

# PROGRESSO-NEWS

Ausgabe  
05

Intensivpädagogische Betreuung in Portugal

2013/2014

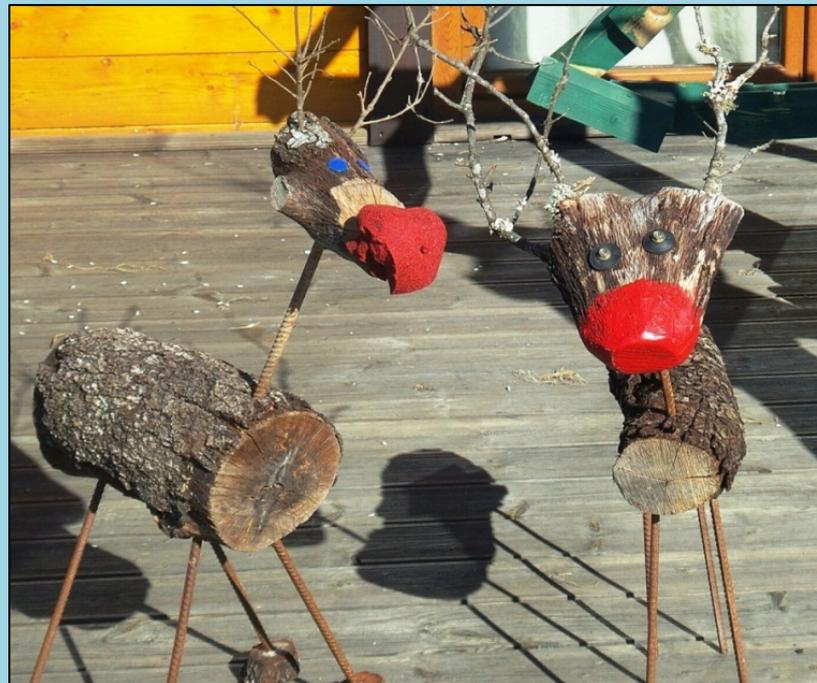
Progresso - Associação para o Apoio e Acompanhamento de Jovens em Portugal



Rua do Convento 9a  
7700-058 Almodôvar  
Portugal  
Telefax: +351 - 286 66 52 50  
Handy: +351 - 93 433 84 44  
E-Mail: [info@progresso-pt.de](mailto:info@progresso-pt.de)  
Internet: [www.progresso-pt.de](http://www.progresso-pt.de)

## INHALT

- 2 "That´s How We Roll" -  
Betreutes Wohnen in  
Almodôvar
- 4 Der große Schulumzug in ein  
neues Gebäude
- 6 Rhythmus und Tanz
- 7 Der Hike
- 8 Tag der Rätsel
- 9 Color Run
- 10 Off Road Mountain Biking in  
Santa Clara a Nova
- 11 Unser Bürorumzug
- 12 Die Kraft der Schule
- 14 Mit Jugendlichen leben und  
arbeiten
- 15 Vertrauen ist der  
Schlüssel
- 16 Warum, warum, warum und  
warum!
- 18 Auf dem Weg zu mir  
selbst
- 20 Anzeigen und Impressum



## VORWORT

Vor sieben Jahren haben wir unseren ersten Newsletter herausgegeben. Seither haben unsere Jugendlichen den Wunsch, sich daran zu beteiligen. Ich freue mich sehr, auch in der fünften Ausgabe wieder sehr zahlreiche Artikel von unseren Jugendlichen über ihre Erlebnisse und Aktivitäten veröffentlichen zu dürfen.

Neu bei Progresso ist das Betreute Wohnen. Die Gruppe stellt sich im Artikel „That´s How We Roll – Betreutes Wohnen in Almodôvar“ vor.

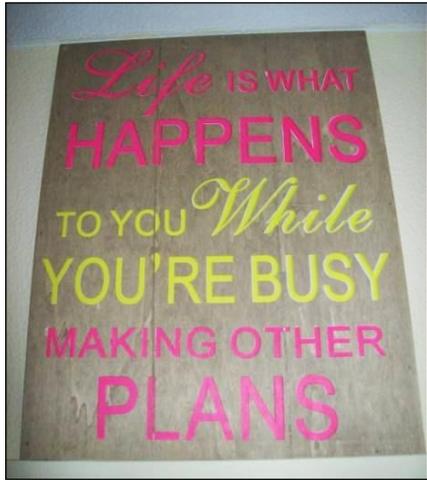
Viele Jugendliche haben ihre Maßnahme in den vergangenen zwei Sommern beendet und sind nach Ihren Prüfungen wieder in ihr Heimatland geflogen. Ich freue mich daher besonders, die ersten Artikel über ihre Erfolge zu publizieren. Auch möchte ich in diesem Newsletter nicht vergessen, allen am Betreuungsprozess Beteiligten für die Hilfe, Geduld und Unterstützung zu danken. Dies gilt vor allem unseren Mitarbeitern, Lehrkräften, Eltern, Vormündern, Jugendamtsmitarbeitern und Kooperationspartnern: TELL-US, Trotzdem e.V., und Panta Rhei e.V.

Dorit Brandauer  
Geschäftsführerin

## "That's How We Roll" - Betreutes Wohnen in Almodôvar

Wenn Jugendliche erfolgreich das Phasensystem durchlaufen haben, stellt sich bei vielen die Frage: „Was nun? Zurück nach Deutschland oder Holland? In eine eigene Wohnung?“

Schnell wurde klar, dass der Schritt von einem unserer Projekte in eine eigene Wohnung in Deutschland oder Holland ein sehr großer ist und viele Jugendliche von der plötzlichen Freiheit überfordert sind.



