

„Selbstsein ist die größte Kraftquelle im Leben eines Menschen“

- Workshopreihe für Freiwillige, die Bezugspersonen für Kinder sind -

Unterschiedliche Aspekte dieses Themas (*allgemeine Einführung und Grenzen ziehen, Selbst-Motivation, Kommunikation, Gelassenheit I und II*) wurden in einer Workshopreihe für Ehrenamtliche, die in Projekten mit Kindern aktiv sind, in der Katholischen Familienbildungsstätte in Osnabrück durch Ehrenamtliche der AKS angeboten. Sie fanden im Abstand von einigen Monaten an einem Vormittag statt und dauerten jeweils ca. 3 Stunden mit einer Pause.

Der Teilnehmerkreis war überwiegend weiblich geprägt, wobei sechs Frauen jeden der fünf Workshops besuchten und andere je nach persönlichem Interesse und zeitlichen Möglichkeiten dazukamen. Die Teilnehmenden befanden sich in der besonderen Situation als Freiwillige im Einsatz für Kinder und deren Eltern tätig zu sein. Sie entschieden sich für unser Angebot z.B. aus dem Bedürfnis heraus, Hilfestellung für ein besseres Verständnis so manch einer Situationen in den Familien zu erhalten und brachten den Wunsch nach einer Fülle von Anregungen mit.

Ehrenamtlich Tätige zeichnet aus, dass sie ihre Aufgabe mit großer Begeisterung wahrnehmen und zumeist entsprechende Hoffnung auf Erfolg und Wertschätzung haben, die selten schnell erfüllt wird, was dann wiederum zu Frustrationen führen kann. Häufig fühlen sich diese Freiwilligen auch sehr gefordert, da neben den Kindern auch die Eltern eine – auch mal herausfordernde – Rolle spielen können.

Mit dieser Workshopreihe leistete die AKS einen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Betreuenden und damit für die von ihnen betreuten Kinder. Wenn die Freiwilligen selbst verschiedene Facetten des Selbstseins erfahren, den Zugang zu ihrem Selbst gestärkt haben, können sie dies unserer Meinung nach eher auf spontane und natürliche Weise ihren Schützlingen weitergeben. Sie können besser und schneller erkennen, was diese benötigen und entsprechend intuitiv reagieren. Zudem werden sie sicherer im Umgang mit sich selbst, können sich und die anderen z.B. besser einschätzen und auch langsame Fortschritte erkennen, Misserfolge leichter überwinden und positiv wenden sowie mit Stresssituationen erfolgreich umgehen.

Bei der Durchführung der Workshops legten wir Kursleiterinnen viel Wert darauf, dass die Teilnehmenden

- erst erst einmal in Umgebung und Thematik ankommen konnten
- Raum für das Einbringen eigener Erfahrungen und Fragen bekamen
- Hintergrundinformationen erhielten (z.B. Grundlagen der PSI-Theorie)
- sich auf die Suche nach ihrem Selbst machen konnten
- und bestimmte Aspekte in div. themenbezogenen Übungen selbst erfahren und auch damit ihre Selbstkompetenzen stärken konnten

Das Feedback war durchweg sehr positiv. Die TN wünschten sich immer wieder einen Folgeworkshop und machten Vorschläge für die Thematik. Die persönliche Entwicklung lässt sich in folgenden Bemerkungen erkennen:

- nun könne sie ihren Schützling und seinen Wunsch nach ... besser verstehen und darauf eingehen
- letztens habe sie es geschafft, sich gegen die Eltern des von ihr betreuten Kindes abzugrenzen
- ihm sei Nein sagen immer schwer gefallen, aber kürzlich sei es ihm gelungen ein verlockendes Angebot einer weiteren Freiwilligenaufgabe abzulehnen
- sie habe nun konsequent Entspannungsübungen in ihren Alltag eingebaut
- sie könne jetzt besser kleine Fortschritte und freudige Reaktionen erkennen und wertschätzen
- er werde „seinem Kind“ nun nicht mehr so oft seine Angebote vorsetzen, sondern Unternehmungen mit ihm zusammen entwickeln bzw. aus ihm „herauskitzeln“.

Wegen der positiven Resonanz bei den Ehrenamtlichen der Katholischen FABI haben wir ähnliche Workshops im Rahmen des Fortbildungsprogramms der Freiwilligen Agentur Osnabrück angeboten.

Ursel Käsebier, Ulla Wrasmann