



Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

In der vorliegenden Ausgabe des Contactuell machen wir uns Gedanken zur Adoleszenz, einer Lebensphase des Wandels, dem Wandel des Kindes zum Erwachsenen.

Markus Rinderknecht zeigt in seinem Artikel sehr eindrücklich auf, wie sich Eltern in dieser Phase ihrer Erziehungsaufgabe fühlen. Ausserdem präsentiert er Ihnen, liebe Leserin und lieber Leser, den **Flyer „Ausgang – Umgang – Grenzgang“**, herausgegeben von der JBO, der Jugend-, Eltern- und Suchtberatung des Contact Netz.

Melek Akkaya schreibt in einem weiteren Artikel über ihre ersten Erfahrungen mit „FemmesTische“ im Rahmen von Aufsuchender Jugend- und Suchtberatung.

Schliesslich stellt Ihnen Eric Moser, Leiter der Regionalstelle Biel-Bienne, in seinem Artikel Reality Cuts einen Kurzfilmwettbewerb für Jugendliche vor.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Franziska Reist,
Leiterin Regionalstelle Contact
Netz Oberaargau-Emmental

Adoleszenz – Schreckgespenst der Eltern!?

„Gerade noch waren die Kinder friedlich und zufrieden. Sie erzählten rege, was sie beschäftigte und was sie erlebt hatten. Doch seit einiger Zeit sind sie launisch, ziehen sich zurück, murren, sind aggressiv oder beginnen, Drogen zu konsumieren.“

In unseren Beratungen hören wir immer wieder von Eltern solche oder ähnliche Aussagen. Sie sind verwirrt und verunsichert, sie verstehen ihre eigenen Kinder und Jugendlichen nicht mehr. Sie befinden sich in einem Erziehungsdilemma: Sollen sie mehr eingreifen und mehr Grenzen setzen, oder sollen sie nachlässiger sein, alles laufen lassen? Die Beziehung zu ihren Kindern und Jugendlichen wird schwieriger. Konflikte wiederholen sich, führen zu einem Teufelskreis; es „verleidet“ beiden Seiten. Aber worum geht es denn eigentlich? Weshalb diese unglaubliche Veränderung der Kinder?

Es geht natürlich um die Adoleszenz. Adoleszenz, eine Lebensphase des Wandels, der Wandel des Kindes zum Erwachsenen. Nur, was das genau bedeutet und weshalb diese Phase sich oft so schwierig gestaltet, das soll mal einer verstehen! Die Adoleszenz ist eine Entwicklungsphase – soweit nichts Ungewöhnliches, die Kinder wachsen und reifen ja ständig heran. Es ist allerdings die letzte Hürde, die genommen werden muss, um von der Kindheit zum erwachsenen Status zu gelangen. Die Unabhängigkeit,

d.h. die geistig selbständige Individualität, wird angestrebt: Die Jugendlichen wollen ihren eigenen Aktivitäten und eigenen Gedanken nachgehen. Sie wollen sich als eigenständig erleben. Sie wollen ihre Beziehungen selbständig gestalten und leben. Dafür müssen sie sich den Anforderungen der Erwachsenenwelt schrittweise stellen und diese erfüllen lernen. Keine leichte Sache!

Weiter wird dieser Entwicklungsschritt von verschiedensten Stimmungen und Konflikten begleitet. Denn ohne diese gäbe es keine Entwicklung! Heftige Gefühle wie Enttäuschungen, Wut oder Angst bewegen die Jugendlichen. Dass Jugendliche in einer solchen Phase auch immer wieder mit Suchtmitteln experimentieren und in Kontakt kommen, ist verständlich.