Daher können Jugendliche, die erfolgreich alle Phasen durchlaufen haben, in das betreute Wohnen nach Almodovar wechseln.

Die Grundidee war, dass Jugendliche das eigenständige Wohnen in einer eigenen Wohnung mit enger Begleitung üben sollen. Doch wie schon das Grundkonzept von Progresso sagt, lernen wir Menschen durch Erfahrung. Die Erfahrung zeigte uns dieses Jahr, dass dieser Schritt für einige Jugendliche noch zu groß ist und dass sie einen anderen Übergang brauchen. So fand sich ein dreiköpfiges Team zusammen, erarbeitete Konzeptansätze und überprüfte diese immer wieder auf ihre Durchführbarkeit und Wirksamkeit.

Im Mai 2014 zogen dann drei Jugendliche aus ihrer eigenen Wohnung wieder aus und in unser „Übergangshaus“ ein. Dort werden sie von einem Betreuer, der mit im Haus lebt, begleitet und beraten. Der Betreuer ist nun nicht mehr Betreuer, der sagt, was wie, wann und wo getan werden muss, sondern steht beratend zur Seite, wenn es darum geht, dass ein Jugendlicher überlegen muss, wie er alltägliche Herausforderungen und Verlockungen selbständig bewältigen kann. Wie teile ich mein wöchentliches Geld für Essen und Trinken ein? Wie gehe ich mit den vielen Freizeitmöglichkeiten um, die ein Leben in der „Stadt“ so mit sich bringt? Wie gestalte ich mein Zuhause? Wie gehe ich damit um, dass ich immer ein Handy oder Internet zur Verfügung habe? Wie kommt dabei die Schule oder die Arbeit nicht zu kurz? Wie organisiere ich mich, um meine Bedürfnisse befriedigen zu können? Was muss ich tun, wenn ich ein eigenes Konto auf der Bank haben möchte? Und so weiter und so fort. Realitätscheck: Wie wende ich die Fähigkeiten an, die ich in den vergangenen Monaten und Jahren gelernt habe und was muss ich noch lernen, um mich auf mein eigenes Leben vorzubereiten?

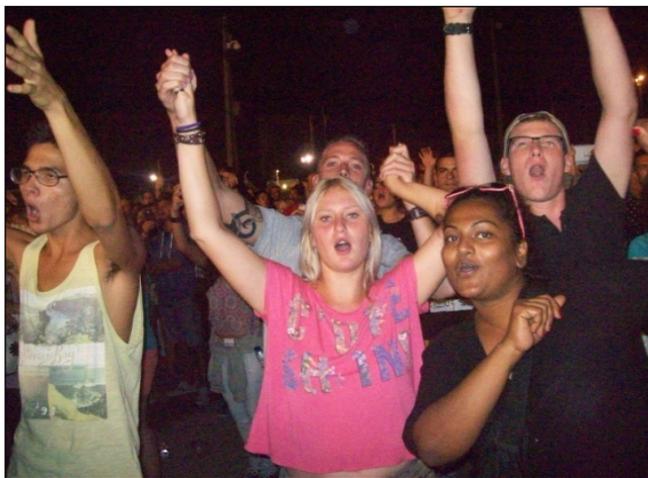
Nun blicken wir auf zwölf Monate mit vielen Veränderungen und Herausforderungen zurück und können doch mit Freude sagen, dass das betreute Wohnen zu einer meist harmonischen Gruppe verantwortungsvoller Jugendlicher zusammengewachsen ist.

Wichtige Momente dafür fanden nicht nur im Alltag statt, sondern auch unsere interessanten Sommerferien stärkten das Gemeinschaftsgefühl.



Die komplette Gruppe verbrachte fünf Tage Sommerferien beim Campen in der Nähe von Sintra. Die Ausgangslage war: Wir haben ein gewisses Budget zur Verfügung, jeder hat andere Interessen, jeder möchte etwas anderes machen, jeder muss mitplanen.

Daher organisierte jeder Jugendliche einen Tag des Urlaubs. Saru und Manu als Betreuerinnen kümmerten sich um Hinfahrt, Ankunft und Heimfahrt.



Als Einstieg besuchten wir ein Konzert von Richie Campbell und tanzten uns in die Ferien: „That’s How We Roll“.

Am Praia de Adraga in der Nähe von Sintra fanden wir einen magischen und chilligen Platz, an dem wir unsere Zelte aufschlagen konnten. Wir lernten interessante Menschen aus verschiedenen Ländern kennen, die das gleiche Ziel hatten wie wir: eine schöne Zeit verbringen.



Der erste Tag wurde von Tim geplant. Erste Herausforderung: Duschen... Wo nur finden wir eine öffentliche Dusche? Doch wen kann man in jeder Notlage fragen? DIE FEUERWEHR.

Sauber und gut riechend ab in die Weltstadt Lissabon mit ihren vielen Sehenswürdigkeiten, einfach Tourist sein und hoffentlich nicht verloren gehen.

Nach der Anstrengung des ersten Tages ein wunderbares Kontrastprogramm von Sean: Lasst uns den westlichsten Rand Europas besuchen und dann den Strand genießen! Was niemand so genau auf dem Schirm hatte: „Mann, ist das windig, kalt und, Mann, ist das Wasser eisig...“

Für die letzten beiden Tage hatten Rebecca und Ken Kulturprogramm im einzigartigen Sintra geplant.

