

„9 Tage ohne...“

Zukunftsweisende Erfahrungen und Erkenntnisse die zeigen, was möglich ist

Intensivwoche „Ich bin ICH!“ für Kinder und Jugendliche im Sommer 2023

Ein Bericht von Sabine Schneider und Ines Voelckel

9 Tage ohne Medikamente

„Eigentlich möchte ich die Tabletten gar nicht nehmen. Ich nehme sie nur, damit ich nicht mehr so nervig bin für die anderen. Ich möchte, dass mich die anderen Kinder mögen. Ich möchte, dass ich auch Freunde habe.“ (Moritz, Klasse 7, ADHS-diagnostiziert, drei mal täglich Medikamentengabe Medikinet)

Dieser Satz eines Siebtklässlers zu Beginn der Projektwoche veranlasst uns, mit allen Kindern gemeinsam zu sprechen. In unserem Beisein und unter unserer Anleitung traut sich Moritz, seine Sorge vor allen 24 ihm fremden Kindern auszudrücken. Die Reaktion der Kinder auf die Frage hin, ob sie wollen, dass Moritz während der Woche weiterhin Medikamente nimmt, damit er sie nicht nervt, ist frappierend. *Alle* Kinder sind sich einig, die Antwort ist ein klares „Nein“. Maria, ein Mädchen aus der 5. Klasse, begründet: „Ich möchte, dass er selbst sein kann! Und wenn er uns doch nervt, dann helfen wir ihm. Und sagen ihm, dass uns das nicht gefällt.“ Moritz ist sichtlich berührt; so hat noch nie jemand mit ihm gesprochen. Und schon gar kein Kind.

Die Medikamente bleiben für Moritz die folgenden neun Tage in der Schachtel; ein kleines Abenteuer beginnt. Und er und alle Kinder machen die wichtige und wertvolle Erfahrung: Es geht. Und mehr als das: Es geht sogar *gut*. Moritz, ein ganz normaler Junge, der mitredet und Spaß macht, tiefe Gespräche führt und Freundschaften schließt. Der laut lacht, mal ernsthaft und mal albern ist, und beim Essen unruhig mit dem Fuß wippt. Der die anderen Kinder auch mal nervt? Ja, sogar mehrmals, mehrmals am Tag. Und dann? Lösen die Kinder ihr Versprechen ein, und sagen ihm ganz ehrlich und direkt, dass sie das stört; eben genauso, wie sie das während der Woche auch mit allen anderen Kindern üben.

Moritz erhält die Chance, *aus eigener Kraft und eigenem Antrieb – ohne Medikamente* – etwas zu ändern. Auf die Frage hin, was er aus der Woche gelernt hat, schreibt er in seinen Abschlussfragebogen folgende Antwort: „In mich hineinzufühlen und ohne Tabletten gut zurecht zu kommen.“

9 Tage ohne Eltern

Auszug aus einem Gespräch zwischen einem Betreuer und Mario (2 Jahre) am letzten Tag des Projekts:

„Hat dir die Woche gefallen?“ – „Ja.“

„Warst du gerne hier?“ – „Ja.“

„Hast du deine Eltern vermisst?“ – „Nein.“

Wenn wir Menschen, die unser Projekt und unsere Arbeit nicht kennen, erzählen, dass wir neun Tage lang 25 Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 1,5 und 18 Jahren betreuen, fördern und begleiten, ohne dass ihre Eltern dabei sind, stoßen wir nicht selten auf Verwunderung und Erstaunen. So *ungewöhnlich* ist diese Herangehensweise, dass erst einmal Zweifel aufkommen, ob so etwas gelingen kann.

Wir machen hier jedoch seit nunmehr sieben Jahren immer und immer wieder eine grundlegend positive Erfahrung: Die Kinder blühen auf. Wie durch ein Wunder werden sie auf einmal eigenständiger. Sie bewegen sich freier, sprechen klarer und haben vor allem eines: mehr Kraft.

Mit Beginn der Intensivwoche sind sie auf sich gestellt, machen neue Erfahrungen und vor allem eine wichtige: dass sie nicht *alleinig* auf ihre Eltern angewiesen sind. Gerade *weil* ihre Eltern nicht mit dabei sind, haben sie – vielleicht zum allerersten Mal – die Möglichkeit, sich selbst in einem ganz anderen Kontext als spürbar eigenständige Individuen zu erleben. Und das gibt ihnen Vertrauen, das macht sie stark und das macht sie freier. Sie merken, dass sie ohne ihre Eltern existieren, und dass *auch* andere Menschen für sie da sein können: *auch* zugewandt, *auch* verlässlich, *auch* liebend.

Dadurch wachsen sie ganz von selbst ein bisschen über ihre eigenen Grenzen hinaus.