All die heftigen Gefühle und verwirrenden Verhaltensweisen von Jugendlichen können die Eltern verängstigen und verunsichern. Die Angriffe und Aggressionen der jugendlichen Kinder schrecken sie zurück, treffen sie zum Teil persönlich. Während die Jugendlichen mit sich und den Erwachsenen ringen, sind die Eltern ihrerseits ebenfalls herausgefordert einen „Entwicklungsschritt“ zu vollbringen: Sie müssen sich vom „Bild“ ihres Kindes lösen und ihre Kinder und deren Eigenarten neu kennen- und akzeptieren lernen. Sie müssen die Beziehung zu den Kindern neu gestalten und den Kindern die Verantwortung für ihre Zukunft schrittweise übergeben. Dies alles sind anspruchsvolle Veränderungen, auch für die Eltern!

Unter all den aufgeführten Gesichtspunkten wird verständlich, wie vielfältig und komplex die zu leistenden Aufgaben sind und weshalb Pannen vorkommen können.

Unsere Beratungsstelle, die JBO, bietet hier den betroffenen Eltern und Jugendlichen ein Beratungsangebot.

Wir helfen ihnen

- Schwierigkeiten auszuhalten
- konfliktreiche Beziehungen zu ihren Kindern/Jugendlichen zu klären
- besser zu verstehen, was vor sich geht
- notwendige Auseinandersetzungen auch in schwierigen Zeiten aufrecht zu erhalten und anzugehen
- zu unterscheiden, welche Kritik sie annehmen sollten, und welche sie lediglich anhören müssen
- allfälligen Suchtmittelkonsum ihres Kindes zu thematisieren sowie eine Risikoabschätzung vorzunehmen
- eine aktive Elternrolle einzunehmen, um dadurch aus Hilflosigkeit und Überforderung herauszufinden

Auf dass dieser spannende Entwicklungsprozess der Jugendlichen gut und erfolgreich überstanden werden kann!

*Markus Rinderknecht Granell,
Fachpsychologe für Psycho-
therapie und Kinder- und
Jugendpsychologie FSP,
Mitarbeiter JBO, Langenthal*

Ausgang – Umgang – Grenzgang

Eine Orientierungshilfe für Eltern von Kindern und Jugendlichen

Unsere Welt ist komplex geworden. Was vor wenigen Jahren noch klaren Normen und Regeln unterworfen war, ist in unserer Gesellschaft relativ, ja, Geschmackssache geworden. Via TV, Internet und Printmedien

kann jede erdenkliche Information, ob gut oder schlecht, in unsere Stuben und Zimmer geholt werden. Immer mehr Menschen werden durch die Informationsflut und die Meinungsvielfalt jedoch verwirrt und verunsichert.

Kinder und Jugendliche sind diesen Einflüssen direkt ausgesetzt. Sie brauchen dabei die Hilfe, den Schutz und die Führung der Eltern. Dies ist keine einfache Aufgabe.



Der von uns herausgegebene **Flyer „Ausgang – Umgang – Grenzgang“** soll Eltern und anderen Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen eine Hilfe und Unterstützung sein beim Erfüllen dieser Herausforderung. Zu Themen wie Ausgang, Geld, Hausaufgaben, Suchtmittel, Sexualität, neue Medien und emotionale Krisen vermittelt es wertvolle Informationen und bewährte Empfehlungen im alltäglichen Umgang mit Kindern und Jugendlichen.

Diese alltagstaugliche Orientierungshilfe für Eltern und andere Bezugspersonen von Jugendlichen wurde in Zusammenarbeit mit verschiedenen ambulanten Fach- und Beratungsstellen der Region Oberaargau konzipiert und verfasst.

Das Leporello (Flyer) kann zum Selbstkostenpreis von Fr. 1.- /Stk. bei der JBO, Schulhausstr. 5, 4900 Langenthal, bezogen werden. Tel. 062 922 26 44, jbo.langenthal@contactmail.ch

*Markus Rinderknecht Granell,
Fachpsychologe für Psycho-
therapie und Kinder- und
Jugendpsychologie FSP,
Mitarbeiter JBO, Langenthal*