So tauchten wir ab in die magische Welt der Serra de Sintra und sahen die Herkunft von Helden, Prinzessinnen, Königen und Gargoyles und besuchten den Palácio da Pena und die Quinta da Regaleira.

Nun hat uns die Routine wieder und wir kümmern uns in unserem neuen Team um die neuen alltäglichen Herausforderungen und die Veränderungen, die sie mit sich bringen. Wir sind alle schon freudig gespannt auf das, was die Zukunft uns noch bringt.



Manu (Teamleiterin)



## Der große Schulumzug in ein neues Gebäude



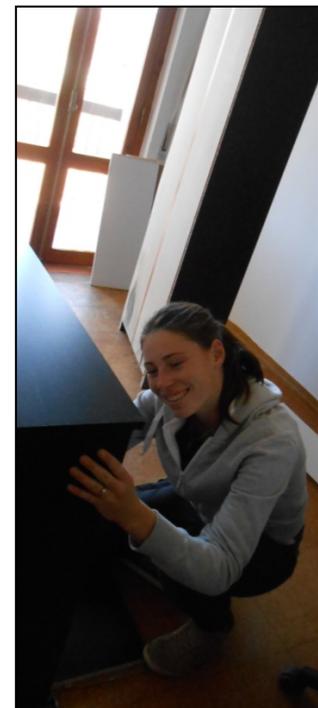
Die neue Schule ist ein Appartement im zweiten Stockwerk. Da die Schule in einem Appartementgebäude ist, müssen wir Rücksicht auf die Nachbarn nehmen, die neben und unter uns wohnen. Wir haben sehr nette Nachbarn und grüßen sie, wenn wir sie sehen. Das Gebäude befindet sich in einem schönen und ruhigen Viertel mit Bäumen, Blumen, freundlichen Haustieren, die herumlaufen und ein paar Bänken, auf denen wir die Pausen verbringen.

Das Gebäude hat drei Klassenräume, einen zusätzlichen Ruheraum, eine Küche, ein WC und ein Bad (in dem man sich umziehen kann, wenn man zur Schule geradelt ist). Es gibt drei verschiedene Schularten: die Marienschule, die Flex-Schule (Distanzlernen) und die niederländische Klasse (sie wird Casa Henk genannt, weil dort ein Skelett steht, das Henk genannt wird). Bärbel und Sabine unterrichten die deutschen Schüler und Marcia die niederländischen Schüler.

Die neue Schule ist zweifellos viel besser als die alte. Die alte Schule bestand aus zwei Räumen hinter dem Tulipa-Café. Die zwei Räume waren groß, aber es gab zu wenig Ventilation und frische Luft. Wenn man die Tür öffnete, um frische Luft hinein zu lassen, konnte man alle Autos auf der Straße hören und die Leute, die vor dem Café saßen. In der neuen Schule gibt es genügend Ventilation und wir können problemlos das Fenster öffnen, um Frischluft hinein zu lassen. Außerdem fällt im Vergleich zur alten Schule viel mehr Sonne in die Klassen. Da die Schule in einem ruhigen Viertel liegt, gibt es kaum Verkehrslärm. Die Schule ist wirklich eine Verbesserung, es gibt viele Vorteile und gibt einem ein viel wärmeres und ruhigeres Gefühl.

Um in die neue Schule umziehen zu können, mussten erst ein paar Dinge geschehen. Zuerst musste die neue Schule komplett sauber gemacht werden. Ich erhielt den Auftrag, die Schule sauber zu machen. Es hat ein paar Stunden gedauert, bis mein Auftrag erfüllt war und ich war froh über das Endresultat. Wir brauchten auch neue Möbel, das haben jedoch die Frauen vom Büro erledigt. Sie sind mit einem leeren Bus zu Ikea in Lissabon gefahren und mit neuen Bücherschränken, Schreibtischen und Uhren für die neue Schule zurückgekommen.

Der nächste Schritt bestand darin, alle Möbel, Schulmaterialien und alle neuen IKEA-Möbel zur neuen Schule zu bringen. Das hat die Quinta erledigt, wir waren eineinhalb Tage beschäftigt.



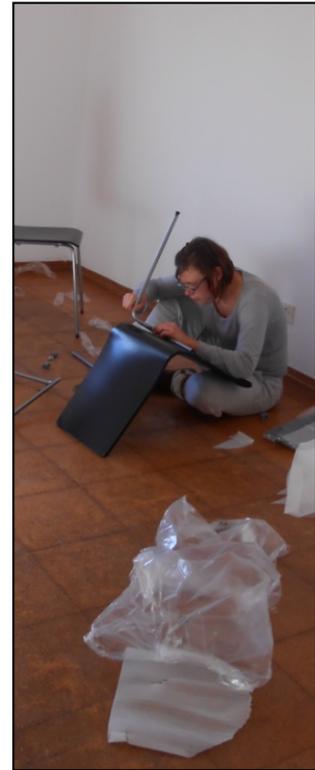


Die Bücherschränke und Schreibtische mussten wir zusammenbauen und in den Klassenzimmern aufstellen. Danach mussten wir die Schulmaterialien in die Schränke räumen, um eine echte Schule daraus zu machen. Es war ein sehr geselliger Tag und jeder hat sein Bestes getan, um die Schule so gut wie möglich einzurichten.

