

BETULA-POST



Wertschätzung mit Rückkoppelungseffekt

Was denkst du über mich?

Menschen wollen wissen, woran sie bei ihrem Gegenüber sind. Wenn Rückmeldungen fehlen, beginnen wir Menschen, etwas in das Gegenüber hineinzuinterpretieren. Ohne Rückmeldung interpretiert unser Gehirn die fehlende Rückmeldung meistens mit einer negativen Deutung der Situation.

Wir alle möchten aber beachtet werden und mit dem, was wir tun, Wirkung erzielen. Wer wertgeschätzt wird, hat ein besseres Selbstvertrauen, ist zufriedener und erbringt eine bessere Arbeitsleistung.

Durch Wertschätzung werden Hormone freigesetzt, die das Wohlbefinden, Beziehungen, Konzentration und Leistungskraft verbessern. Wer glücklich und zufrieden ist, übernimmt schliesslich mehr Verantwortung und ist im Kleinen, wie im Grossen erfolgreicher.

Das Attraktive daran, Wertschätzung zu zeigen, liegt darin, dass es ansteckend ist, oft zurückgegeben wird und sogar einen Rückkoppelungseffekt hat. Denn erwiesenermassen stärkt Wertschätzung nicht nur den Selbstwert des Empfängers, sondern auch den des Senders. Wer Wertschätzung zeigt, profitiert selbst davon! Wertschätzung ist unbezahlbar – und einfach in der Anwendung: Nachspüren, was ich «schätze», und es mitteilen.

Doch eine Einschränkung gibt es: Wertschätzung darf nie als Methode oder als Mittel zum Zweck eingesetzt werden. Damit Wertschätzung ihre Kraft entfalten kann, muss sie ehrlich sein!



Offenes Atelier

Ermutigt und stärkt Kräfte

Der Bedarf an niederschwelliger Tagesbetreuung ist ungebrochen gross und wir erleben immer wieder, wie eine verbindliche Struktur als Sprungbrett in eine regelmässige und verbindliche Tagesstruktur genutzt wird.

Neu besteht dienstags und mittwochs die Möglichkeit, sich im offenen Atelier zu beteiligen und in diesem Erlebnisraum mit verschiedenen Materialien zu arbeiten.

Wie Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Zeit im Atelier gestalten, entscheiden sie individuell. Sie werden dabei von einer Kunstagogin angeleitet und unterstützt.

Das offene Atelier wird im B-Treff durchgeführt und versteht sich als ergänzendes Tagesbetreuungsangebot.



Unterstützungs- und Aktivitätenfonds für betreute Menschen im Betula

Konto Thurgauer Kantonalbank
IBAN CH59 0078 4172 0467 7760 2

Die Spendengelder werden ausschliesslich zur Finanzierung von Bedürfnissen verwendet, die nicht durch Versicherungs- oder andere Beiträge Dritter gedeckt sind.

- Finanzielle Projektunterstützung von im Betula betreuten Menschen
- Persönliche Bedürfnisse in Notsituationen von im Betula betreuten Menschen

Allgemeiner Spendenfonds für den Verein Betula

Konto Thurgauer Kantonalbank
IBAN CH34 0078 4172 0019 1390 3

Allgemeine Spendengelder werden zur Deckung ausserordentlicher Aufwendungen und zur Tilgung langfristiger Verbindlichkeiten des Vereins eingesetzt.

Möchten Sie uns unterstützen? Rufen Sie uns an.

Telefon 071 466 14 00. Wir zeigen Ihnen verschiedene Möglichkeiten für Ihr Engagement und danken für Ihr Interesse an unserer Tätigkeit.

Christian Brönimann und Stefan Ribler
Co-Institutionsleiter Betula

betula
Leben Lernen Leisten

Allestrasse 68
8590 Romanshorn
Telefon 071 466 14 00
betula@betula.ch
www.betula.ch

Standpunkt

Wie unsere Haltung unsere Entwicklung gestaltet und begleitet.

Wer sein Handeln stets äusseren Bedingungen anpasst, läuft Gefahr, zur Windfahne zu werden und in der Bedeutungslosigkeit unterzugehen.