Aufsuchende Jugend- und Suchtberatung

Erste Erfahrungen mit „FemmesTische“

Im Rahmen einer neuen konzeptionellen Ausrichtung wurde das Pilotprojekt „aufsuchende Jugend- und Suchtberatung“ lanciert. Das Ziel besteht darin, das Beratungsangebot der JBO (Jugend-, Eltern- und Suchtberatung des Contact Netz) für Jugendliche, deren Eltern oder andere Bezugspersonen bei Bedarf niederschwelliger anzubieten. Dadurch haben sie einen direkten Zugang zur Beratung und können Informationen vor Ort erhalten. Dieser Ort kann z.B. ein Jugendtreff, eine Institution oder eine Veranstaltung sein. Zudem kann mit einer ersten Kontaktaufnahme vor Ort wenn nötig auch eine Brücke für eine individuelle Beratung auf der Beratungsstelle geschaffen und die Hemmschwelle für die Jugendlichen sowie deren Eltern gesenkt werden. Nebst den alltäglichen Beratungsaufgaben ist für uns die professionelle Vernetzung sowie die Zusammenarbeit mit den Fachstellen, Institutionen sowie Fachpersonen in der Region Langenthal und Oberaargau weiterhin ein zentrales Anliegen.

Innerhalb des Auftrages „Aufsuchende Jugend- und Suchtberatung“ haben wir uns unter anderem mit Interunido in Verbindung gesetzt und vernetzt. Interunido ist die führende Fach- und Bildungsstelle im Migrations- und Integrationsbereich der Region Oberaargau. Sie umfasst die Arbeitsbereiche: Bildung, interkulturelle Vermittlung, Beratung und bietet verschiedene Kurse sowie Projekte im Migrations- und Integrationsbereich an. Ein vorbildliches Projekt ist z.B. das „FemmesTische“, welches ein niederschwelliges Elternbildungsangebot mit Präventionscharakter und im Früherkennungsbereich anzusiedeln ist. Es bringt Erziehende zusammen, die ihre

sozialen Kompetenzen und ihre Konfliktfähigkeit stärken und mehr über sich, das Verhalten von ihren Kindern und Jugendlichen wissen möchten. Die Kontaktaufnahme funktioniert nach dem Schneeballprinzip. Moderatorinnen suchen sich Gastgeberinnen, die wiederum sechs bis acht Mütter ihrer eigenen Sprachgruppe zu sich nach Hause einladen. Das Thema wird der Gruppe durch die Moderatorin anhand von aufgearbeiteten Medien und Materialien präsentiert und anschließend in Diskussionen vertieft. Eigene Erfahrungen werden ausgetauscht. Die Moderatorin leitet das Gespräch und sorgt für eine offene Atmosphäre. Es ist nicht die Aufgabe der Moderatorin, persönliche Probleme zu lösen. Es geht auch nicht darum, die „einzig richtige Erziehung“ zu propagieren. Die Teilnehmerinnen sollten durch das Gespräch ihre eigenen Lösungsansätze finden. Als Zielgruppe werden Migrationsfamilien – in erster Linie Mütter – angesprochen, die unsere Sprache noch wenig verstehen und von schweizerischen Erziehungsnormen wenige Kenntnisse haben. Nach dem Modell der „FemmesTische“, finden Gesprächsrunden mit fremdsprachigen Eltern zu den Themen Erziehung, Gesundheit, Finanzen, Zusammenleben, usw. in sechs verschiedenen Sprachen statt: tamilisch, türkisch, albanisch, spanisch, portugiesisch und bosnisch.

Melek Akkaya, Sozialarbeiterin bei der JBO in Langenthal, hatte die Möglichkeit, das Projekt „FemmesTische“, vor Ort näher kennen zu lernen. Als Fachfrau zu Suchtverhalten nahm sie zusammen mit einer Moderatorin an einer tamilischen sowie türkischen „FemmesTische“-Runde teil. Beim tamilischen „FemmesTische“-Treffen wurde das Thema Gesundheit und Suchtverhalten bei Kindern und Jugendlichen bearbeitet. Bei der türkischen „FemmesTische“-