Ich persönlich bin sehr froh über die neue Schule. Was ich besonders schön finde, ist, dass wir nun einen besseren Ort haben, an den wir in den Pausen gehen können. Nach einer Schulstunde brauchen wir eine Pause. In der alten Schule konnten wir nur im Klassenzimmer sein, in das den größten Teil des Tages keine Sonne fiel. Es war umzingelt von großen Mauern, wir hatten keine Bänke und auch keine Aussicht auf die Natur. Nach einer Pause in der neuen Schule fühle ich mich viel wacher und frischer als in der alten Schule. Ich merke, dass jeder die neue Schule viel toller findet. Es ist auch eine tolle Schule, weil wir sie so eingerichtet haben.

Wenn ich auf den gesamten Schulumzug zurückblicke, sehe ich die ganze harte Arbeit, die hinein gesteckt wurde und was wir damit erreicht haben. Darum heißt dieser Artikel "Der GROSSE Schulumzug", da es sich um etwas Großes und Wichtiges handelt und das durch die harte Arbeit vieler Leute ermöglicht wurde. Dies ist es, was es GROSS macht. Ich denke, dass dies etwas ist, worauf wir alle stolz sein können.

Tim (Quinta do Cerro/Betreutes Wohnen)



## Rhythmus und Tanz

Hallo, ich heiße Sean und will von einer wirklich tollen Aktion erzählen, die wir gemacht haben!

An einem Tag im August 2013 hatten wir einen Tanztag auf Fronteiras. Alle Jugendlichen von allen Projekten kamen zusammen.

Quinta, Semblana und Fronteiras waren da, und auch die Kids vom Betreuten Wohnen.

Bald kamen unsere Lehrer Tessa und Wally und wir haben auf dem Fußballfeld von Fronteiras angefangen zu tanzen.



Ich dachte, dass eine Tanzaktion eine komische Sache ist, weil ich vorher noch nie getanzt hatte. Ich war auf das Schlimmste vorbereitet, es hätten ja auch Gesellschaftstänze sein können. Bis dahin hatten wir keine Ahnung vom Tanzen.

Auf dem Fußballfeld wurde uns erklärt, dass wir Hip-Hop tanzen und Rhythmen machen würden. Also zum Glück keine Gesellschaftstänze!

Für mich, und ich glaube auch für die anderen Kids, war es eine interessante Erfahrung, weil wir nicht so oft tanzen.

Ich glaube, die meisten Jungs fanden den Rhythmus gut, den wir mit den Händen, auf der Brust und auf den Schenkeln klatschten. Wir machten den Rhythmus mit unserem Körper! Es war echt gut, weil drei andere Jungs und ich den Rhythmus schnell draufhatten und dann jede Menge Spaß hatten.

Ich glaube, das Tanzen war mehr ein "Mädchen-Ding", denn die Mädels waren viel besser als die Jungs, finde ich. Ich habe mich echt angestrengt, aber ich bin immer wieder aus dem Schritt gekommen, wirklich schade!

Aber auch wenn nicht die ganze Zeit alles glatt lief, war es doch ein Riesenspaß, und danach haben wir lecker gegessen, was alle Kids zusammen zubereitet hatten. Leider gab es viele Wespen, das war weniger lustig. Aber zum Glück wurde keiner von uns beim Essen gestochen. Nach dem Essen hatten wir noch eine ganze Weile mit der ganzen Gruppe zusammengesessen und viel geredet. Es war sehr lustig und ich hoffe, dass wir wieder so eine Aktion machen!

Sean (Betreutes Wohnen)



## Der Hike



Als meine Teamleiterin mir im BSO mitteilte, dass ich mit João und Britt wandern gehe, war ich geschockt. Ich wusste nicht was ich sagen soll, am liebsten hätte ich geheult – ich habe nicht verstanden warum, vielleicht als Strafe oder so, doch nach dem Hike ist mir einiges klar geworden. Es war ganz und gar keine Strafe!

Am 27.10.2013 ging es los. Ich war total nervös und konnte die Nacht zuvor nicht gut schlafen. Ich habe mindestens sechs Mal geschaut, ob ich auch wirklich nichts vergessen habe. Als João, Britt und ich an unserem Anfangsort Almogrove angekommen sind, habe ich gedacht, jetzt gibt es kein Zurück mehr. Es war sehr anstrengend, sechs Tage lang zu laufen. Ich habe viel über mich selbst nachgedacht, aber auch an meine Familie und was die wohl gerade

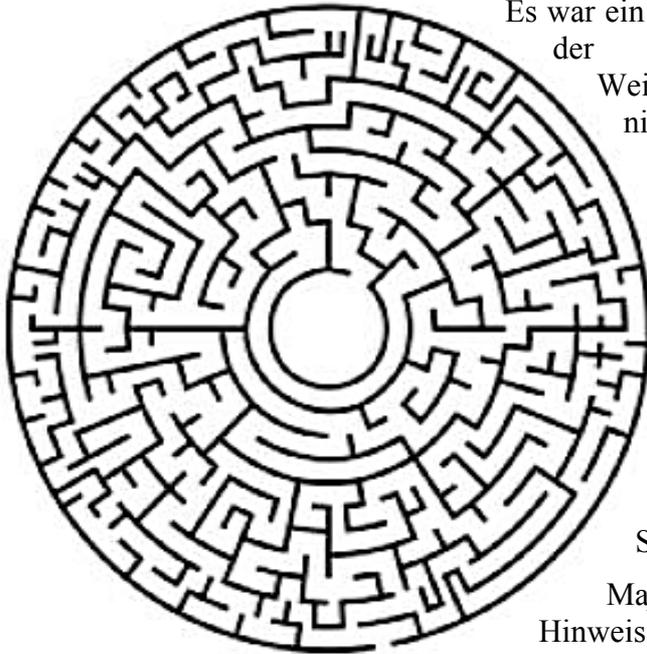
machen oder denken. Was in Deutschland passiert ist, kann ich nicht rückgängig machen, doch inzwischen sehe ich ein, dass viele Dinge, die ich getan habe, nicht in Ordnung waren. Ich habe gelernt zu vertrauen und mich auf Neues einzulassen.