9 Tage ohne Handy, Tablet und Konsole

„Es ging mir sehr gut ohne Handy und ich habe nichts vermisst. Ich werde höchstwahrscheinlich eher die Tage ohne Handy vermissen.“ (Simone, 9. Klasse)

„Wenn ich ganz ehrlich bin, habe ich ein bisschen Angst davor, mein Handy wieder zu haben.“ (Valentin, 8. Klasse)

So positiv wie diese Rückmeldungen *nach* den neun Tagen fallen die Reaktionen am Anfang der Woche meist nicht aus. Ängste und Widerstände machen sich breit, die Kinder weigern sich, sagen, sie brauchen ihr Handy und sie meinen es so. Doch so ist das Projekt angelegt: Neun Tage ohne – und das aus gutem Grund. Unsere Erfahrung bestätigt: Je mehr die Kinder ankommen, miteinander in Kontakt sind und die vorhandenen kreativen und naturnahen Angebote nutzen, desto mehr geraten die Geräte in den Hintergrund. Es gibt genug, was sie anderes mit sich anfangen können, und das lässt sie die Handys immer mehr und allmählich ganz vergessen – und auch nicht mehr vermissen. Der digitale Sog weicht Aktivität, Spiel, Freude, eigenem kreativen Erschaffen, Miteinander. Die innere Neugierde, die bei so vielen Kindern in einer Art Dämmer Schlaf verbracht hat, erwacht wieder. Antrieb, Engagement und Einsatz kehren zurück. Direkter unmittelbarer Kontakt zwischen den Kindern und Jugendlichen entsteht, sei es in Gesprächen, im Spiel oder auch in Konflikten. Eben in allem, was zu unserem menschlichen Miteinander im Grunde ganz selbstverständlich dazugehört.

Als wir sehen, dass die Jugendlichen sich an die Zeit ohne Handy gewöhnt haben, sind wir mutig und starten ein kleines Experiment: Im Rahmen der Seminararbeit geben wir den größeren Kindern für eine Stunde ihr Telefon zurück und schauen uns gemeinsam mit ihnen an, was passiert. Schon als die Handys lediglich in den Raum kommen, ändert sich schlagartig die Atmosphäre. Die Stimmung unter den Kindern wird unruhig, fahrig und unkonzentriert. Sie bemerken es selbst und sagen zudem, dass sie sich

angespannt und zu den ausgeschalteten Handys hingezogen fühlen. Sie beschreiben es als eine Art „Bann“, dem sie kaum entkommen können.

Wir bitten sie, uns eines der Videos zu zeigen, die sie sich zu Hause auf den einschlägigen Kanälen anschauen. Gemeinsam lassen wir das, was wir dort sehen in aller Ernsthaftigkeit auf uns wirken: Hohle Witze, halbe Sätze, extreme Oberflächlichkeit kommen uns entgegen. Die Kinder reagieren unterschiedlich darauf: Manche grinsen, lachen, drehen völlig ab, manche sind erschrocken, manche wollen gar nicht weiterschauen. Das Video ist vorbei und im Raum zurück bleibt eine schale Leere. Wir helfen den Kindern, ihr eigenes Körpergefühl zurück zu erlangen. Sie sagen, dass sie sich schwindelig fühlen, so als ob sie nicht mehr klar denken können. Und Moritz sagt noch eine Viertelstunde später: „Ich bin gedanklich immer noch bei dem Video. Ich kann gar nicht aufhören, daran zu denken.“ Er ist sichtlich erschrocken darüber; bisher war ihm das nie aufgefallen.

Am Ende der Stunde sammeln wir die Handys wieder ein; dieses Mal beschwert sich niemand.

**Was bedeutet das alles für uns?
Für die Vorstellung, wie etwas zu sein hat?
Für unser Selbstverständnis, was normal ist?**

Diese drei Berichte stehen exemplarisch für das, was wir in unserer Arbeit tun und bewirken. Viele weitere hätten folgen können. So viel mehr ist möglich, ist man bereit, neue Wege zu gehen.

Natürlich, seien wir ehrlich, um zu einer wirklichen und grundlegenden Veränderung beizutragen, braucht es mehr als nur „9 Tage ohne“. Den Kindern Dinge wegzunehmen ist eine Sache; ihnen *die Dinge* zu geben und zu ermöglichen, die sie *wirklich* brauchen, eine ganz andere.

Aus diesem Grund widmen wir uns mit großer Aufmerksamkeit den Kindern und ihren Gefühlen, Bedürfnissen und Wünschen. Wir begleiten sie sehr bewusst dahingehend, dass sie dem, was *in* ihnen ist, Beachtung schenken. Dies ist häufig ein völlig neuer, manchmal gar nicht so leichter Prozess für sie. Plötzlich geht es nicht mehr darum, was sie tun *sollen*, was man von ihnen *erwartet* oder darum, *wer besser ist*. Plötzlich geht es darum, was sie *wirklich möchten*, wonach sie sich *sehnen*, wofür sie sich *einsetzen und engagieren* möchten. Es geht um *sie*.