Veränderungsprozesse brauchen eine klar definierte Perspektive, einen Fixpunkt, ein Ziel, für das es sich lohnt, sich gemeinsam zu engagieren. Im Betula sagen wir dazu Haltung.

Die Haltungen, welche Betula ausmachen, gründen auf den konzeptionellen Schwerpunkten der Lösungsorientierung, Recovery und Sozialraumarbeit. Haltungen kann man nicht vorgaukeln und sie sind Spiegel der Mission einer Organisation. Wenn diese mit den Mitarbeitenden gemeinsam und aufrichtig umgesetzt werden, wirkt eine Organisation integer und glaubwürdig.

Wir sind überzeugt, dass diese Ausstrahlung dazu führt, dass sich immer wieder Menschen hoffnungsvoll dazu entschliessen, sich freiwillig und aus freien Stücken für einen Platz im Betula zu entscheiden.

Am Beispiel der Entwicklung unserer Tagesbetreuung kann ein sehr gut nachvollziehbarer Bezug zu dieser Qualität hergestellt werden. Viele Jahre hat es zu unseren Aufnahmekriterien gehört,

dass Interessierte für einen Wohnplatz über eine Tagesstruktur verfügen oder eine solche antreten wollen.

Regelmässig sind wir mit dieser Erwartung auf Verständnis gestossen und die Bewerberinnen und Bewerber hatten sowieso vor, die Werkzeuge mit Arbeit oder einer anderen regelmässigen Struktur zu gestalten.

Vielfach sind wir aber auch auf Unverständnis und Bedenken gestossen, welche die Zuversicht oder das gute Gefühl für einen Eintritt belasteten. Dazu kam immer wieder die Frage auf, was von unserer Seite her zu tun ist, wenn jemand die abgemachte Struktur nicht einhält.

Aus diesen Überlegungen haben wir die Haltung definiert, dass tätig zu sein zu den Grundbedürfnissen des Menschen gehört und er dabei Sinn, Beachtung und Orientierung erlebt.

Wie jeder einzelne Bewohner oder jede einzelne Bewohnerin den Tag verbringt, ist jetzt ein wichtiger Bestandteil der Betreuungsarbeit und wird individuell und situationsbezogen geplant und umgesetzt.

Parallel zu diesem Prozess sind unsere Tagesbetreuungsangebote vielfältiger und die Anstellungsbedingungen flexibler geworden. Es sind jetzt auch niederprozentige Anstellungen möglich. Zusätzlich haben niederschwellige Angebote wie der Mittagstisch oder das neu geschaffene Atelier an Gewicht gewonnen und bieten den Menschen die Möglichkeit, sich schrittweise ausserhalb der Wohnsituation zu bewegen und zu bewähren.

Durch den Umstand, dass zwischen Bewohnenden und Bezugspersonen die Leitfragen «Was willst du?» und «Was kannst du tun?» im Raum stehen, wird Freiraum geschaffen für das Wagnis, Neues auszuprobieren, Neues zu lernen und neue Erfahrungen zu machen – auf beiden Seiten.

ERLEBNIS BETULA

Ziele sind nicht das Ziel, sondern Leuchttürme

Ziele sind wie Leuchttürme, die helfen sollen, auf Kurs zu bleiben, aber nicht der Hafen, der erreicht werden muss.

Der erlebnispädagogische Ansatz wird als ergänzendes und unterstützendes Element zum Kernauftrag eingesetzt. Die Nutzenden und Mitarbeitenden vom Betula haben in erlebnispädagogischen Projekten die Möglichkeit, ihre Sozial- und Selbstkompetenzen über sinnliche Erfahrungen in der Natur, über das Lernen durch Handeln, über die Kraft der Metaphern (zum Beispiel: in einem Fluss schwimmen: «mit dem Strom schwimmen») und über eine gedankliche Vertiefung zu erweitern.

Es geht weniger um abstrakte Lerninhalte als vielmehr um das Anstossen individueller Wachstums- und Entwicklungsprozesse. Dabei spielt die intensive sinnhafte Umgebung (alternative Lernräume) wie Wald, Fluss, Seeufer oder Berg als alle Sinne ansprechende Lernräume eine wichtige Rolle.



Erlebnispädagogik fördert Lernen durch Naturerfahrungen und herausfordernde Situationen. Stärkung von Selbstvertrauen, Teamfähigkeit, Empathie und Problemlösungskompetenzen.