Die ersten zwei Tage waren schlimm für mich, doch am dritten Tag habe ich angefangen, es zu mögen. Ich war überrascht von mir selbst, dass ich es schon fast durchgezogen habe. Um ehrlich zu sein, habe ich schon ein zwei Mal daran gezweifelt, dass es mir helfen könnte, doch jetzt im Nachhinein denke ich, es war eine gute Sache. Ich gehe selbstbewusster an Dinge heran und gebe nicht so schnell auf. Es war für mich sehr wichtig, danach meiner Mutter einen Brief zu schreiben, ohne Angst zu haben, wie sie reagieren könnte. Ich finde, es war eine sehr positive Erfahrung.

Kim (Nova Sembla)



## Tag der Rätsel



Es war ein ganz normaler Tag für die Jugendlichen der Quinta do Cerro. Es waren Weihnachtsferien. Alle waren sehr niedergeschlagen wegen dem Wetter – Regen, Wolken und Wind.

Dann sagten die Erzieher und Praktikanten, dass wir eine Schatzsuche machen. Wir müssten immer einen Hinweis finden, der dann zum nächsten führt. Wir dachten, das sollte ja nicht so schwer sein. So bildeten wir Teams. Tim und Sean, Patricia und Nathalie, Maja und ich gingen also auf die berühmte Schatzsuche.

Maja und ich hatten schon bei dem ersten Hinweis Probleme, der bei uns lautete: „from the rest is nothing left“. Da dachten wir sofort an das Essen von Weihnachten und liefen zum Kühlschrank. Dort fanden wir auch einen Hinweis, aber leider nicht den nächsten. Wir beiden hatten am Anfang überhaupt nicht realisiert, dass es nach Reihenfolge geordnet war. Auch die anderen Teams gerieten manchmal ins Grübeln, wo denn der nächste Hinweis sei. Die Verstecke der Briefumschläge waren im gesamten Umfeld der Quinta verborgen. Manchmal waren die Betreuer auch sehr clever und haben uns von A nach B rennen lassen und wieder zurück nach A. Dennoch haben alle Teams nach und nach alle Hinweise gefunden. Unsere Suche führte uns zur Garage, zu den Pferdeställen, zur alten Ruine, zum Kühlschrank, zum Holzhaus, zum Hühnerstall, runter ins Pferdefeld und dann schlussendlich zum Fluss an unserem Garten. Wir dachten eigentlich, dass es damit zu Ende sei, aber da lagen wir falsch. Denn in allen Briefumschlägen waren auch Puzzleteile, welche wir nun im Team zusammensetzen sollten. Da auf der Rückseite ein Text zu erkennen sein sollte, mussten wir nun mit logischem Denken versuchen, ihn zu entziffern, denn die Schrift unserer Erzieher ist nicht so ordentlich.

Aber wir schafften es und erfuhren, dass wir eine Gruppenaufgabe zu erfüllen hatten. Unsere Aufgabe hieß, ein Paket von einer Insel zu holen, die in Form von Seilen dargestellt war. Wir durften aber nicht in den Kreis treten und auch die Hilfsmittel durften den Boden nicht berühren. Wir entdeckten ein Kletterseil von über 100 Metern Länge, einen Klettergurt und einen Karabiner. Nach unzähligen Diskussionen kamen wir zu einer Lösung. Wir befestigten das eine Ende des Seiles am Baum. Das andere Ende hielten wir alle so fest, dass es nicht den Boden berührte. So spielte Tim die Rolle des Retters, angelte das Paket, indem er wie ein Affe am Seil kletterte. Wir öffneten vorsichtig das Paket und zum Vorschein kam ein Kinogutschein.

Unsere Schatzsuche war zu Ende. Wir machten ein Lagerfeuer und aßen Stockbrot (Knüppelkuchen). Wir hatten alle einen kleinen Lachanfall, als Patricias Marshmallow Feuer fing und in blauer Farbe erleuchtete. Uns allen kamen schon die Tränen vom vielen Lachen. So saßen wir dort eine Weile und ließen den Abend langsam ausklingen. Wir haben diesen Tag alle sehr genossen und viel Spaß gehabt.

Vanessa (Quinta/Betreutes Wohnen)

## Colour Run



Am 17.05.2014 führen das Quinta- und das betreute Wohnen Team zum Color Run über fünf Kilometer nach Lissabon (Cascais).

Wir trafen uns alle um 10.00 Uhr vor der Schule, packten alles, und mit dem Bus fuhren wir knappe zwei Stunden Richtung Almada.

Als wir dann dort ankamen, bekamen wir unsere Nummern, T-Shirts, Schweißbänder, Sticker und jeder einen Paken Farbe, von dem wir auch sofort Gebrauch machten.

Dann gingen wir zum Start, wo wir ein bisschen warten mussten, da sehr viele Leute mitmachten und wir nicht alle gleichzeitig loslaufen durften, da es sonst ein zu großes Durcheinander gegeben hätte.

