ihr Selbstkonzept behindert sie oft und wird sie oft behindern, wenn es nicht gelingt, die eigenen Verhaltensweisen, Einstellungen,

Emotionen, Erinnerungsebenen wie Rückblenden und Albträume verstehbar zu machen. (Vgl. Weiß, 2009)

Im Folgenden werden einige Beispiele zur Selbstwirksamkeit, Selbstwahrnehmung, Selbstkontrolle dargestellt:

### 1.3 Selbstwirksamkeit / Selbstverstehen

Traumatisierte Kinder und Jugendliche kennen Schuldumkehrungen und waren u.a. Objekte für die Bedürfnisse Erwachsener. Sie haben das Gefühl anders zu sein und sie haben Verhaltensweisen- bzw. Strategien entwickelt, die im Alltag stören. Selbstverstehen ist der erste Schritt zu einem positiven Selbstkonzept. (Weiß, 2009). Ein Beispiel:



## Das Konzept des guten Grundes

*Es geht nicht darum, dass die PädagogInnen das störende oder schädigende Verhalten positiv umdeuten, sondern dass sie durch Spiegeln oder durch ein Angebot von Definitionen die Kinder und Jugendlichen unterstützen, ihr Verhalten selbst zu verstehen und zu akzeptieren.*

### Unsere Haltung ist entscheidend:

- Der Respekt von der Lebensleistung der Kinder
- Die bisherigen Anpassungsbemühungen des Kindes als Überlebensstrategien verstehen
- Selbstverstehen, Selbstwirksamkeit und Selbstregulation unterstützen
- Es geht um Integrationsleistungen
- Stellungnahmen der PädagogInnen wie: „das war deine normale Reaktion auf eine unnormale Situation“ entlasten von Schuld und Scham.

### 1.4 Die „Weil-Frage“

*„Die siebenjährige Johanna lebt seit zwei Jahren in der Pflegefamilie. Immer wieder mal schleicht sie nachts in die Küche und füllt sich eine Tüte mit Lebensmitteln. Sie findet das selbst nicht gut, weil sie ihre Pflegeeltern mag und diese nicht hintergehen will. Als Johanna wieder einmal fast im Kühlschrank kniet, kommt die Pflegemutter hinzu. Sie sagt, „du machst das sicher, weil du für dich sorgen musst.“ Das Wort „weil“ transportiert diese Haltung und lädt zum*

Selbstverstehen ein. Man kann die Frage auch offenstellen lassen. Zum Beispiel: Du machst das weil...? Und damit dem Kind oder Jugendlichen die Möglichkeit geben, die Frage selbst zu beantworten, um mögliche Interpretationen zu vermeiden. Die Frage „Warum machst du das? Gib dem Kind oder Jugendlichen eher das Gefühl sich verteidigen zu müssen.“ (Weiß, 2009)

### Ziele im Umgang mit „störenden“ Verhaltensweisen:

- Das Begreifen der Symptome im Zusammenhang mit der Entstehungsgeschichte.
- Verständnis und Wertschätzung für diese Verhaltensweisen.
- Das Überprüfen, ob dieses Verhalten weiterhin notwendig ist.
- Das Erarbeiten von alternativen Handlungsmöglichkeiten, bzw. die Erweiterung des Verhaltensspielraumes.
- Die Kinder werden zum Subjekt ihres Tuns.

### 1.5 Ein weiter wichtiger Aspekt ist die Supervision als Team-Selbstfürsorge oder auch Einzel

- angstfreier Austausch über Belastungen sprechen zu können
- Unterstützungskultur unter KollegenInnen
- Schutz vor Konfrontationen mit unkontrollierten Träumen
- Achtsamkeit für die Übertragungs- und Gegenübertragungsempfindungen



- Erkennen und Unterbrechen von traumabezogenen Re-Inszenierungen der Kinder und Jugendlichen als Eigenschutz
- Somit Selbstfürsorge und Prävention

## 2. Übungen/Methoden zur Stressreduktion und Prävention vor Überlastungsphänomenen:

Erhalten sie sich: Interesse, Liebe, Hoffnung, Zufriedenheit, Unterstützung, Vergnügen, Glück, Stolz auf Leistungen, viele positive Empfindungen

- eigener Notfallkoffer
- Team-Schatzkiste
- Befindlichkeitsrunden im Team
- Arbeiten mit Skalierungen in Bezug auf Kinder- u. Jugendliche (Bewusstmachung der eigenen Anspannung, z.B. Anspan-

nungsthermometer, Nähe – Distanz-Übung)

- KollegInnen um Unterstützung bitten
- Selbstfürsorge im Team – Anregung zum Austausch mit Anderen
- der/die „schwächste“ KollegIn „gibt den Ton an“ (diese/r KollegIn hat den sensibelsten „Antennenempfang“ für „Hier stimmt was nicht! Achtung/Aufgepasst“ und hinter ihm/ihr reihen sich alle auf
- Erbsen in der Tasche – Eine Übung zur Genussfähigkeit
- Regentagbrief – Eine Übung zur Selbstannahme
- Priorisieren, Konkretisieren und Verfolgen selbst gesteckter Ziele – eine Übung zum Selbstwirksamkeitserleben

Und viele weitere Übungen, die wir hier nicht extra

erklären. Tolle Körper und Atemübungen findet ihr in den Büchern von Dr. med. Claudia Croos-Müller, Alles Liebe, Kopf Hoch, Nur Mut, Viel Glück, die kleinen Überlebensbücher. Auch toll sind die Übungen im Buch Fels in der Brandung statt Hamster im Rad – 10 praktische Schritte zur persönlichen Resilienz. Oups Karten, z.B. Sonnenstrahlen für dein Herz, sind praktische Begleiter.

Immer wichtig bei allen Übungen ist ja, sie als Prozess zu verstehen, der dazu führt, dass eine Belastung oder Krise kompetent verarbeitet wird, so dass am Ende ein positives Ergebnis mit evtl. neuen Orientierung im Sinne von Zufriedenheit und Zugewinn an Fähigkeiten erzielt wird.



## Erst die Arbeit, dann das Vergnügen – oder vergnügt bei der Arbeit?

„Je mehr Vergnügen du an deiner Arbeit hast,  
desto besser wird sie bezahlt.“

Mark Twain

„Ich brauche Ruhe und Heiterkeit der Umgebung  
und vor allem Liebe, wenn ich arbeite.“

Adalbert Stifter

Ich beginne mit diesen zwei Zitaten, weil sie deutlich machen, wie wichtig die innere Haltung zur pädagogischen Arbeit für die Zufriedenheit, ist. Die Frage nach Vergnügen bei der Arbeit in der Jugendhilfe mag provokant klingen, doch folgende Antworten kamen auf die Frage:

**„Was motiviert Euch, trotz größter Herausforderungen, körperlicher und seelische Belastungen im pädagogischen Alltag, immer wieder neu zu schauen, durchzuhalten und zu beginnen? Woher nehmt Ihr die Kraft?“**

**Birgit, 61 Jahre alt, staatlich anerkannte Erzieherin, heilpädagogische Zusatzausbildung mit 41 Jahren Berufserfahrung, seit 9 Jahre im Haus Kormoran tätig:**

„Es ist und war immer mein Traumberuf, ich habe nie etwas anderes gewollt, als mit Menschen zu arbeiten. Ich bilde mich gern fort und mag die praktischen Aufgaben, die Lebendigkeit, und dass ich dazu beitragen kann, den Kindern eine möglichst glückliche Kindheit, trotz aller negativer Erfahrung, zu ermöglichen.“

Nach vielen Jahren in der Kinder- und Jugendarbeit war ich einige Zeit in der Altenhilfe tätig. Zunächst war es dort entspannter und ruhiger im Umgang, doch ich vermisste zunehmend die Lebendigkeit, die Freude an der Arbeit und wollte zurück in die Heimarbeit mit Kindern und Jugendlichen.

Ich habe Erfahrung in großen Heimen mit bis zu 60 Plätzen gesammelt, dort war es mir zu anonym und mir fehlte die Beziehung zu den Menschen, es war anstrengend für mich. Mein Ideal sind kleine, familienorientierte Einrichtungen wie unsere. Mir tut dieser Rahmen gut, die Übersichtlichkeit und die widerkehrenden Aufgaben, die Transparenz und Verbindlichkeit, auch die im Team, man kennt sich.

„Die Kinder und Jugendlichen kennen mich, wissen mich mit meiner Art einzuschätzen und ich habe genügend Raum und Zeit mich um jeden Einzelnen zu kümmern, wir akzeptieren uns gegenseitig und dies tut mir gut.“

Oft habe ich gar nicht das Gefühl auf Arbeit zu gehen, ich empfinde eine große Zugehö-



Claudia Nöhren

Staatl. anerkannte  
Heilpädagogin

Trägerin und Leiterin  
»Haus Kormoran«

»Jeder kann jederzeit aus dem etwas machen, was aus ihm gemacht wurde.«

Sartre

rigkeit und emotionale Verbindung zu allem.

Ich gebe nicht nur, ich bekomme auch viel zurück, was mir Energie bringt. Ein Lächeln der Kinder, ihr Stolz, wenn sie mir von guten schulischen Leistungen berichten, ihre Rücksichtnahme, wenn es mir mal nicht ganz so gut geht, sie mir mit Freude ein Bild malen und wir gemeinsam einfach nur Spaß am gemeinsamen Kochen haben, oder wenn mit den Jugendlichen beim gemeinsamen Sortieren ihre Wäsche, über Dinge gesprochen wird, die die Jugendlichen gerade beschäftigen. Sie vertrauen mir und ich merke ich gebe ihnen Sicherheit.

Natürlich kommt es auch zu Auseinandersetzungen, doch wenn wir Krisen gemeinsam bewältigen, macht es mir Mut, auch zukünftig dranzubleiben. Wir sind ein kleines Team und tauschen uns viel aus. Auch wenn es mal zu Missverständnissen und unterschiedlichen Sichtweisen kommt, finden wir nach kollegialer Beratung immer wieder den gemeinsamen, roten Faden der Arbeit. Wir arbeiten lange zusammen und ich darf trotz aller Fachlichkeit, ich selbst sein und auch mal schlechte Tage haben. Wir nehmen Rücksicht aufeinander.

Fachlicher Austausch und Beratung, Supervision und Fortbildung machen professi-

onales Handeln trotz aller Vertrautheit nach all den Jahren, leichter.

Ich mag es immer noch an Wochenenden und Feiertagen zu arbeiten und in der Woche mal Zeit für mich, meine Hobbys und meine eigenen Kinder und Enkelkinder, zu haben.

Mir kommt es sehr entgegen, dass beim Dienstplan Rücksicht auf meine Bedürfnisse genommen wird und wir auch spontan untereinander die Dienste und Urlaubstage tauschen können. Dafür bin ich gern bereit auch spontan einzuspringen und mal mehr als üblich zu arbeiten. Ich weiß, dass es sich immer wieder ausgleicht.