So geht es bei Erlebnis Betula nicht darum, ob ein Ziel erreicht worden ist oder nicht, sondern darum, dass im Teilnehmer eine Orientierung entsteht, die ihm zeigt, welchen Weg er schon zurückgelegt hat und wie die nächsten sinnvollen Schritte aussehen könnten.

Persönlichkeitsbildende Lernprozesse werden durch handlungsorientierte Methoden in der Erlebnispädagogik unterstützt und ergänzt. Ein bekanntes Erklärungsmodell der Erlebnispädagogik ist das Komfort- und Risikozonenmodell.

Den üblichen Lebensbereich, in dem sich Menschen wohlfühlen und gut auskennen, wird als Komfortzone bezeichnet.

In der angrenzenden Risikozone kann Lernen stattfinden. Dort wartet Neuland, das zur Erkundung bereitsteht. Erfahrungen und Erlebnisse in diesem Risikobereich – in dem nur eingeschränkte Erfahrungen verfügbar sind, in dem manches verunsichert, vielleicht sogar schmerzt und ängstigt, ermöglichen Weiterentwicklung und die Etablierung eines neuen, ausgedehnteren Komfortbereichs.

Systemische Erlebnispädagogik pendelt zwischen Komfort- und Lernzone: Sie gibt Menschen die Gelegenheit, Sicherheit und Vertrauen aufzubauen, und fordert gleichzeitig zum Wagnis auf. Positive, intensive Erlebnisse sind erwiesenermassen aussergewöhnlich inspirierend und tiefgreifend genug, um Neues zu lernen.



Bewohnerrat

Seit 2015 besteht im Betula ein Bewohnerrat, in den Bewohnende aus allen Wohnbereichen Einsitz nehmen können. Idealerweise sind auch Menschen im Rat, welche im Betula Tagesbetreuung in Anspruch nehmen.

Die einzelnen Bewohnerratsmitglieder sind von den Bewohnenden ihres Bereichs gewählt, haben eine persönliche E-Mail-Adresse und sind in ihren Wohnbereichen Ansprechpersonen in verschiedensten Angelegenheiten.

Seit seinem Bestehen haben sich der Inhalt und die Ausrichtung des Bewohnerrats stark verändert, doch geblieben ist der Umstand, dass der Rat durch die Peer-Mitarbeiterin geführt wird. Sie ist erste Ansprechperson für Anliegen aller Art und bündelt diese für die Bewohnerratsitzungen. Anfänglich beschränkten sich die Aktivitäten auf das Organisieren von Ausflügen und Aktivitäten ohne Betreuende, was von den Bewohnerinnen und Bewohnern sehr genossen wurde.

Unterdessen ist der Bewohnerrat Ansprechstelle für verschiedene Fragen und organisiert für die Angehörigen des Betula interne Weiterbildungen. Das Angebot der Aktivitäten ist breit und reicht von Spieleabenden über gemeinsames Backen bis hin zu Besuchen im Escape Room St. Gallen. Der Bewohnerrat hat ein eigenes Budget bzw. eine eigene Kasse, aus der er Sitzungsgelder, Aktivitäten und Material finanziert.

PEER ARBEIT

Peer-Arbeit im Betula

Mit dem Praktikum einer Peer-Mitarbeiterin in Ausbildung starteten wir im Frühjahr 2015 mit der Peer-Arbeit. Die damalige Praktikantin wurde zur ersten fest angestellten Peer im Betula und blieb zwei Jahre.

In dieser Zeit involvierten wir alle Mitarbeitenden in eine intensive Auseinandersetzung zu den Werten und Haltungen von Recovery und bildeten damit gute Bedingungen, welche Peer-Arbeit ermöglicht.

Andrea, unsere jetzige Peer, startete 2017. Ihr Pensum steigerte sich von anfänglich 20 Prozent auf aktuell 60 Prozent, parallel dazu entwickelten sich auch ihre Aufgaben. Mittlerweile besteht ihr Arbeitsfeld aus Einzelgesprächen, Mitarbeit im offenen Atelier, dem Durchführen und Leiten einer

Recovery-Gruppe, dem Gestalten von Themenabenden und internen Weiterbildungen, dem Arrangieren von Bilderausstellungen und dem Führen des Bewohnerrats. Andrea ist Ansprechperson für alle Bewohnenden und Mitarbeitenden des Betula und ist dabei dem Team des Betula Wohnangebots an der Kindergartenstrasse angeschlossen. Dort ist unsere Peer bei Teamsitzungen und Supervisionen dabei und benutzt die dort vorhandene Infrastruktur für ihre Büroarbeiten.