Man konnte den Leuten ansehen, dass sie alle Spaß hatten – wir natürlich auch. Selbst kleine Kinder liefen mit ihren Eltern mit. Die hatten selbstverständlich einen Riesenspaß an den Farbstationen, wälzten sich auf dem Boden herum und bewarfen sich



gegenseitig mit Farbe. Aller zwei Kilometer gab es Wasser und man hatte einen wunderschönen Ausblick auf das Meer. Wir machten uns über die anderen Leute lustig, die genauso komisch aussahen wie wir oder sogar schlimmer, und hatten somit unseren Lachkonsum für die ganze Woche.

Nach dem Laufen hatten wir alle Hunger und beschlossen, etwas zu essen. Dazu mussten wir auch etwas länger anstehen, weil natürlich alle Läufer nach dem Laufen Hunger hatten. Als wir dann endlich unser Essen hatten, haben wir unseren Hot Dog auf einer Treppenstufe mit Meeresblick genossen.

Rebecca (Nova Sembla/Betreutes Wohnen)



## Off Road Mountain Biking in Santa Clara a Nova

Am 8. Juni 2014 sind Ken, Rebecca und ich morgens um sechs mit dem Rad 10km von unseren Häusern in Almodôvar nach Santa Clara a Nova gefahren. In Santa Clara haben wir unsere Betreuerin Saru getroffen. Sie sollte ebenfalls die 35km mit dem Rad fahren, sie wurde jedoch leider krank. Doch sie ist zur moralischen Unterstützung gekommen.

In dem Dorf liefen überall Radfahrer herum, etwas mehr als hundert. Sie hatten alle professionelle Fahrradkleidung an und bildeten Teams. Wir waren das 'Team Progresso'. Wir bekamen alle ein Namensschild mit unserem Namen und eine Nummer für unsere Fahrräder. Die Veranstalter haben für das Frühstück für alle Radfahrer gesorgt. Außerdem bekamen alle Radfahrer ein Geschenk. Darin waren ein Alentejo-Brot und Honig aus der Region.



Wir haben um 9 Uhr mit dem BTT angefangen. Den ersten Hügel sind wir zu dritt heruntergefahren. Als unser Athlet Ken sah, wie weit Rebecca und ich hinter ihm waren, ist er den ganzen Parcours alleine weitergefahren. Am Anfang war es sehr motivierend, dass Ken voraus fuhr. Wir versuchten ihn einzuholen, aber wir gaben schließlich auf und gingen davon aus, dass er zu weit vorne war. Rebecca und ich waren müde. Wir waren zwar daran gewöhnt, 20km mit dem Rad zur Schule zu fahren, bevor wir nach Almodôvar umzogen, aber das war auf der Straße. Dies war Mountain-Biking. Wir hatten das noch nie zuvor gemacht: Jeden Hügel hochzuradeln, durch Flüsse hindurch und auf beschwerlichen Wegen mit viel Sand und vielen Steinen. Uns ist damals klar geworden, dass wir nicht die richtige Kondition hatten, um 35km offroad zu fahren.

Ungefähr 5km vor dem Ende beschlossen Rebecca und ich, eine Pause im Schatten des einzigen geeigneten Baumes in der Umgebung zu machen. Irgendwann war Rebecca total am Ende und rief Saru an, um uns abzuholen. Das einzige Problem bestand darin, dass wir nicht wussten, wo wir waren. Saru hat gesagt, dass Ken schon lange da war und dass sie nach uns suchen würden. In diesem Moment sagte ich Rebecca, dass sie nicht aufgeben dürfe. Wir waren bereits so weit gekommen und wenn wir das schaffen würden, würde es beweisen, wie stark wir sind und dass wir nicht aufgeben. Letzten Endes haben wir doch beschlossen, weiterzufahren. Nach ein paar Kilometern hatten wir kein Wasser mehr, aber glücklicherweise war da ein Posten der Organisation, der uns Wasser gab. Das Wasser gab uns die Kraft, die letzten Kilometer zu fahren. Als wir durchs Ziel fuhren, waren wir sehr froh und stolz auf uns selbst. Saru und Ken waren auch froh, uns zu sehen und sagten, dass sie stolz darauf waren, dass wir nicht aufgegeben hatten. Nach dem BTT bekam jeder ein gratis Mittagessen.

Das BTT war eine gute Erfahrung; wir sahen viele unterschiedliche Landschaften und haben uns verschiedenen Herausforderungen gestellt und sie gemeistert. Ich persönlich würde es sicherlich noch einmal machen. Ein paar Tage nach dem BTT sind wir in eine gute Pizzeria in Castro Verde gegangen. Ich bedanke mich bei Progresso/Tell-Us, meinen Betreuern und Gruppenkameraden für diese besondere Erfahrung. Ich hatte viel davon und wer weiß, wie meine nächste BTT-Erfahrung sein wird?

Tim (Quinta do Cerro/Betreutes Wohnen)

## Unser Bürorumzug

In den letzten zwei Jahren kam immer öfter das Gespräch auf, in ein anderes größeres Büro zu ziehen, denn in unserem Büro stapelten sich nach mehreren Jahren die Akten und unsere Bibliothek platzte langsam aus den Nähten. Zudem haben wir uns in den vergangenen Jahren immens vergrößert und letztlich ging es in unserem Großraumbüro immer öfter zu wie auf einem Bahnhof. Unser Büro ist wie ein Festland für unsere Projektinseln, wo die Post eintrifft, die Abrechnungen erfolgen, Bücher oder Filme ausgeliehen werden können und organisatorisch von unseren zwei Engeln Susana und Angela einfach alles geregelt wird.



Bisher hatten wir uns immer noch vor einem Umzug gescheut, da der Aufwand größer als das Problem schien. Denn im bürokratischen Portugal muss man neben den laufenden Rechnungsanschriften alles umschreiben, sogar die Autopapiere, was alles wiederum mit Kosten verbunden ist.