Da ich allein lebe und zu Hause ein hohes Ruhepotential, Zeit für mindestens 2 x Sport und Sauna die Woche habe, kann ich mich gut ausruhen und entspannt wieder zur Arbeit gehen."

**Mir als Trägerin und Leiterin des Hauses ist es wichtig, dass meine Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, professionell und authentisch sind, sich und ihre Ideen einbringen und ihr Wissen an die Kinder und Jugendlichen, weitergeben.**

**Dirk staatlich anerkannter Erzieher, über 20 Jahre Berufserfahrung, seit 8 Jahren im Haus Kormoran tätig:**



„Als Erzieher ist es wichtig, meine persönliche Haltung zum Umgang mit der Natur und mein Wissen an die Kinder und Jugendlichen weiterzugeben, ihnen Nachhaltigkeit zu vermitteln damit sie und weitere Generationen auf dieser Erde eine Zukunft haben werden.

Ich bin gern mit den Kindern im Wald, vermittele ihnen wie gut Ruhe tun kann, oder ans Wasser an die Steilküste, abseits von Trubel, Straßen und gepflasterten Wegen. Freizeitaktivitäten müssen nicht zwangsläufig Geld kosten. Ich bin gern Vorbild und freue mich, wenn die Kinder gute Umgangsformen erlernen und anwenden und so positive Rückmeldung aus der Gesellschaft erfahren.

Die Arbeit im Team macht mir Spaß und wenn wir uns gegenseitig unterstützen und ich für meinen Einsatz angemessene Anerkennung und Bezahlung bekomme, gehe ich motiviert an meine Aufgaben. Humor macht den Umgang leichter. Ich erhalte Zulagen für das Arbeiten an Nacht-Sonn- und Feiertagen dies halte ich für angemessen und motivierend. Jeder soll das tun, was er gut kann, so ergänzen wir uns und die Kinder haben die Möglichkeit sich an unterschiedlichen Personen zu orientieren. Ich fühle mich akzeptiert und erfahre Wertschätzung.“

Für mich, als Leiterin bedeutet es sehr viel Entlastung, ein stabiles Team und eine engagierte Vertretung während meiner Abwesenheit, zu haben.

**Yvonne 42 Jahre alt, staatlich anerkannte Heilerzieherin, stellvertretende Leitung, mit Unterbrechungen seit 2003 im Haus Kormoran tätig:**

„Mir fällt es leichter, entspannt zu arbeiten, wenn getroffene Absprachen im Team und gemeinsam erarbeitete Strukturen verbindlich eingehalten werden. So kann ich mich ganz der pädagogischen Aufgabe widmen und mich auf die Jungs und Mädchen einlassen. Es gibt auch ihnen Sicherheit und Orientierung.

Wir haben im Team alle einen besonderen Aufgabenbereich übernommen, und arbeiten gemeinsam an einer möglichst reibungslosen Umsetzung. Ich bin belastbar und mag die Herausforderungen in der Gruppe. Ich trage gern Verantwortung und übernehme Aufgaben, wie Halten von Ordnung und Übersicht im Haus, Schreiben von Dienstplänen, weil es mir liegt und man mir vertraut.

Zudem bin ich die Hygienebeauftragte und lerne, dass dies nicht nur mit angenehmen Aufgaben verbunden ist und ich Abläufe und Arbeiten kontrollieren und Kollegen und





*Kolleginnen direkt ansprechen und beraten muss.*

*Ich bin für klare und ehrliche Kommunikation und nicht nachtragend. Wir kennen uns als Team gut und wissen wie wir ticken, können alles ansprechen und wir wissen, es ist konzeptionell so gewünscht. Ich habe im Laufe der Jahre gelernt, dass nicht immer alles so funktionieren muss, wie ich es mir vorstelle und lerne gerne dazu.*

*Ich stehe im engen Austausch mit den Kollegen und der Leitung und erlebe die Erreichbarkeit und die gegenseitige Unterstützung nicht als selbstverständlich.*

*Hausinternen Fortbildungen mag ich und das Teamprojekt „UnternehmensWert Mensch“ erlebe ich als persönliche und betriebliche Bereicherung. Die intensive Beschäftigung und Schulung zum Thema „Empathie“ ist für mich sehr hilfreich für den Kontakt mit Eltern, Lehrerinnen, Therapeuten, Ärzten und Kollegen. Ich bekomme die Chance, mich weiterzuentwickeln und die nutze ich. So macht Arbeit Spaß und ich kann etwas bewirken.*

*Leider erlebe ich oft, dass es Heimkinder in Schulen nicht so leicht haben. Lehrer und Lehrerinnen Vorurteile haben und den Kindern weniger zugehört wird als anderen.*



*Ich setze mich gern für unsere Kinder ein und kann dranbleiben, frage nach, unterstütze und freue mich über Erfolge. Es fällt mir leicht Arbeit und Privat zu trennen. Entspannung bekomme ich durch den Rückhalt meiner eigenen Familie, unser schönes Zuhause, meinen Garten, lange Spaziergänge mit unserem Hund.“*

**Mir ist wichtig, mein Team nicht zu über- noch zu unterfordern. Ich nehme auf persönliche, familiäre Wünsche gern Rücksicht, weil ich aus eigener Erfahrung weiß, dass dies für die Resilienz und Erhaltung der Gesundheit, sehr wichtig ist.**

**Christopher 37 Jahre, staatlich anerkannter Heilerziehungspfleger, 13 Jahre Berufserfahrung seit 3,5 Jahren im Haus Kormoran, tätig:**

*„Ich habe mich vor 3,5 Jahren initiativ beworben, da ich als „Nachbar“, auf die Einrichtung aufmerksam geworden bin. Vorher habe ich in größeren Einrichtungen gearbeitet und war auf der Suche nach Alternativen, die mehr meinem Selbstverständnis entsprechen.*

*Als jüngstes Teammitglied fühle ich mich hier gut aufgenommen und in meiner Professionalität anerkannt und geschätzt.*

*Ich kann mich und meine Ideen einbringen, mich mit einzelnen Kollegen über unsere Werte austauschen, Kritik üben und erlebe uns als lernendes pädagogisches Team. Ich muss nicht alles mit mir selbst ausmachen“, kann alles äußern und erlebe eine Verbundenheit.*

*Ich kann mich gut abgrenzen und Störendes benennen, wenn ich in meiner Freizeit nicht mit den Aufgaben der Arbeit, konfrontiert werden möchte. Dies fand Berücksichtigung und wird akzeptiert.*

*Das Erarbeiten gemeinsamer Werte in hausinterner Fortbildung erlebe ich als Bereicherung für das gesamte Haus Kormoran.*

*Im Vergleich zu meinen Erfahrungen in größeren Einrichtungen begrüße ich hier das individuelle Vorgehen und Eingehen auf die jeweiligen Bedürfnisse.“*

**Ich schätze mein Team sehr und bedanke mich für die Tatkraft und Verbundenheit mit der Einrichtung.**



## Was machst du für Selbstfürsorge... was verstehst was ist dir wichtig... wie schaffst du das alles?

**...was wir schon immer dazu sagen wollten ...**

*In unserer Rubrik „...was wir schon immer dazu sagen wollten“ berichten Kinder und Jugendliche, die in IKH-Mitgliedseinrichtungen leben.*

*Diese Artikel werden vom INFO-Ressort inhaltlich nicht bearbeitet und „so wie sie sind“ – in der Sprache und mit den Themen der Kinder und Jugendlichen – veröffentlicht.*

*Die Kinder und Jugendlichen sollen über Dinge berichten, die sie beschäftigen und ihre Sichtweisen darlegen – die Inhalte bestimmen die Kinder und Jugendlichen selbst!*

Selbstfürsorge ist das, was man macht das es einem gut geht. Und das Leben lebenswert ist, dass man etwas macht, was einem Freude bringt, einen tollen Job hat und Freunde. Das Aktivität und Ruhe und Erholung im Ausgleich sind, schlafen ist gut... Das Dinge die man macht einen glücklich machen... wie man selbst für sich sorgt...eben

**Ohne Namen**

Was mache ich für die Selbstfürsorge..... Ich mache das was mir Spaß macht, ich gehe Arbeiten um mich selbst zu versorgen, ich gehe zum Sport für mein Wohl befinden.... Mit meinen Kindern kuscheln um mein Glück zu fühlen 😊.... Selbstfürsorge heißt für mich seinen eigenen Lebensraum aufzubauen, zu finden..... Alles was schlecht ist von mich fern zu halten und alles was toll ist fest zu halten

**Micha**

*Azubi und Vater 2er Kids*

Das Lefina, nicht irgendein Lefina, sondern es ist das Lefina. Ich brauche nicht sagen, es ist perfekt und fehlerfrei. Aber hier hat jeder seine Ecken und Kanten, aber ein Diamant ist auch nicht rund. Aber hier lernt man den Feinschliff. Hier hast du die Chance, mit Hilfe des Betreuerenteams, deine Fehler in erster Linie einzusehen und sie in Zukunft zu vermeiden.

Hier wird man nicht verurteilt, denn sie versuchen zu verstehen, warum oder wieso du diesen Weg gewählt hast, warum es dir schlecht geht.

Betreuer können auch „ätzend“ sein, gerade wenn sie uns auf einen Fehler zuweisen und man das gerade gar nicht einsieht.

Oder wir kennen es alle, sie nennen uns die Aufgaben die wir noch erledigen müssen, ohja und gerade wenn wir keine Lust haben.

Manchmal rasselt man auch aneinander, weil man verschiedene Ansichten hat, aber sie lassen uns die Zeit, die wir brauchen und sind ansprechbar und freundlich wenn wir nochmal um ein Gespräch bitten, je nach Situation, kommen sie auch selbst etwas später nochmal und schauen nach uns und sprechen uns nochmal an.

Wenn wir Hilfe benötigen z.B. vielleicht wegen Schule oder Familie, stehen sie uns zu Verfügung und geben uns einen Rat, wenn wir ihn benötigen. Auch die Regeln, sind in vielen Einrichtungen strenger. Wir haben viele Freiheiten und individuelle Ausnahmen können getroffen werden. Ich habe auch in andere Einrichtungen gewohnt, aber dieses ist meine Nummer eins. Ich wohne zum zweiten Mal da und freiwillig.

**Shona bald 18**

du darunter...



## Kinderhaus Kaltoft



Sandra Rohloff

Trägerin und Leiterin  
»Kinderhaus Kaltoft«

Erzieherin

Ich heiße Sandra Rohloff, bin 41 Jahre jung, und möchte diese Gelegenheit nutzen Ihnen das Kinderhaus Kaltoft vorstellen zu dürfen.