Ein Kind ist ein *vollwertiger* Mensch. Als dieser Mensch mit allem, was ihn ausmacht, hat somit jedes Kind seine einzigartige, ganz individuelle Position innerhalb seines Lebens und innerhalb einer Gemeinschaft. Aus dieser Position heraus möchte und kann es seinen eigenen Beitrag leisten. Wir *meinen* die Kinder, wir *achten* sie und nehmen sie ernst. Tiefer gibt genau das den Kindern ein Stück Vertrauen zurück, in das, *wer sie wirklich sind*. Sie sind – unabhängig von Noten, Leistung, Kleidung, Aussehen, sozialem Stand, Schulform oder Alter – von *Bedeutung*. Ihr Wert wird gestärkt, ihr Eigenwert wächst. Und zwar von Innen heraus.

Für den gesellschaftlichen Wandel, in dem wir uns längst befinden und der in den kommenden Jahren und Jahrzehnten vermutlich quantensprungartig voranschreiten wird, sind neue Wege in der Erziehungs- und Bildungslandschaft unabdingbar. Wir

brauchen ein erweitertes und die Gesamtheit beachtendes Bildungs- und Schulsystem, das vor allem eines ermöglicht: das Heranwachsen von Kindern zu Erwachsenen, die wissen, was sie wollen, die bereit sind, sich zu engagieren, die in der Lage sind, eine eigene Position zu beziehen, die in Verbindung mit ihren eigenen Gefühlen stehen und mit ihren Mitmenschen mitfühlen können, und die *in sich* einen festen Anker tragen, sodass sie den sozialen, regionalen und globalen Herausforderungen kreativ, standhaft und darin flexibel entgegensehen und entgegenstehen können.

Neue Wege – unsere Kinder brauchen sie, unsere Gesellschaft braucht sie. Wir engagieren uns in dem uns möglichen Rahmen, gemeinsam mit Kindern zukunftsweisende Wege zu finden und über diese zu informieren.



Vielen Dank allen Unternehmen, Stiftungen und Privatpersonen, die uns im Jahr 2023 finanziell in unseren Intentionen und deren Umsetzung unterstützt haben.

Projektinformation

„Ich-bin-ICH!“ ist ein Projekt zur gesamtheitlichen Stärkung von Kindern und Jugendlichen.

Seit 2016 jährlich stattfindend, treffen hier rund 25 Kinder im Alter zwischen 1,5 und 18 Jahren und ein spezifisch ausgebildeter Betreuerstamm zusammen. Neun Tage öffnet sich ein Raum für neue, bereichernde und intensive Erfahrungen auf Augenhöhe zwischen Kleinstkindern, Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

Träger des Projekts ist die LIOHT Stiftung. Mit der Organisation und Projektdurchführung ist der Fachbereich „Eltern, Kinder & Familie“ des IFEB Dresden beauftragt. Finanziell unterstützt wird die Intensivwoche von Unternehmen, Stiftungen sowie von Privatpersonen.

Weiterführende Informationen zum Projekt unter www.lioht-stiftung.de und www.if-eb.com

Die Gruppe



Alle zusammen im großen Kreis: die gesamte Gruppe als zentraler und regelmäßiger Bestandteil der Woche.



Gemeinsam zur Ruhe kommen und Stille erfahren: Massagekreis am Abend.



In der Gruppe mit sich selbst sein: Übung für Fokus und Selbstwahrnehmung.



Die eigene Energie und innere Kraft erleben: Übung für den freien Selbstaussdruck.

Seminararbeit



Selbst stehen, selbstständig sein: Körperwahrnehmungsübung zur Stärkung des Selbstbezugs und des eigenen inneren Standes.



Solozeit: mit sich selbst etwas anfangen lernen; anfangs nicht immer so leicht.



Theaterarbeit: Wer und wie bin ich? Freude am Spielen und „Sich-Entdecken“.



Seminararbeit mit den Kleinsten: ernst nehmen, Geduld üben, lebendig und wild sein, zur Ruhe kommen.

In der Natur sein



Wanderung: gemeinsam „in die Welt hinaus ziehen“; kleine Reise zu sich selbst.



Beobachten, ankommen, Vertrauen fassen in der Natur.



Rennen, toben, entdecken, frei sein: die Natur als immerwährende Spielgefährtin.



Getragen sein von der Natur: in Kontakt kommen, zu mir kommen, „ICH-sein“!