Runde ging es um das topaktuelle Thema „Neue Medien“-Umgang mit Internet, Chat, Handy, PC-Games, etc. Sie hatte auch die Möglichkeit, sich und das Beratungsangebot der JBO vorzustellen und direkt vor Ort eine Beratung anzubieten. Dabei stellte sich heraus, dass bei diesen Migrantinnen zwar ein grosser Bedarf für eine individuelle Beratung vorhanden ist, aber die Hemmschwelle zur Jugend-, Eltern- und Suchtberatungsstelle JBO zum Teil aus verschiedenen Gründen zu hoch für sie ist. Aus diesem Grund schätzten die Migrantinnen die Möglichkeit, Fragen zu Erziehung, Drogen, Alkohol und anderen Suchtverhalten direkt im Rahmen von „FemmesTische“ zu stellen und das Angebot einer Kurzberatung vor Ort nutzen zu können. Nach der tamilischen „FemmesTische“-Runde haben sich drei Mütter zu einer weiterführenden individuellen Beratung angemeldet deren Söhne und Töchter ein Suchtverhalten aufweisen. Die Brücke zur JBO konnte somit geschlagen werden. Im „FemmesTische“ der türkischen Frauen kam das Bedürfnis auf, eine weiterführende Gruppenveranstaltung zum Thema „Neue Medien“ durchzuführen, in der Informationen, Tipps und Ratschläge vermittelt werden.

Daraus entstand in Zusammenarbeit mit Interunido und der Fachstelle Prävention der Berner Gesundheit (BEGES) eine erste gemeinsame Infoveranstaltung zum Thema „Neue Medien“, die wir am 20. Juni 2011 an einem türkischen „FemmesTische“ auf Türkisch durchgeführt haben. Insgesamt nahmen neun türkische Mütter mit einem grossen Engagement und Interesse daran teil. Im ersten Teil wurden mit Hilfe einer Bildergalerie Gedanken und Vorwissen zum Thema gesammelt und kurz ausgetauscht. Im zweiten Teil wurde das Internet mit ihren verschiedenen Möglichkeiten direkt auf dem Netz mit einem Grossbild-

schirm vorgestellt. Dabei wurden Terminologie, Vor- und Nachteile, Nutzen und Gefahren von Chatrooms, Websites wie Youtube, Facebook sowie pornografischen Seiten aufgezeigt und diskutiert. Die Frauen hatten die Möglichkeit, in einem offenen Rahmen Fragen zu stellen, ihre Meinung zur Thematik mitzuteilen und über ihre bisherigen Erfahrungen auszutauschen.

Rückmeldungen von Teilnehmerinnen haben gezeigt, dass die Meisten viele Erziehungsfragen im Umgang mit den neuen Medien haben. Aus diesem Grund werden wir nun eine zweite Durchführung planen und dabei für individuelle Anliegen, Fragen sowie Schwierigkeiten bei Jugendlichen oder deren Eltern direkt auf die aufsuchende Jugend- und Suchtberatung vor Ort aufmerksam machen oder auf das Beratungsangebot der JBO hinweisen.

Wir schätzen die konstruktive und gute Zusammenarbeit mit den involvierten Fachstellen und Fachpersonen sehr und denken, dass dadurch wertvolle Synergien entstanden sind. Als Jugend-, Eltern- und Suchtberatungsstelle ist es unser Ziel, mit der aufsuchenden Jugend-, Eltern- und Suchtberatung - nebst dem bereits bestehenden qualitativ guten Beratungsangebot der JBO – niederschwelliger bei Jugendlichen, deren Eltern sowie anderen Bezugspersonen zu sein. Dabei ist es für uns selbstverständlich und sehr wichtig, dass wir auch aufsuchend vor Ort kompetent, kostenlos und vertraulich beraten!