Mein Lebensgefährte und ich entschieden uns eines Tages dem Großstadtleben zu entfliehen. Unser Traum von ländlicher Ruhe und Beschaulichkeit führte uns seinerzeit aus Hamburg kommend in den Norden Schleswig-Holsteins. Wir kauften 2011 einen alten Resthof in Boren, unweit von Schlei und Ostsee entfernt. Über eine Freundin aus Zeiten der Ausbildung zu der staatlich geprüften Erzieherin lernte ich zufällig Frau Claussen, die Trägerin und Leiterin des Kinderhauses Wiedenloh kennen. Der

intensive Austausch mit Ihr weckte mein Interesse. Käme das für mich auch in Frage? Haben wir die notwendigen Mittel, Voraussetzungen und vor allem die Zeit? Schließlich ist für viele allein die Modernisierung und der Betrieb eines Resthofes mit Tierhaltung eine Lebensaufgabe. Wir konkretisierten nach und nach die Planungen und begannen die notwendigen Anforderungen zu schaffen. Dann war es endlich soweit. Im Januar 2017 erhielt ich die Betriebserlaubnis und bald darauf zog das erste Kind bei uns ein. Heute ist die maximale Aufnahmezahl mit 4 Kindern zwischen sieben Monate und drei Jahren erreicht.

Das Kinderhaus verfügt über 200qm Wohnfläche. Die jeweiligen Kinderzimmer sind 14qm groß und modern eingerichtet. Die Einrichtung ist für die Zukunft und auch ältere Kinder und Jugendliche bestens vorbereitet da sie schon jetzt über 2 Küchen und 2 Bäder verfügt. Außerdem besteht die Möglichkeit den Dachboden auszubauen und so die



Grundfläche des Wohnhauses zu verdoppeln.

Die Nebengebäude auf dem 1,6 Hektar großen Gelände bieten unter anderem Platz für landwirtschaftliche Maschinen, Werkzeuge und Stallungen. Im Moment finden Hund, Hühner, Mini-Zebus, Schafe und Alpakas bei uns ein zu Hause. Sie bieten die Grundlage für jede tiergestützte Intervention.

Im Fokus des familienähnlichen Alltags liegt derzeit die altersgerechte Freizeitgestaltung in Verbindung die Kinder spielerisch zu fördern.

Hierfür bieten wir bei jedem Wetter diverse Möglichkeiten sich zu entfalten. Es wird gemalt, gebastelt und gespielt. Für die Kinder stehen diverse Instrumente zur musikalischen Früherziehung bereit. Ein Bauwagen und eine Holzwerkstatt wurden für die ersten handwerklichen Experimente eingerichtet. Die Spielwiesen, Koppeln und umliegenden Wälder laden ein die Umwelt kennen zu lernen und seine motorischen und kognitiven Fähigkeiten auszuweiten. Auf dem Grundstück selbst haben wir 2 Spielplätze mit Sandkisten, Rutsche, Trampolin und Klettergerüst. Für Abwechslung sorgen unterschiedliche Ausflugziele, am liebsten auch mit dem Kajütboot oder Wohnmobil.

Das Kinderhaus Kaltoft ist für die Betreuung von Kindern und Jugendlichen ab 0 Jahren konzipiert. Ich lege großen Wert darauf, dass die uns anvertrauten Kinder und

Jugendlichen familienähnlich aufwachsen. Dazu gehört die Gestaltung des Alltags, der gemeinsame Urlaub, die Geburtstage und Feste wie zum Beispiel Weihnachtsen. Damit die Kinder nicht ständig wechselnden Bezugspersonen ausgesetzt sind, halten wir die Anzahl der ergänzenden Fachkräfte so gering wie möglich.

Großartig werde ich von meinem Lebensgefährten und vier angestellten Erzieher/innen in Teilzeit unterstützt. An dieser Stelle möchte ich unbedingt die Gelegenheit ergreifen, mich bei meinem Team für das umfangreiche Engagement der vergangenen zweieinhalb Jahre zu bedanken.



## МОЗРЕП im Spiegel

### Gitta Medelnik



Gitta Medelnik

Erzieherin, syst. Therapeutin, Kff., Marte Meo Practitioner, Humanistisch-Psychotherapeutische Beraterin, Traumapädagogin

Leiterin und Trägerin  
»haus lefina«

#### Wer ist die Person Gitta Medelnik?

Oh, wer ist die Person? Ist eine schwierige Frage, die sollte man mal meinen Freunden stellen, oder den Mädels im Lefina. Ich habe schon so oft gesagt, dass diese doch bitte mal einen Entwicklungsbericht über mich schreiben sollten ☺. Meine Kinder könnten bestimmt auch ihren Anteil zu so einem Bericht beitragen. Auch die Mitarbeiter im Lefina sind in solcher Frage sicherlich sehr aussagekräftig. . . doch hier soll ich mich ja nun selbst beschreiben: So fange ich mit groben Fakten mal an.

Ich bin in diesem Jahr 50 geworden, habe 2 Kinder, 27 und 25 Jahre, sowie 2 Enkelkinder, 10 und 7 Jahre alt. Ja, mit 40 Oma werden, war schon ein Lebensereignis, welches ich so nicht geplant hätte. Da brauchte ich einige Zeit das zu verarbeiten, doch wie soll ich sagen, Enkelkinder sind das Dessert des Lebens!

Ich komme aus einer Kaufmannsfamilie, viele Generationen zurück sind alle „Männer“ Kaufleute, so habe auch ich mit 16 die Ausbildung zur Groß- und Außenhandelskauffrau absolviert (wir sind drei Schwestern) – dies wurde gar nicht hinterfragt, einfach gemacht – ich habe es gehasst.

Mit 23 bekam ich meine Tochter, in Kiel, heiratete und baute mir meine kleine Familie auf. Ich konnte für die Firma in der ich angestellt war das Controlling der Copy-Charge-Abrechnungen im Homeoffice weiter machen und verdiente 25,- Mark netto die Stunde nebenbei – so konnte ich tüchtig sparen.

Nach der Geburt meines Sohnes 1994 wurde unsere Wohnung im 5 Stock, Altbau am Schrevenpark, wirklich zu klein und wir bauten ein kleines Häuschen im Garten meiner Eltern, Eigenbau! Auf dem Lande in Aukrug, zurück zu den Wurzeln, zurück zum Vertrauten, zurück zu den alten Freunden. Doch nach kurzer Zeit wollte ich wieder nach Kiel, dort war das Leben, dort waren meine sozialen Beziehungen, dort hatte ich meine Jobs, nun schon seit zwei Jahren beim ev. Frauenwerk mit Kinderbetreuung, meinem Controlling-Job, meine Kollegen und Freunde, Kita und Helfermutter sein etc. Nützt ja nichts, ich musste in Aukrug neu starten! Beginnend mit viel Engagement im Kindergarten, Dorffestkomitee und Nachbarschaftshilfe im Bargfelder Hof, einer Einrichtung für Menschen mit besonderen Bedürfnissen.

1998 begann ich dann die Ausbildung zur Erzieherin, mit dem großen Glück in einer Jugendhil-

feinrichtung mein Oberstufenpraktikum mit anschließender Festanstellung zu finden. Schon dort stellte sich für mich heraus, dass es das ist, was ich machen möchte, dass es das ist, was mir liegt und was ich gut kann, mit Kindern, Jugendlichen auf Augenhöhe, fördernd und fordernd einen Weg bereiten, so dass sie selbständig und mit viel Freude in die Zukunft gehen!

Durch meine persönliche Entwicklung, die Ausbildung und den Aufbau eines eigenständigen Berufslebens, ist meine Ehe leider auf der Strecke geblieben. Unterschiedliche Ansichten auf die Lebensaufgaben und Rollenmuster erschütterten unser Zusammensein. So war die Scheidung und dann das allein erziehend zu sein mit zwei kleinen Kindern eine neue Herausforderung für mich. Ich fühlte mich gut gestellt, mit meinem Job als stellvertretende Leitung in der Jugendhilfeeinrichtung, mit meinem Organisationstalent und liebevoller Fürsorge für meine Kinder – eine Waldorfmutter durch und durch! Stets bemüht, doch mein Gerüst bröckelte – Allein sein ist einsam, fleißig sein und gerne arbeiten, Ehrenamt ist mir sehr wichtig und für meine Kinder tue ich (fast) alles! Gerne! Freude am sozialen Miteinander bedeutet mir viel – Freundschaft ist wie ein Lebenselixier! Freizeit kannte ich kaum, doch Freizeitgestaltung mit den Kids mochte ich sehr gerne, Basteln, Nähen, Kochen, Backen, Handwerkliches – von Tapezieren über Töpfern und Outdooraktionen – alles toll. Und mein großes

Talent, den Überblick über viele Vorgänge schnell zu verinnerlichen sowie kaufmännisch zu durchblicken. – ich bin eine Optimistin, baue auf das Gewohnte, liebe Veränderungen und vertraue auf positive Entwicklungsmöglichkeiten. Mut zur Lücke, wenn nicht jetzt – wann dann? Wenn nicht ich – wer denn? Wenn nicht wir – unser kleines wir in mir! Ich liebe es zu lernen und das neue Wissen in mein Leben einzubauen, umzusetzen und mich an den Auswirkungen zu erfreuen. So sammle ich Ausbildungen – sagen meine Freundinnen gerne mit einem lachenden Auge – ne, du schon wieder, was willst du denn noch werden? Doch es bringt mich weiter, weiter in meinem So-sein-wie-ich-bin, weiter in meiner Pädagogik, weiter in meinem Leben, weiter, um weiterhin mit Freude in meiner Arbeit zu sein.

### Wie kam es zu deiner Trägerschaft vom Haus Lefina?

Durch meine Arbeitslosigkeit, durch mein Eingebundensein in den Ort Aukrug, durch das allein erziehend sein meiner Kinder, damals 11 und 9 – Dank meiner Geschäftspartnerin, deren Wunsch es war, sich selbständig zu machen und durch mein Können und meinen eigentlich versteckten Mut? Oder auch eine gewisse Naivität den Anforderungen und Aufgabenstellungen so einer Trägerschaft, Aufbau einer Einrichtung, Leitung und Verantwortung gegenüber. Ich wollte eine Einrichtung aufbauen, in der ich so arbeiten kann, wie es mir wichtig ist, wie wir es für richtig erachten. Glück, viele



bunte Wünsche, ein bisschen Liebe, Geborgenheit, 1000 Dank, ein Lächeln, gute Gedanken, Freude schenken.

So schuf ich (wir) einen Arbeitsplatz in Aukrug, mit großer Flexibilität, so dass ich zu den wichtigen Zeiten meiner Kinder da sein konnte, engagiert mit enorm vielen Stunden investierend in den Aufbau vom Lefina – Viva Lefina! Doch immer die Sicherheit gebend, da zu sein. Wir haben uns für bestimmte Betreuungsformen und somit der Ausgestaltung unserer Arbeit entschieden, die u. E. sinnbringend sind. Die Pädagogik bietet ein weit verzweigtes Feld! Unsere Betreuungsform ist humanistisch, systemisch, traumapädagogisch und nach dem familien- und situationsorientiertem Ansatz.

Aus dem Humanistischen Ansatz: Menschen sind aktive Wesen, die von Natur aus gut und fähig sind, ihren eigenen Weg zu wählen. Sie streben nach dem Guten und nach der Verwirklichung ihrer Möglichkeiten, Suchen nach Veränderungen, planen ihr Leben und geben ihm eine Struktur, um eine optimale Selbstverwirklichung zu erreichen.