Den Anstoß zum Umzug gab uns letztlich, ohne es zu wissen, der neue Bürgermeister von Almodôvar. Als wir 2014 aus dem Osterurlaub zurückkamen, meinte unsere Administrationschefin Susana, dass wir uns erst einmal setzen sollen, bevor sie uns die Neuigkeiten erzählt. So erfuhren wir, dass die Gemeinde unseren Straßennamen über Nacht geändert hat, und dann auch noch von dem schönen Namen „Rua da Praça“ in „Rua João de Brito Camacho“ (einen wohl bekannter Mann in Almodôvar, dessen Name man sich als Ausländer jedoch nur schwer merken kann). Die Begeisterung stand uns allen ins Gesicht geschrieben...



Diesen unerwarteten „Schicksalsschlag“ nutzen wir und suchten ein neues Bürogebäude, denn wenn wir den Aufwand der Ummeldung sowieso schon haben, dann wenigstens mit einem neuen Büro.

Nach mehreren Gebäudebesichtigungen fanden wir im Oktober 2014 endlich ein passendes schönes Büro, das fast all unseren Ansprüchen gerecht wurde. Es ist zentrumsnah, hat mehrere Zimmer mit Beratungsraum, einem Raum für unsere Therapeutin, genügend Platz für alle Akten und die Bibliothek sowie einzelne Zimmer für uns, so dass jeder konzentriert und in Ruhe arbeiten kann. Was wir alle jedoch sehr bedauern ist, dass es nun kein Café mehr direkt vor unserer Nase gibt. Jetzt können wir nicht mehr mal eben schnell einen Kaffee, ein Eis oder ein Gebäck vom für uns besten Bäcker von Almodôvar holen.

Dennoch sind wir sehr glücklich über unser neues kleines Bürohaus.

Das Büroteam  
Tanja, Susana, Angela und Dorit



## Die Kraft der Schule

Mein Name ist Vanessa, ich bin 18 Jahre alt und ich habe den Entschluss gefasst, hier meinen Schulabschluss zu machen. Mein Jugendamt bewilligte jedoch nur weitere sechs Monate auf meinen Antrag auf Weiterverlängerung. So habe ich hier auf der Quinta einige Tests gemacht in denen ich mein vorhandenes Wissen prüfen sollte. Ich sollte sie schreiben ohne noch einmal vorher zu lernen. Ich bekam in den drei Hauptfächern jeweils drei Tests. Nachdem ich sie bearbeitet hatte, gab ich sie in die Hände von Frau Wolfrum und Frau Brandauer. Die ließen sie dann auswerten und telefonierten später mit der Marienschule. Die Lehrerin dort sagte, ich sei eine Realschulkandidatin, aber ein Realschulabschluss in sechs Monaten wäre mit viel zu viel Stress verbunden. So einigten wir uns darauf, dass ich in sechs Monaten meinen qualifizierten Hauptschulabschluss mache.

In den Winterferien habe ich tagsüber in meinem Zimmer gegessen und Hausaufgaben gemacht, um mich wieder in die Schule einleben zu können. Einen Monat später begann ich, zur Projektschule zu gehen. Diese Schule ist nur für die Jugendlichen von Progresso.

Ich hatte in der Schule von Anfang an Unterstützung von meiner Lehrerin Sabine Mac Key. Sie unterstützte mich in allen Fächern. Im Laufe des Monats Februar lernte ich dann eine Lehrerin von der Marienschule kennen. Ihr Name war Renate und wir kamen ziemlich schnell ins Gespräch. Wir fanden einander sympathisch. Wir redeten über meine zukünftigen Fächer: Mathematik, Deutsch, Englisch, Biologie, Geschichte, AWT (Arbeit, Wirtschaft, Technik) und Geografie. Als sie jedoch Geografie sagte, stockte mir der Atem. Denn ich wusste, ich bin eine Null in Geografie. Aber ich durfte ein Fach abwählen - ich wählte natürlich Geografie ab.

Im März kam dann auch eine andere Lehrerin zurück. Sie heißt Bärbel Fermino. So habe ich mich zusammen mit meinen beiden Lehrerinnen durch meine Materialien gearbeitet.

Ich hatte einige Anlaufschwierigkeiten mit der Marienschule. Im Laufe der nächsten Monate lernte ich aber auch meinen Prüfungslehrer kennen, Herrn Offermanns. Ich habe jede Woche eine Rückmeldung an Herrn Offermanns geschrieben und er hat mich mit seinem Verständnis unterstützt. Auch meine Lehrerinnen brachten mir Verständnis und





Aufrichtigkeit entgegen. Ich konnte mit beiden reden, wenn ich mit meinem Latein am Ende war. Ich habe alle Krisen überstanden, weil meine Erzieher und Lehrerinnen hinter mir gestanden und mich aufgebaut haben.

Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit, Wut auf mich selbst, zu hohe Ansprüche, negative Kommentare, das Gefühl zu versagen, kein Selbstbewusstsein, kein Selbstvertrauen und ständiger Stress standen bei mir in den ersten Monaten auf meiner Gefühls- und Gedankenliste.

So rückte die Zeit immer näher und vom 20.02.2014 bis 30.05.2014 machte ich mein Betriebspraktikum in einem Friseursalon, wo die Chefin auch Englisch spricht. Die Zeit war nicht ganz einfach, aber ich habe mich mit meiner Chefin größtenteils gut verstanden.