Wir haben gelernt, dass das Arbeitsfeld der Peer so gestaltet sein soll, dass sie regelmässig Kontakt zu den verschiedenen Angehörigen des Betula hat. Aus diesen Kontakten entwickeln sich regelmässig Gespräche, welche vielfach in einer für die Bewohnenden hilfreichen Peer-Beratung enden. Andrea ist Mitglied an den Sitzungen der Bereichsleitungen und bringt dort den Standpunkt der Betroffenen ein und wirkt dabei als Sprachrohr unserer Bewohnerinnen und Bewohner.

Peer-Arbeit ist für alle Beteiligten aus dem Betula Alltag nicht mehr wegzudenken und entwickelt sich stetig.

Vorstand und Mitarbeitende

Stefan Bär, Brigitte Betschart Müller, Danilo Clematide, Patrik Gisel, Peter Höltschi, Carola Politi-Strub, Christian Widmer.

Alexandra Bässler, Reto Bechtiger, Rita Braunschweiler, Christian Brönmann, Robin Bruderer, Stephan Deininger, Nina Fahrion, Sandra Fischer, Gabriele Fux, Ylenia Galán, Carola Gäumann, Bruno Germann, Eva Güttinger-Lampart, Silvana Hasler, Katharina Hörler, Silvia Hunziker, Simon Jamnik, Anna Joos, Petros Kechagias, Yvonne Kesselring, Angelika Krässig, Daniela Maron, Carmen Mattioli, Stephanie Michel, Klaus Moosmann, Michael Obst, Melanie Rezzonico, Stefan Ribler, Sabrina Rohner, Andrea Ruckstuhl, Simon Schmid, Paul Schmidgal, Pascal Schönenberger, Thomas Schroth, Gabriela Schwarzkopf-Mäusli, Lena Seeger, Bea Seitz-Brägger, Andreas Suhrer, Ruth Stauffer, Bettina Steinbrunner, Lilian Troxler-Braun, Andrea Uebelhard, Monica Vetsch, Cornelia Vogler, Sibylla von Wartburg, Jack Walker, Vincent Wehrmann, Nicole Zähler, Luca Zanini.

DAVON GEHEN

WIR RAUS

Jede Reaktion ist eine Form von Kooperation. Das Gegenüber reagiert aufgrund seiner Möglichkeiten und Erfahrungen so, wie es ihm zurzeit möglich ist.

Alle Menschen gestalten ihr Leben mithilfe ihrer eigenen Ressourcen. In diesem Prozess sind sie die Köpfer und entwickeln ihre eigenen Lösungen.

Menschen haben Anspruch auf Würde und Wertschätzung.



Defizite an sich gibt es nicht, es gibt sie nur in Bezug auf geforderte Ziele.

Probleme sind Herausforderungen, die zu Chancen werden können. Jeder Mensch bewältigt sie auf seine ganz persönliche Art.

Sich an vorhandenen Fähigkeiten und am Gelingenden zu orientieren, fördert die Zuversicht und die Bereitschaft, sich weiterzuentwickeln.

Zu jedem Problem und zu jeder Schwierigkeit gibt es Ausnahmen – in ihnen liegt die Lösung.

«Standpunkte, die uns bewegen.»

Betula-Dates 2023

AGENDA

Di, 9. Mai	Sa, 13. Mai	Fr, 7. Juli	Mi, 25. Okt.	Sa, 4. Nov.	Do im Nov.	Sa, 9. Dez.
Vereinsversammlung	Reparier-Kafi am Egnacherweg	Sommerfest	Jahrmart Romanshorn mit Betula Stand	Reparier-Kafi am Egnacherweg	Begegnung & Kultur mit dem Kurzfilmfestival look & roll im Kino Roxy	Trogener Adventsmarkt mit Betula Stand