Das passt super zu unserem Verständnis des systemischen Ansatzes. „Systemisches Denken umfasst Ganzheiten und nicht Individuen. Es achtet auf die in diesen Ganzheiten geltenden Regeln und die in und zwischen ihnen bestehenden Wechselwirkungen. Das systemische Denken verlässt somit die Kategorien von Ursache – Wirkung (und damit Schuld) zugunsten einer zirkulären Sichtweise.

Alles im System ist aufeinander in Wechselwirkung bezogen. Menschen sind keine isolierten Einzelwesen, und daher ist jede Handlung darauf zu befragen, welche Bedeutung sie für das System hat in dem der Mensch lebt.“

Die elementaren Aufträge traumapädagogischer Konzepte, mit dem Wissen über Psycho-traumatologie, der Stabilisierung und Förderung der Selbstwahrnehmung, Selbstkontrolle und Selbstwirksamkeit, dem Schaffen eines „Sicheren Ortes“; Minimierung von Machtmissbrauch und der Wiederherstellung der Teilhabe an sozialen und gesellschaftlichen Prozessen, ergänzen unser Selbstverständnis und machen uns kohärent.

Unsere Spezialisierung auf Mädchen ab 12 Jahren, sozusagen alle mitten in der Adoleszenz – und mit den Aufgaben dieser auch noch beschäftigt! Die Selbstfindung! Jugend ist eine Zeit des Abschieds. Die Kindheit ist vorbei. Um Neues kennenzulernen, muss Altes losgelassen werden. Jugendliche müssen sich von ihren Eltern abgrenzen können und die Eltern dürfen nicht mehr alles wissen. Abgrenzung ist ein wichtiger Schritt, denn Jugendliche beginnen, ein eigenes Leben jenseits der Familie zu führen und sich abzulösen. Erwachsenwerden ist ein Wechselspiel vom Erfahren von Grenzen, vom Ausloten und vom Finden von gänzlich eigenem Neuen. Und schon schließt sich unser gedanklicher Kreis wieder – Jeder braucht Selbstkontrolle! Und auch dazu, aus der Systemtheorie: Wir alle verfügen über



die inneren Ressourcen, die wir brauchen, um unser Leben erfolgreich zu gestalten und um innerlich wachsen zu können. Und um mit ihrem Selbstwertgefühl in Verbindung zu sein und dieses zu stärken, müssen wir unseren eigenen inneren Schatz finden...

### Wie verbindest du deine Einstellung zur Erziehung mit der Arbeit in deiner Einrichtung?

Erziehung ist Liebe und Beistand – im Grunde (in meinem Herzen), es ist ein Geschenk, einen Menschen ein Stück seines Lebens begleiten zu dürfen, ich freue mich mit, wenn bestimmte Lebensabschnitte gemeistert werden, wenn psychische Krisen verändert werden, wenn Selbständigkeit erreicht wurde. Wichtig ist mir, dass unsere Mädels ihre, meist traumatischen, Erfahrungen besser verstehen oder diese verstanden werden. Dass sie Selbstwirksamkeit und Selbstsicherheit erkennen, Umgangsmöglichkeiten mit ihren Symptomen finden, um diese zu kontrollieren und dadurch abzubauen...somit schließlich erkennen, ich bin völlig normal – das was ich erleben musste, ist das Verrückte. (Standardformulierung – aber so wichtig!!!) Ebenso leben lernen mit ihren Krankheitsbildern, denn diese bleiben ja. Im Prinzip möchten wir den „sicheren Ort“ für die Mädels herstellen, bzw. sollten sie ihn für sich herstellen, wie sie ihn brauchen, zu dem sie immer wieder zurückkehren können, um sich zu stabilisieren. Externe Therapie – ist mir wichtig, weil sie dort mit Themen konfron-

tiert werden, die sie möglicherweise destabilisieren. Rückkehr zum „sicheren Ort“, um sich zu stabilisieren. Wir haben einen therapeutischen Blick, setzten uns mit Diagnostik auseinander und bauen viele Methoden in unsere Arbeit, unsere Pädagogik mit ein.

Ursachenforschung obliegt der Therapie und wird von uns nur im Alltagsgeschehen mit angekratzt. Das diese durch multifaktorielles Geschehen, Störungen in der kindlichen Entwicklung, gelerntes Verhalten / Modelllernen, positive und negative Verstärker und...und...und, begründet sind, ist uns bewusst. Somit ist uns die Offenheit so grundlegend wichtig!!!

### Was hat dich dazu bewogen dich der IKH anzuschließen?

Bereits in der Einrichtung in der ich vorab arbeitete ging ich zu den Mitarbeiter\*innen und mir gefielen der Austausch und die Informationsvermittlung gut. So entschieden wir uns, nach unserem Start am 01.09.2004 bei der IKH um Aufnahme zu bitten. Es ist so wichtig im Austausch mit anderen Trägern zu sein, einem Tunnelblick entgegenzuwirken. Lernen an den Erfahrungen. All das, was am Ende jeden Infoheftes beschrieben wird, wird in der IKH gelebt, Innovative Kreative Hilfen, und wir mitten drin!

### Was verbindest du mit dem aktuellen Thema „Selbstfürsorge“? Wie setzt du dies in deiner Arbeit um?

Sehr vieles, es ist mir sehr wichtig. Ich setze mich fortlaufend





intensiv mit dem Thema auseinander und habe mir ein recht großes Wissen darüber angeeignet 😊. Doch im Leben, im Lefina-Alltag trifft das Fachliche zu oft auf die Realität. Ich mache seit einigen Jahren sogar Urlaub, schon 2 mal 3 Wochen lang. Meine Freunde, gemeinsame Zeit mit Ihnen, sind/ist wie eine Tankstelle. Ich

bin verliebt und geliebt. Ich liebe Theater, Musik, singe im Chor, Spiele Djembe, lese gerne, entdecke gerne... Sylvester, welches wir meist mit unseren Freunden verbringen, sagte mein Freund/ Lebensgefährte, ich bin froh, dass Gitta das Lymphödem hat (dies begann in Mai 2018) – ich war fassungslos! Und ja, in der Reflexion seines Gesagten, er habe es ja nur gut gemeint, weil ich nun täglich Zeit für mich nehmen muss, täglich Lymphdrainage, täglich gezielte Bewegung brauche...ja sein Ansinnen habe ich verstanden, Scheiße ist es trotzdem. Doch ich mache täglich Dinge für mich, sogenannten Selbstfürsorge – ein bisschen gezwungen, doch wenn ich gut am Ball bin, geht es gut. Ich liebe meinen Job, ich habe viel Freude an der Arbeit – das trägt mich. Auch wenn ich, meine Erwartungen immer sehr hoch gesteckt, mal total erschüttert bin, erstaunt über die Umgänge im Team, fehlende Achtung und Wertschätzung und verloren gegangenes Ver-

trauen. Dies dann aber konfrontativ, konstruktiv klärend, erklärend können. Dann freue ich mich über die Lösungen und neuen Herausforderungen. Ich habe tolle MitarbeiterInnen, die hinter Lefina stehen (unseren Haltungen!) und meist auch hinter mir/uns. Sie können sich gut ärgern über mich – gelingende Selbstfürsorge im Team. Mir ist es wichtig eine gute Balance im Arbeitsalltag unseren Mitarbeitern zu ermöglichen. Unsere Mitarbeitergespräche enden immer mit der Frage, Sonstige Veränderungswünsche? Oder gibt es noch Blockaden / Störungen, um Freude an der Arbeit zu haben/zu entwickeln? Ach ja, ich bin bemüht, es in der Arbeit umzusetzen!

### Was gefällt dir besonders an der Arbeit im Ressort Info-Heft?

Es ist so spannend und unheimlich gewinnbringend – finde ich. Unsere Redaktionssitzungen sind eher ein reger Austausch von Informationen und erkunden von neuen Wissensgebieten. Ich bin gleich zum Ressort Info gegangen, vor 15 Jahren, damals von Jutta Schöne geleitet. Diese trug ihre kritische, reflektierende und interessierte Art komplett ins Ressort, so wurde man mitgerissen. Eine Berliner Pädagogin, der „68“ Umbruchbewegung. Die soziale Arbeit durchlebte einen kompletten Wandel in der Fürsorgeerziehung und neue Grundwerte und Ideale von Erziehung und Bildung wurden fest gemacht. Ihr Erfahrungsspektrum ist beeindruckend und mitreißend! Danke, dass du so einen Weg der Auseinanderset-

zung und Informationsvermittlung gebaut hast, den wir weiter bestreiten dürfen. Es macht einfach Spaß!

### Wo siehst du dich und deine Arbeit in den nächsten Jahren?

Ich bin Humanistin, Systemikerin und Traumapädagogin, das lebe ich, das bringe ich in meine Arbeit ein. Ich werde wohl nie aufhören, mich mit neuen Ansätzen und Methoden auseinander zu setzen und diese dann irgendwie in die Arbeit einzubringen – es gibt so vieles Spannendes, was ich kennen lernen möchte. Neugierig bin ich weiterhin, interessiert an den Menschen und Veränderungen. Ich möchte Lefina mit unserem hohen Qualitätsanspruch sicher voran bringen, aber auch gesi-

chert erhalten. Die fortlaufende Auseinandersetzung mit dem Team, mit meiner Kollegin, mit meinen Werten und Haltungen braucht viel Zeit und Kraft. Evtl. möchte ich mal bessere Selbstfürsorge leben. Ich möchte mehr Urlaube machen und mich dann vertrauensvoll auf meine tollen MitarbeiterInnen verlassen. Meine Arbeit in der Zukunft, wobei dieses noch nicht chronologisiert, sehe ich mehr im Hintergrund, mehr behütend, beobachtend, vertrauend, mehr beratend, mehr Zeit für die schönen Dinge, die liebe ich! Zeit ist wichtig – Zeit geben, Zeit nehmen, die Ruhe bewahren! Das und noch so vieles mehr. Viva Lefina, so kann es sein, so soll es bleiben – Auch ein großes Stück meines Lebens. Und ....bleibt neugierig!



## Ziele und Aufgaben

### Geschichte

Die Geschichte der kleinen Heime in Schleswig-Holstein und die der IKH-SH e.V. nimmt ihren Anfang in den 1970ern.

Die 1960er und frühen 70er Jahre waren geprägt von gesellschaftlichen und politischen Änderungen und Umwälzungen. Etabliertes wurde hinterfragt, neue Strömungen und Konzepte nahmen Einfluss auch in die Erziehung und Pädagogik.

Betrachtet man die Anfänge vieler Mitgliedseinrichtungen der IKH-SH e.V., war diese Gegenbewegung zur damaligen Erziehung, die meist in den sogenannten großen „Fürsorgeanstalten“ stattgefunden hat, eine Triebfeder auf der Suche nach Alternativen.