*Melek Akkaya,
Sozialarbeiterin FH,
Mitarbeiterin JBO, Langenthal*

Reality Cuts

Szene aus einem Teenageralltag. Zwei Schulfreundinnen, nennen wir sie einfach mal Yvonne und Claire, sind auf dem Heimweg. Intensives Kichern und Flüstern verraten, wie gut sie sich kennen und mögen. Ihre Wege trennen sich; der Abschied hat eine Spur von jugendlicher Romantik. Zuhause wartet auf die Mädchen dicke Post. Yvonne reisst den Umschlag auf, das Gesicht erhellt sich, und sie jubelt „Geschafft!“. Ein paar Strassen weiter das pure Gegenteil. In Claires Gesicht spiegelt sich das ganze traurige Elend einer missratenen Prüfung. Natürlich muss sich Yvonne gleich ans Telefon hängen, will den Erfolg mit ihrer besten Freundin teilen. Diese seufzt lakonisch „ja, super!“, lässt das Handy fallen und versinkt in einsamer Frustration.

Die ganze Geschichte ist in einen 60-Sekunden Film eingepackt, aber trotz dieser Kürze vermag sie äusserst gekonnt einzelne Problemfelder unserer Gesellschaft aufzudecken. Erfolg und Leistungsdruck wirken zwar für die einen motivierend, doch die Kehrseite der Medaille beschert den anderen Zweifel, Enttäuschung und innere Isolation. Stehen solche Gefühle nicht oft am Anfang eines Suchtverhaltens? Ein halbes Dutzend Jugendliche haben diesen Kurzfilm im Rahmen der dritten Ausgabe von „Reality Cuts“ realisiert und dafür den dritten Preis in der Kategorie „13- bis 16-Jährigen“ erhalten. „Reality Cuts“ ist ein Kurzfilmwettbewerb, lanciert von der Regionalstelle Biel-Bienne des Contact Netz. 24 einminütige Beiträge entsprachen den Auswahlkriterien des Wettbewerbs, d.h. unter anderem thematisierten sie gesellschaftliche Probleme wie Gewalt oder Suchtverhalten. Die angehenden Cineasten haben ihre Freunde motiviert und einbezogen. Das Publikum im dicht gefüllten Kinosaal am Finale vom

25. Juni zeigte sich überrascht und berührt von den vielen gelungenen Beiträgen. Contact Netz wird die Kurzfilme für ihre Arbeit in Schulklassen und Jugendgruppen weiterverwenden.



Foto: Reality Cuts

Die drei Ausgaben von „Reality Cuts“ (2005, 2007 und 2011) hatten eine grosse und positive Aussagekraft und Bedeutung für junge Menschen und ihr Umfeld. Sie vermögen mit ihren Beiträgen ihr soziales Engagement, ihre Gefühle und ihre künstlerische Sensibilität zum Ausdruck zu bringen. Ebenso haben die Filme einen hohen pädagogischen Nutzen, denn sie sind einerseits Lebenswelt orientiert und die Botschaften richten sich von Peers an Peers. Der Erfolg von „Reality Cuts“ hat auch bereits über die regionalen Grenzen hinaus Wellen geschlagen und die Regionalstelle Thun-Oberland zu einem ähnlichen, erfolgreichen Projekt unter dem Namen „FilmRiss“ inspiriert. Schliesslich denkt das Contact Netz bereits über eine nächste Ausgabe des Filmwettbewerbs auf kantonale Ebene nach. Die Wirkung und Qualität der bisher präsentierten Filme lassen uns schon heute aufhorchen und wir dürfen gespannt und vorfreudig sein hinsichtlich eines solchen Finales mit anregenden Leckerbissen!

*Eric Moser,
Leiter Regionalstelle Contact
Netz Biel-Bienne*

Impressum

Herausgeber/Kontakt:

**Contact Netz
Regionalstelle Oberaargau-
Emmental
Contactuell**

Bahnhofstrasse 59
3400 Burgdorf

Tel. 034 422 02 01

contactuell.burgdorf@contactmail.ch

www.contactnetz.ch

CONTACT
STIFTUNG FÜR JUGEND-, ELTERN- UND SUCHTARBEIT
NETZ

Contactuell erscheint zwei Mal jährlich.