Aus dem Wunsch heraus, pädagogisch nachhaltig und nach fachlichen Standards, die an den Bedarfen der Kinder und Jugendlichen orientiert sind, zu arbeiten und Heimkindern ein Zuhause zu geben, gründeten sich daraufhin die Idee und die praktische Umsetzung der „Kleinen Heime“.

Durch die Gebietsreform in Schleswig-Holstein Anfang 1970 und den damit zusammenhängenden Zusammenschluss vieler Gemeinden,

standen viele Schul- oder Verwaltungsgebäude leer und, da sich der landwirtschaftliche Betrieb nicht mehr lohnte oder kein Nachfolger gefunden wurde, befanden sich auch einige Bauernhöfe und landwirtschaftliche Anwesen im Leerstand.

Diese Gebäude wurden von ErzieherInnen oder PädagogInnen, die auf der Suche nach einem Ort für die Umsetzung ihrer Ideen waren, angemietet und „wiederbelebt“ (noch heute findet sich daher im Namen vieler Einrichtungen ein Bezug auf die ursprüngliche Nutzung der Wohngebäude: z.B. „Alte Schule...“ oder „Hof...“).

Daher sind in Schleswig-Holstein traditionell viele Kleinsteinrichtungen ansässig und können auf eine langjährige – im Falle der IKH 30-jährige – Geschichte zurückblicken.

### Mitglieder

Mitglieder der IKH sind kleine, in der Regel eingruppige, wirtschaftlich eigenverantwortlich handelnde Einrichtungen und Jugendhilfeprojekte in privater Trägerschaft, deren Träger ihren Lebensmittelpunkt in ihren Einrichtungen haben. In diesen Einrichtungen wird Kindern und Jugendlichen mit Auffälligkeiten des Verhaltens und

Die IKH-SH e.V. nennt sich seit 2015: *„IKH – Innovative und Kreative Hilfen“*. Gegründet wurde die IKH-SH e.V. als *„Interessengemeinschaft Kleine Heime & Jugendhilfeprojekte Schleswig-Holstein e.V.“* und ist ein eingetragener und gemeinnütziger Verein.

Störungen der Entwicklung ein Rahmen geboten, der ihren Bedürfnissen nach einem überschaubaren und verlässlichen sozialen Umfeld entspricht.

Die IKH, die seit 1983 diesen Grundgedanken folgt, ist offen für neue pädagogische Konzepte als Antwort auf sich wandelnde gesellschaftliche Entwicklungen.

Das Selbstverständnis der Mitgliedseinrichtungen ermöglicht eine Betreuung, die in erster Linie am Bedarf und den Bedürfnissen des einzelnen Kindes oder Jugendlichen orientiert ist. Die konzeptionellen Unterschiede der Einrichtungen sind gekennzeichnet durch die Individualität der EinrichtungsträgerInnen, fachliche Schwerpunktsetzungen (z.B. Sexueller Missbrauch, Gewalt, ADHS) und regionale Besonderheiten. Die Leistungspalette der Hilfen zur Erziehung umfasst stationäre, ambulante und flexible Angebote nach KJHG und BSHG.

Die kleinen Heime und Kinderhäuser existieren inzwischen seit vielen Jahren. Ihre Arbeit wird bestätigt durch die positive Entwicklung vieler Kinder und Jugendlicher, bei denen oft andersartige Jugendhilfemaßnahmen nicht greifen.

### Aufgaben

In diesem Zusammenhang ist es Aufgabe der IKH, die ihr angeschlossenen kleinen Heime und Jugendhilfeprojekte als sozialpädagogisches, therapeutisches und heilpädagogisches Angebot im Rahmen der Jugend- und Sozialhilfe zu fördern und zu stärken. Hierzu dient ebenso eine intensive Zusammenarbeit mit allen in diesem Bereich tätigen Verbänden, Behörden und Einrichtungen wie die gegenseitige Beratung, Unterstützung, aber auch Kontrolle ihrer Mitgliedseinrichtungen.

### Arbeitsinhalte

Die Arbeit der IKH gestaltet sich in gemeinsam festgelegten Strukturen und Abläufen. Mehrmals im Jahr finden Mitgliederversammlungen, Regionalgruppentreffen, Sitzungen des Vorstands und der Ressorts (Öffentlichkeitsarbeit, Qualitätsmanagement, Fort- und Weiterbildung) sowie thematische Arbeitsgruppen (z.B. zu Fragen des § 35a SGB VIII) statt. Grundlagen der gemeinsamen Arbeit sind:

- Erfahrungsaustausch und Auseinandersetzung über und mit der pädagogischen Arbeit in den Einrichtungen

Die IKH steht in Kooperation mit ...



Landes-Arbeitsgemeinschaft  
der privaten Jugendhilfeverbände  
Schleswig-Holstein e.V.



Bei Fragen zur und Interesse an einer Mitgliedschaft wenden, Sie sich bitte an die Geschäftsstelle der IKH:

Schubyastraße 57a  
24837 Schleswig  
fon: 04621 - 984 19 61  
fax: 04621 - 984 19 63

info@ikh-sh.de  
www.ikh-sh.de

Ihr Ansprechpartner:

**Albert Kedves**  
IKH-Geschäftsführer



- Information und Meinungs-  
austausch über juristische,  
wirtschaftliche und perso-  
nelle Fragen
- Kooperation in gemeinsa-  
men Veranstaltungen und  
Projekten (z.B. berufliche  
Vorbereitung, Ferienmaß-  
nahmen, Freizeitgestal-  
tung, Fachtagungen)
- Vertretung der Mitglieds-  
einrichtungen in den  
Entscheidungsgremien von  
Fachverbänden und in den  
Gremien der politischen  
Entscheidungsfindung des  
Landes
- Information der und Aus-  
einandersetzung mit der  
Fachöffentlichkeit über  
Fragen des pädagogischen  
Alltags ebenso wie über  
Fragen der pädagogischen  
Forschung u.a. durch Her-  
ausgabe einer Publikations-  
reihe
- Optimierung der Zusam-  
menarbeit zwischen  
Einrichtungen und Entsen-  
destellen – Beratung hin-  
sichtlich der verfügbaren  
freien Plätze und Weiter-  
leitung von Informationen  
über eine zentrale Kontakt-  
stelle
- Qualitätssicherung und  
-entwicklung über die  
Durchführung eines  
verbandsinternen QM-  
Verfahrens (IKH Audit) und  
Benchmark
- Vernetzung und Koopera-  
tion (u.a. Jugendhilfekom-  
mission, LAG-pJ, Forum  
Sozial e.V., Der Paritätische,  
AFET, IGFH)

### Die IKH

Die Interessengemeinschaft Kleine Heime & Jugendhilfeprojekte Schleswig-Holstein e.V. (IKH) ist ein Jugendhilfeverband, in dem sich Kinderheime und Jugendhilfeprojekte in privater Trägerschaft zusammengeschlossen haben. Die Mitglieereinrichtungen der IKH haben bestimmte, gemeinsame Konzeptionsmerkmale, zu denen u.a. die Bereitschaft gehört, sich der kollegialen Selbstkontrolle in der IKH zu stellen.

### IKH-Vorstand

Der IKH-Vorstand besteht aus Thorsten Humburg, Esgrus (vertretungsberechtigt), Meike Meier-Kraile, Sterup (vertretungsberechtigt), Verena Gebben, Dörphof (vertretungsberechtigt), Inken Claussen, Bunsoh (Schriftführerin), Harald Linke, Tellingstedt (Kassenwart).

## Wohlgemeint an der Wirklichkeit vorbei

Es gibt wohl keinen Dissens, wenn es darum geht, Kinder, Jugendliche und Heranwachsende in Einrichtungen der Erziehungshilfe zu schützen und diesen Schutz durch entsprechende Konzepte abzusichern. Nun aber davon auszugehen, dass Schutzkonzepte in Einrichtungen der Schlüssel für eine wirkungsvolle Prävention sind, halte ich für eine Fehleinschätzung. Schutzkonzepte suggerieren eine Sicherheit, die so nicht zu erreichen ist. Jenseits oder trotz aller Kinder-/Jugendschutzkonzepte zeigen sich nämlich im Bereich der Heimerziehung Entwicklungen zu „Unkulturen“, die ich anhand von nur drei Beispielen erörtern möchte:

1. Ich stelle fest, dass neben der Popularität von Strafdiskursen, direktive Erziehungstechniken und eine Erziehungskultur, die zunehmend auf Grenzen und Sanktionen setzt, an Attraktivität gewinnt. Unterstützt wird diese Re-Etablierung von überwunden geglaubten machtegestützten Erziehungspraktiken durch die Idee, dass mit einer planmäßig strengen Erziehung die Hoffnung auf Wirkungsmessung und Effizienz der Erziehungshilfe am ehesten zu befriedigen ist. Einem Bypassähnlich, vollzieht sich diese Entwicklung an den formalen Beteiligungsrechten und

anhaltenden Partizipationsdiskussionen vorbei.

2. Die zurzeit herrschende sozialpolitische Funktionslogik, die darin besteht, Hilfen erst dann zu finanzieren und zu praktizieren, wenn Hilfsbedürftigkeit unterstellt werden kann, lenkt den Blick von den Fähigkeiten und Leistungen ab, die so genannte Hilfebedürftige mitbringen. Ich greife hier ein Dilemma der Heimerziehung als Lebens- und Lernort auf, nicht als gesellschaftlich anerkannter und alternativer Ort des Aufwachsens definiert zu werden, sondern über Sozialisationsdefizite, erzieherischen Bedarf und Kindeswohlgefährdung. Diese defizitären Zuschreibungen ziehen problematische Folgen für das pädagogische Handeln nach sich: Die Heimerziehung hat es mit unterprivilegierten oder anstrengend geltenden Kindern zu tun, die nur durch Macht, Ordnung und Konsequenz zu disziplinieren sind.

3. Im Erziehungsalltag erlebe ich diese Entwicklung in Kombination mit selbstreflexiver Wissensreduktion einerseits, die empfänglich macht für Machbarkeitsversprechen, kleine Lösungen, lineare Programme oder Pseudorezepte etc. Andererseits macht sich in der Pädagogik ein Theorie-Stil breit, der auf der Basis



Dr. Jürgen  
Kopp-Stache

Träger und Leiter  
»Michaelshof«  
in Nübel



eines eklektischen Geistes durch ein Sammelsurium von theoretisch fragmentierten, leicht verdaulichen Versatzstücken gekennzeichnet ist. Tiefergehende Ansätze, z. B. umfassende Willensbildungsprozesse, das Verständnis für biografisch-geschichtliche Dynamiken oder hermeneutisch-sinnverstehende Verfahren, sind nicht beliebt. Es sind gerade diese eindimensionalen Entwürfe, sogenannte „Kleine Theorien“, die der Verbreitung von „deformierten Praxen“ Vorschub leisten. Die öffentliche Jugendhilfe hat einen Anspruch darauf, dass sie von ihrem Auftraggeber, nämlich der Politik und ihrer Administration, durch klare Erklärungen sowie Aufklärung davor

bewahrt sowie geschützt wird, sich den oben genannten Logiken und Fehl-Entwicklungen auszusetzen. Die eigentlichen Gefahren und Probleme bleiben seltsam unberührt: Hinter Schutzaufträgen können sich Formen der Bevormundung verbergen, sie können als Vorwand für kontrollpädagogische Erziehungsvarianten missbraucht werden, oder es lassen sich dahinter einseitig-populistische Positionen vertreten, wie jüngst der Disput zwischen dem DBSH-Berufsverband und der Terre-des-Femmes-Organisation über die Selbstbestimmungsrechte von Mädchen und jungen Frauen erkennen lässt.



## Das IKH-Benchmark 2019

Seit dem Jahr 2007 ist das Benchmark per Online-Befragung fester Bestandteil des IKH Qualitätsmanagementverfahrens. Das IKH-Audit© dient dabei der qualitativen und das IKH Benchmark© der quantitativen Prüfung und Datenerhebung.

Die Trägerinnen und Träger unserer Mitgliedseinrichtungen haben erkannt, dass die Vielfalt der IKH Einrichtungen eine Vielzahl an Vergleichs- und Auswertungsmöglichkeiten bietet.

Das IKH Ressort Qualitätsmanagement hat dafür ein Benchmark-Verfahren entwickelt, dass der IKH-SH e.V. umfangreiche und evidente Daten bietet.

Die dabei erhobenen Daten sind umfassend und berühren mehrere Bereiche: es werden in 8 Kategorien (bspw. zur Klientel, zur Qualitätssicherung oder den pädagogischen Prozessen) über 140 Fragen gestellt.

Dem IKH-Benchmark© liegen unter anderem die Erhebungsbogen des Statistischen Bundesamtes (destatis) und des Statistischen Landesamtes Nord der Kinder- und Jugendhilfe zu Grunde, diese Fragen-

kataloge wurden und werden teilweise erweitert und für die IKH-SH e.V. angepasst.

Neben den Belegungszahlen, der Altersverteilung oder den Indikationen der Kinder- und Jugendlichen, werden auch aktuelle Tagessätze, Qualitätsmerkmale wie die Bekanntheit der IKH-Standards in den Einrichtungen oder die Häufigkeit von Supervision und Fortbildungen der IKH-Mitarbeiter\*innen abgefragt.

Das IKH-Benchmark© lässt Tendenzen in der stationären Erziehungshilfe erkennbar werden. So zeigt sich unter anderem die Wirkungsforschung, dass sich Entwicklungen und Trends auch in der Jugendhilfe mit „harten“ Zahlen erfassen lassen. Nicht nur unsere Mitgliedseinrichtungen profitieren von der Auswertung des Benchmarks; auch die fallzuständigen Fachkräfte, die Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter der Jugendämter, erfahren durch die Veröffentlichung und die Transparenz der Ergebnisse, wie in unseren Einrichtungen gearbeitet wird.

Zusammen mit dem IKH Audit-Verfahren©, das alle Mitgliedseinrichtungen verbindlich und regelmäßig

durchlaufen, ist das IKH-Benchmark© einmalig in der Jugendhilfelandtschaft: pädagogische Prozesse, Einrichtungsentwicklung, Personalmanagement oder Finanzen werden anhand der IKH-Standards© hinterfragt, ausgewertet und protokolliert.

Für die Durchführung der Audits sind unsere AuditorInnen, selbst Trägerinnen und Träger von Heimeinrichtungen, verantwortlich. Dadurch erreichen wir eine hohe Akzeptanz des IKH-Audit©-Verfahrens und eine nachhaltige Änderungsbereitschaft.

Alle IKH-Mitgliedseinrichtungen, die die IKH Qualitätsstandards erfüllen und dies in einem Audit nachweisen konnten, erhalten den IKH-Qualitätsnachweis© und dürfen das IKH-Audit-Logo© führen.



Das Logo der IKH-Audits©  
aus dem Jahr 2019

## Vergleich und Auswertung für das Jahr 2018

Hier erhalten Sie einen Einblick in die Auswertung des IKH-Benchmark für das Auswertungsjahr 2018. Die statistische Erhebung erfolgt stets im Folgejahr, daher können hier nur evidente Zahlen für vergangene Zeiträume genannt werden.

Aufgrund der Vielzahl der erhobenen Daten, präsentieren wir Ihnen nur einen Auszug aus dem umfassenden Datenmaterial.

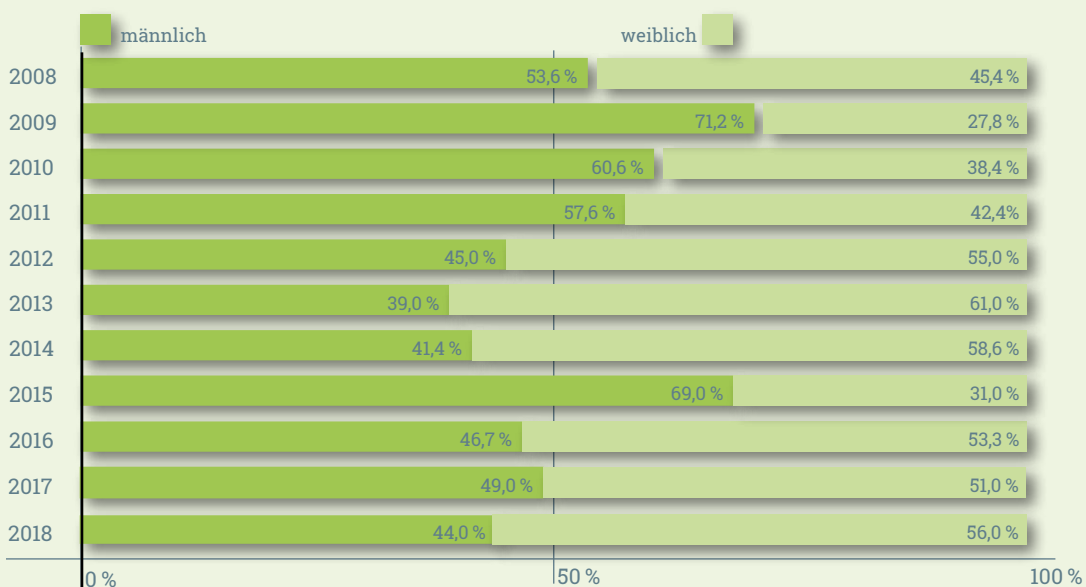
In den folgenden „INFO-Heften“ und auf unserer Internetseite: [www.ikh-sh.de](http://www.ikh-sh.de) werden weitere Auswertungen des Benchmarks erscheinen.

Für Anregungen oder Nachfragen steht Ihnen der Geschäftsführer der IKH, Herr Albert Kedves, gerne zur Verfügung.

### Unsere Einrichtungen:

Im Jahr 2018 haben die KH-Mitgliedseinrichtungen etwa 350 stationäre und teilstationäre Plätze für Kinder und Jugendliche angeboten.

## Entwicklung der Geschlechterverteilung in den IKH-Mitgliedseinrichtungen 2008 - 2018

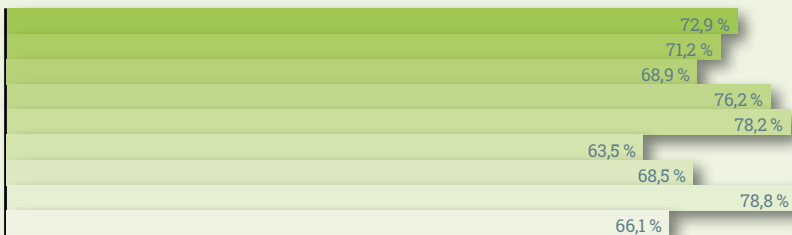


### Deutlich ausgeglichenes Geschlechterverhältnis

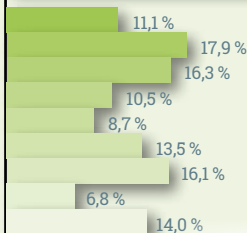
Die Geschlechterverteilung in Mitgliedseinrichtungen der IKH-SH e.V. ist seit mehreren Jahren recht ausgeglichen. Im Jahr 2018 befanden sich **56% weibliche und 44% männliche Kinder- und Jugendliche in unseren Mitgliedseinrichtungen in Heimunterbringung**.

Der Vergleich mit den Belegungszahlen des Bundes (destatis-Datenbank) zeigt – wie schon im vergangenen Berichtszeitraum – einen sehr deutlichen Unterschied der Geschlechterverteilung: im Bundesdurchschnitt befanden sich etwa **35% weibliche und 65% männliche Kinder- und Jugendliche in Heimunterbringung** (siehe destatis, Statistik Heimerziehung, sonstige betreute Wohnform „begonnene Hilfen...“, 2017, u.a. Tab. 1.1 lfd. Nrn. 28 und 35).

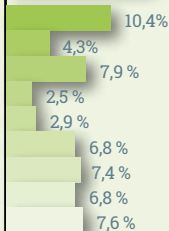
## Schleswig-Holstein



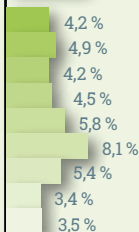
## Hamburg



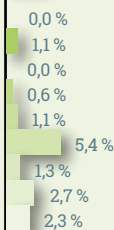
## Berlin



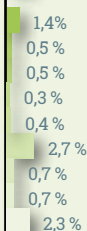
## Nordrhein-Westfalen



## Niedersachsen



## Mecklenburg-Vorpommern



## Entsendestellen der IKH-Mitgliedseinrichtungen bundesweit Vergleich 2010 - 2018

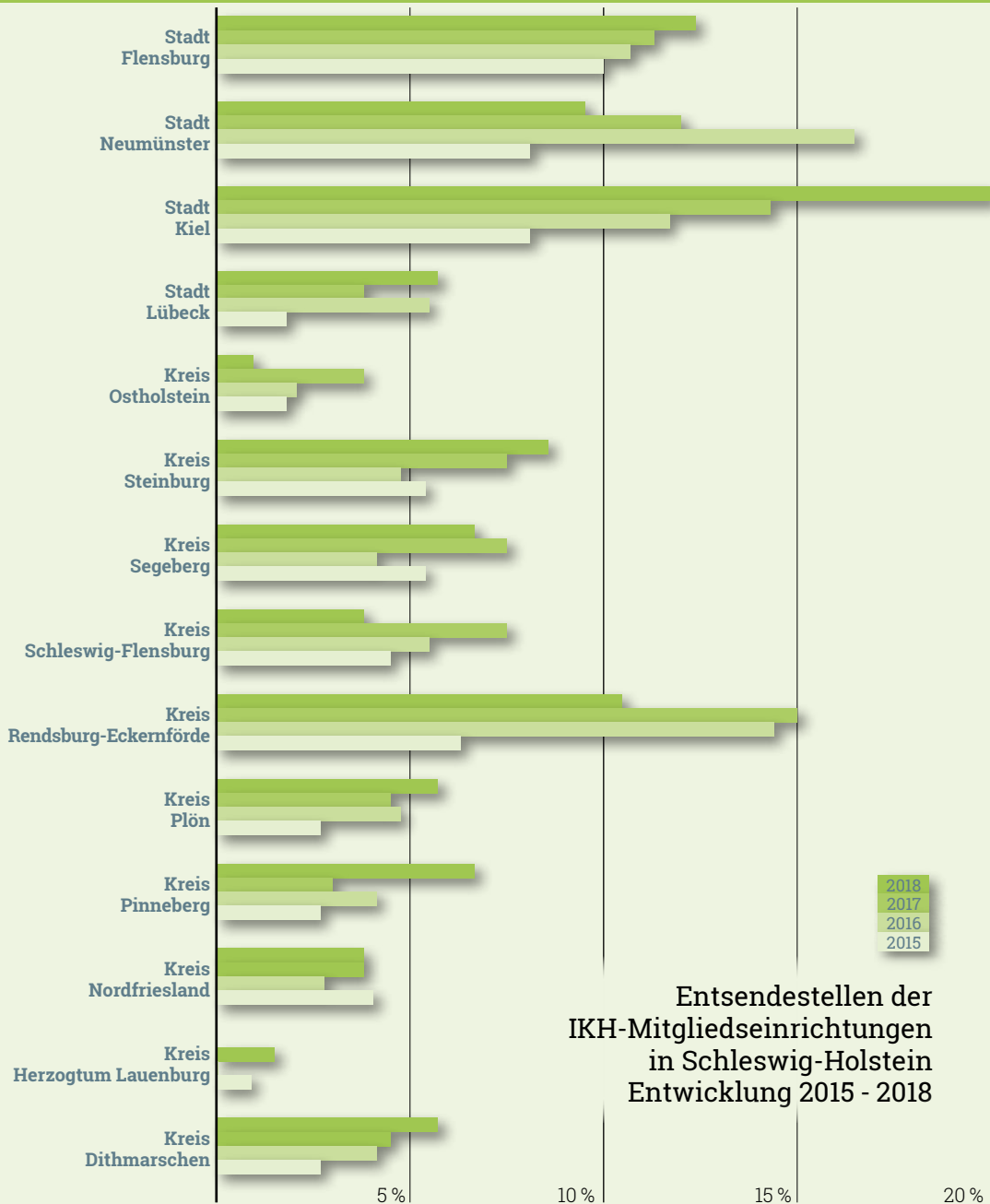
### Schleswig-Holstein ist Hauptbeleger der IKH-Mitgliedseinrichtungen

Wie anhand der Grafik ersichtlich wird, stammen die Kinder- und Jugendlichen, die in IKH-Mitgliedseinrichtungen untergebracht sind, seit vielen Jahren stabil **zum größten Teil (um die 70%) aus Schleswig-Holstein**. Leider wird immer wieder Gegensätzliches behauptet, doch es bleibt dabei: **die Hilfen, die die Mitgliedseinrichtungen der IKH-SH e.V. anbieten, werden hauptsächlich von Jugendämtern aus Schleswig-Holstein mit Kindern aus Schleswig-Holstein genutzt**.

Damit wird deutlich, dass unsere Mitgliedseinrichtungen zu einem großen Teil regional belegt werden – aber natürlich, aufgrund der Innovationskraft und der qualitativ einzigartigen Angebote, selbstverständlich auch überregional wahrgenommen und gefragt werden.

Schleswig-Holstein hat – nicht nur mit der IKH-SH e.V. – überregional anerkannte und vorbildliche Leistungsanbieter. **Dies sichert und schafft auch Arbeitsplätze, insbesondere in strukturschwachen und ländlichen Regionen**. Wir würden uns freuen, wenn auch diese Sicht wahrgenommen werden würde und nicht nur die negativ behafteten Seiten der Kinder- und Jugendhilfe thematisiert werden.

Da das **Land Schleswig-Holstein mit knapp 70% der Belegungen mit Abstand der Hauptbeleger aller Kinder und Jugendlichen der Mitgliedseinrichtungen der IKH-SH e.V.** ist, haben wir in der folgenden Grafik die Städte und Kommunen des Landes aufgeführt und die entsprechenden Entsendestellen benannt.



Zum einen möchten wir auf die besondere Bedeutung der IKH-Mitgliedseinrichtung in den verschiedenen Regionen Schleswig-Holsteins hinweisen, zum anderen wird anhand der Grafik sehr deutlich, dass unsere Mitgliedseinrichtungen fester Bestandteil der Jugendhilfeland-schaft Schleswig-Holstein sind.

Trotz der sich verändernden Heimunterbringungskonzepte, die sich auf örtliche Belegungssituationen und das Belegungsverhalten von Jugendämtern auswirkt, ist festzuhalten, dass eindeutig die Gesamtbedarfe an professioneller, innovativer und nachhaltiger stationärer oder teilstationärer Unterbringung (nicht nur) in Schleswig-Holstein bestehen bleiben.

Daher gilt: das Zuweisungsverhalten der Jugendämter variiert über die Jahre – der Grundbedarf an Heimunterbringung ist aber konstant – auch in unserem Bundesland.

Die geschichtlichen und gesellschaftlichen Hintergründe wurden von der IKH-SH e.V. unter anderem in der IGfH-Veröffentlichung „ForE 2/12 Kleine Träger“ thematisiert: Die sogenannten „Kleinen Heime“ haben sich in den 70ern und 80ern Jahre des vorigen Jahrhunderts vor allem in den ländlichen Räumen angesiedelt, um alternative pädagogische

Konzepte umzusetzen und zu leben.

Diese Trägerinnen und Träger sind zwischenzeitlich zu einem festen Bestandteil des regionalen, gesellschaftlichen Umfelds geworden und die Kleinen Heime sind in den betreffenden Kommunen ein wichtiger Bestandteil des Ortsgeschehens.

Trägerinnen und Träger von Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen – die meist seit Jahrzehnten in der stationären Kinder- und Jugendhilfe tätig sind, müssen unbedingt in die Regionalen Konzepte der Städte und Kommunen eingebunden werden, ebenso, wie eine übergeordnete Organisation Kleiner Träger zwingend notwendig ist.

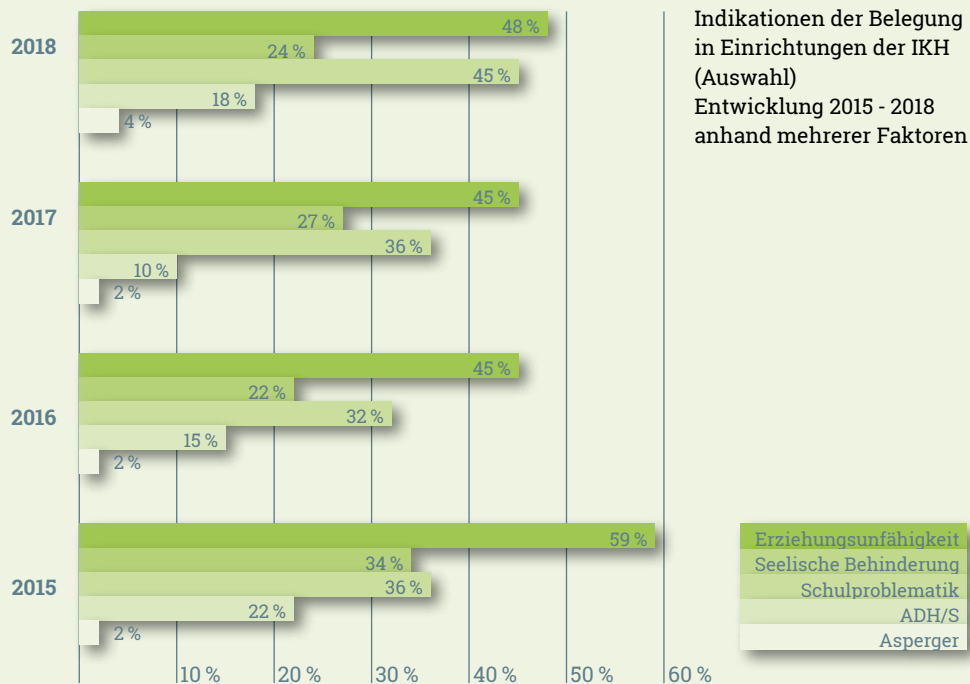
Das Ignorieren oder der (faktische) Ausschluss Kleiner Heime von diversen Gremien, z.B. vom Landesjugendhilfeausschuss S-H, trägt nicht zur Vermeidung von Heimunterbringung bei und ist angesichts von über

50% der Plätze in privatorganisierten Jugendhilfeeinrichtungen in Schleswig-Holstein nicht demokratisch oder beteiligend – das ist schlichtweg nicht nachvollziehbar.

Dies bedeutet: die Hälfte der Kinder- und Jugendlichen, die sich in Schleswig-Holstein in einer Heimunterbringung befinden, werden nicht im Landesjugendhilfeausschuss vertreten.

In Anbetracht der diversen gesetzlich vorgeschriebenen Beteiligungs- und Beschwerdeverfahren oder den unterschiedlichen Demokratisierungsprojekten in der Kinder- und Jugendhilfe, ist dies umso mehr ein nicht tragfähiger Zustand, der dringend abgeschafft werden muss.





Die genannten Indikationen sind einerseits bekannte und festgestellte Diagnosen (bspw. gemäß dem ICD) zu Beginn einer Aufnahme, andererseits beinhalten diese auch die in den Hilfeplänen bezeichneten Merkmale oder im pädagogischen Alltag festgestellten Schwerpunkte in der Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen.

Seit 2015 haben wir die Auswertung um die Indikationen „ADH/S“ und „Asperger“ erweitert. Ersichtlich ist, dass die Diagnose „Asperger“ in den dargestellten Zeiträumen leicht, auf etwa 4% der untergebrachten Kinder und Jugendlichen, angestiegen ist und die Diagnose „ADH/S“ im Vergleichszeitraum stetig abgenommen hat.

Auffallend ist, dass die „Schulproblematik“ deutlich zugenommen hat – dies

deckt sich mit vermehrten spezifischen Anfragen hinsichtlich besonderer Beschulungsangebote. Auf die die IKH-Mitgliedseinrichtungen bereits reagiert haben und in den vergangenen Jahren vielfältige Angebote schaffen konnten. Somit bestätigt sich, dass durch das Benchmark und deren Auswertung die IKH-Mitgliedseinrichtungen die Möglichkeit haben, Entwicklungen und Trends schneller zu erkennen und darauf früh-

zeitig reagieren können, um passgenaue Hilfe anzubieten.

Die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen ändern sich stetig, aber auch gesamtgesellschaftliche Anforderungen verändern sich und somit auch die Anforderungen an eine innovative und kreative Hilfe für Kinder und Jugendliche.

Ihre IKH Geschäftsstelle

## IKH-Fachgespräche 2019

Die IKH bietet regelmäßige Fortbildungsveranstaltungen, die **IKH-Fachgespräche** an. Diese stoßen sowohl bei Träger\*innen und Mitarbeiter\*innen unserer Mitgliedseinrichtungen, als auch bei Fachkräften öffentlicher Institutionen, anderer Verbände und Organisationen auf reges Interesse.

Die **IKH-Fachgespräche** richten sich an alle Fachkräfte aus der Kinder- und Jugendhilfe. Unsere Veranstaltungen sind in der Regel so gestaltet, dass jedoch alle an den vorgestellten Themen Interessierte teilnehmen können – wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Aktuelle Termine und Themen sind auf unserer **Homepage** veröffentlicht: **[www.ikh-sh.de](http://www.ikh-sh.de)**

### Themen der IKH-Fachgespräche im Jahr 2019:

9.5.2019	<p><b>Die INPP-Methode Neuromotorische Förderung der Basalsinne im Rahmen von Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe</b> (Referentin: Dipl. Psych. Rosemarie Plag, INPP-Co-Trainerin)</p>	
20.6.2019	<p><b>Eine Erkundungsstudie in IKH-Mitgliedseinrichtungen Heimerziehung aus Sicht der Kinder und Jugendlichen</b> (Referentin: Isa von Gerlach, Einleitung: Dr. Kopp-Stache)</p>	
28.11.2019	<p><b>Thema: ...das Stille Leid – internalisierende Störungen bei Kindern und Jugendlichen</b> Referent: Dr. Martin Jung, Leiter der Kinder und Jugend- psychiatrie der HELIOS- Fachkliniken in Schleswig)</p>	

# Adressenübersicht der IKH-Mitgliedseinrichtungen

## •Die Alte Töpferei

Harald Linke  
Westerborstel Str. 32 (Büro)  
25782 Tellingstedt  
fon 04838 - 705 80 80  
fax 04838 - 705 80 81  
kontakt@kinderhilfe-  
jugendhilfe.de  
www.kinderhilfe-jugendhilfe.de

## •Dörphofer Speicher

Verena Gebben  
Alt Dörphof 3  
24398 Dörphof  
fon 04644 - 14 72  
fax 04644 - 14 79  
doerphofer-speicher@web.de  
www.dörphofer-speicher.de

## •Familienwohngruppe Rettkowski und Eulenhof

Helga Rettkowski  
Norderende 18  
25885 Oster-Ohrstedt  
fon 04847 - 13 97  
fax 04847 - 80 96 34  
helga@rettko.de  
www.familienwohngruppe-  
rettkowski.de

## •Kinderhaus Bremholm

Meike Meier-Kraile  
Bremholm 7  
24996 Sterup  
fon 04637 - 19 99  
fax 04637 - 18 68  
info@kinderhaus-bremholm.de  
www.kinderhaus-bremholm.de

## •Kleinkinderhaus Solitude

Meike Meier-Kraile  
Solituder Straße 24  
24944 Flensburg  
fon 0461 - 31 54 60 41  
fax 0461 - 31 54 60 42  
fbm@kinderhaus-solitude.de  
www.kinderhaus-solitude.de

## •Haus Hegeholz

Pierre W. Jöns  
Hegeholz 58  
24392 Boren-Lindaunis  
fon 04641 - 84 58  
fax 04641 - 98 82 52  
joens@haushegeholz.de

## •Haus Kormoran

Claudia Nöhren  
Am Hünenberg 1  
24340 Kochendorf  
fon 04351 - 4 57 92  
fax 04351 - 47 61 75  
info@kjh-kormoran.de  
www.kjh-kormoran.de

## •haus lefina

(Innien und Homfeld)  
Gitta Medelnik und Sonja Ohm  
Homfelder Straße 10  
24613 Aukrug  
fon 04873 - 90 18 -93 oder -94  
fax 04873 - 90 18 -95  
haus\_lefina@web.de  
www.haus-lefina.de

## •Haus Regenbogen

Ulrike Rimmel  
Am Sattelplatz 2  
24944 Flensburg  
fon 0461 - 505 49 82  
fax 0461 - 505 49 84  
u.rimmel@hausregenbogen.com  
www.hausregenbogen.com

## •Heilpädagogisches Kinderheim Langballig

Claudia und Jürgen von Ahn  
Hauptstraße 1  
24977 Langballig  
fon 04636 - 4 68  
fax 04636 - 6 94  
kinderheim-v.ahn@t-online.de  
www.kinderheim-langballig.de

## •Heilpädagogischer Kinder- und Jugendhof Ulegraff

Stephanie und Thorsten  
Humburg  
Ulegraff 45  
24402 Ulegraff-Esgrus  
fon 04637 - 963 66 16  
fax 04637 - 963 66 38  
kontakt@kjh-ulegraff.de  
www.kinder-und-jugendhof-  
ulegraff.de

## •Hus Tillit

Levke Greve  
Hauptstraße 38b  
24893 Taarstedt  
fon 04622 - 189 65 65  
info@hus-tillit.de  
www.hus-tillit.de

## •Kinder- und Jugendhaus Haby

Christa Sauer-Röh  
Dorfstraße 3  
24361 Haby  
fon 04356 - 4 44  
fax 04356 - 8 54  
info@kjh-haby.de  
www.kjh-haby.de

## •Kinderblockhaus Kunterbunt

Thomas Kroggel  
Ekebergkrug 1  
24891 Struxdorf  
fon 04623 - 18 78 05  
fax 04623 - 18 78 07  
kinderblockhaus@aol.com  
www.kinderblockhaus.de

#### • **Kinderhaus Alte Schule Bojum**

Annika u. Johannes Brummack  
Bojum 1  
24402 Bojum-Esgrus  
fon 04637 - 6 77  
fax 04637 - 17 64  
brummack-bojum@t-online.de  
www.alte-schule-bojum.de

#### • **Kinderhaus Husby**

Christine und Reiner Korneffel  
Zum Dorfteich 8  
24975 Husby  
fon 04634 - 933 40 oder - 933 41  
fax 04634 - 933 42  
info@kinderhaus-husby.de  
www.kinderhaus-husby.de

#### • **Kinderhaus Kaltoft**

Sandra Rohloff  
Kaltoft 6  
24392 Boren  
fon 04641 - 989 62 71  
sandra.rohloff@gmx.de

#### • **Kinderhaus Müller**

Eva Müller  
Dorfstraße 10  
24894 Twedt  
fon 04622 - 16 17  
fax 04622 - 22 84  
kinderhaus-mueller-twedt@t-online.de  
www.kinderhaus-mueller.de

#### • **Kinderhaus Wiedenloh**

Inken und Sabrina Claussen  
Wiedenloh 1  
25767 Bunsloh  
fon 04835 - 82 20  
fax 04835 - 95 05 10  
kontakt@kinderhaus-wiedenloh.de  
www.kinderhaus-wiedenloh.de

#### • **Kinderheim Michaelshof**

Dr. Jürgen Kopp-Stache  
Schulstraße 9  
24881 Nübel  
fon 04621 - 531 72  
fax 04621 - 534 41  
juergen@dr-kopp-stache.de  
www.michaelshof-sh.de

#### • **Kinderhof Sieverstedt**

Gabriele und Karl-Heinz  
Weckesser  
Sieverstedter Straße 24  
24885 Sieverstedt  
fon 04603 - 8 80  
fax 04603 - 8 61  
KarlWeckesser@t-online.de  
www.kinderhof-sieverstedt.de

#### • **Lebensgemeinschaft**

**Step by Step**  
Sten Niquet  
Lundenberg 49  
24856 Hattstedtermarsch  
fon 04846 - 8 76  
info@lg-step-by-step.de  
www.lg-step-by-step.de

#### • **LOTSE Kinder- und Jugendhilfe**

Nasrin Salehzadeh  
Dorfstraße 9  
24367 Osterby  
fon 04351 - 89 60 77  
fax 04351 - 89 60 78  
info@lotse-kinder-jugendhilfe.de  
www.lotse-kinder-jugendhilfe.de

#### • **Therapeutisches Kinder- und Jugendheim Struxdorf**

Friederike Wagner  
Dorfstraße 13  
24891 Struxdorf  
fon 04623 - 18 55 66  
fax 04623 - 18 55 65  
info@kinderheim-struxdorf.de  
www.kinderheim-struxdorf.de

#### **Assoziierte Mitgliedseinrichtungen**

#### • **Kinderhaus am Ostseefjord**

(im November 2017)  
Björn Rühmann  
Ziegeleiweg 2  
24857 Fahrdrorf  
fon 04612 - 97 79 87  
info@kinderhaus-ostseefjord.de

#### • **Perspektive Zukunft**

Saira Raza und  
Kai Schulte-Göcking  
Stadtfeld 15  
24837 Schleswig  
fon 04621 - 989 56 90  
fax 04621 - 989 56 99  
info@perspektive-zukunft.com  
www.perspektive-zukunft.com

#### **IKH-Ehrenmitgliedschaften**

• **Jutta Schoene**  
ehem. Trägerin  
Haus Hegeholz

• **Ingrid und Manfred Binka**  
ehem. Träger  
Kinderhaus Sörup

• **Hannelore und Dietrich Brummack**  
ehem. Träger  
Alte Schule Bojum

• **Renate und Karl-Heinz Wächter**  
ehem. Träger  
KJHE Fasanenhof

• **Ulrike und Armin Eggert**  
ehem. Träger  
Jugendhof Taarstedt

• **Anke und Lüder Noltenius**  
ehem. Träger Hof Königsberg

• **Michael Wagner**  
ehem. Träger Kinder- und Jugendheim Struxdorf

• **Bauz und Berthold zu Dohna**  
ehem. Träger  
Kinderhaus Kiesby

# Mitgliedseinrichtungen

## Übersichtskarte



Herausgeber: Interessengemeinschaft Kleine Heime & Jugendhilfeprojekte Schleswig-Holstein e.V.  
Redaktion: Gitta Medelnik, Pierre W. Jöns, Albert Kedves  
Satz: Logos Computer, Osterby  
Fotos (u.a.): pixabay picking-flowers-2432972, CCO PD (S. 38)  
pixabay baltic-sea 4095045, CCO PD (S. 11)  
pixabay sunrise-1014712, CCO PD (S. 23)  
pixabay water-2622447, CCO PD (S. 43)

Druck: wir-machen-druck.de  
Auflage: 1200 Exemplare  
erscheint: jährlich







*»Es geht im Leben nicht darum, gute Karten zu haben,  
sondern mit einem schlechten Blatt ein gutes Spiel zu  
machen.«*

*Robert Louis Stevenson*



**INNOVATIVE &  
KREATIVE  
HILFEN**



Interessengemeinschaft Kleine Heime &  
Jugendhilfeprojekte Schleswig-Holstein e.V.

Geschäftsstelle:  
Schubstraße 57a  
24837 Schleswig  
Tel. 04621 - 984 19 61  
Fax 04621 - 984 19 63  
[info@ikh-sh.de](mailto:info@ikh-sh.de)  
[www.ikh-sh.de](http://www.ikh-sh.de)