Im Juli war es dann schon so weit. Der Ernst des Lebens begann am 14.07.2014 und endete am 17.07.2014. Die Prüfungen fanden hier in Portugal statt.

Das schlimmste was mir passierte war ein Blackout in Geschichte. Ich rasselte auch zwei Punkte an einer Zwei in Mathematik vorbei. Und auch in meiner Deutschprüfung habe ich einen Punkt zur Eins vermasselt. Mein Lehrer hat geholfen, wo er konnte. Jedoch in den mündlichen Prüfungen war er sehr anspruchsvoll.

Ich war vor allen Prüfungen total nervös, aber ich habe alle Zeit der Welt gehabt, um mich zu beruhigen. Alle Lehrer sprachen mir Mut zu.

Nach jeder geschriebenen Prüfung, kontrollierten meine Lehrer mein Geschriebenes und gaben mir nach getaner zweifacher Korrektur meine Ergebnisse. Auch wenn es die Hölle war zu warten, war ich dennoch glücklich, die Ergebnisse sofort zu erhalten.

Es war echt ein wundervoller Tag. Ich war so verdammt stolz auf mich selbst, dass ich diesen Schritt gegangen bin. Jedes Geärgere, jede Verzweiflung und all der Stress und die viele Arbeit waren es komplett wert. Denn am 17.07.2014 erhielt ich meinen qualifizierten Hauptschulabschluss Typ A Klasse 10a mit einem Durchschnitt von 2,125. Das ist ein super Durchschnitt, den ich ohne die ganze Hilfe jedoch nicht geschafft hätte.

Vanessa (Quinta do Cerro)

*Wir gratulieren auch den anderen  
Absolventen aus den Jahren*

*2013/2014:*

*Shamal, Nick, Carlo, Nathalie,  
Chantal, Matthieu, Laurens,  
Stefan, Robin, Bieneke, Tim,  
Mirjam, Rebecca und Luis.*

## Mit Jugendlichen leben und arbeiten

Ein wichtiges Kriterium, um bei Progresso arbeiten zu dürfen, ist die jeweilige Persönlichkeit eines Teammitgliedes. Dabei kommt es vor, dass nicht jeder, der von Progresso ausgewählt wird, über eine pädagogische Ausbildung verfügt.

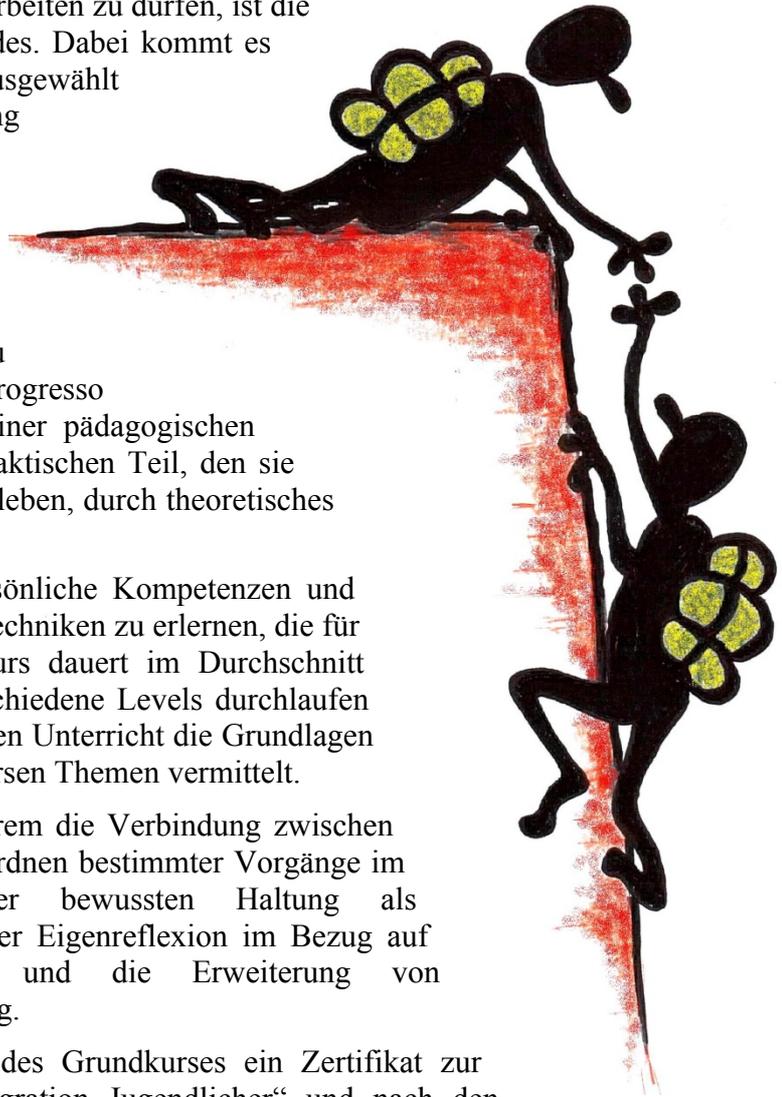
Das Trainingscenter CLCC – Centro de Línguas, Culturas e Comunicação in Portimão bietet dazu schon seit einigen Jahren den Kurs „Arbeiten und Leben mit Jugendlichen“ an, der sich genau an diese Zielgruppe wendet. Daher gibt Progresso seinen Mitarbeitern die Möglichkeit, an einer pädagogischen Fortbildungsreihe teilzunehmen und den praktischen Teil, den sie schon teilweise seit Jahren praktizieren und leben, durch theoretisches Fachwissen zu untermauern.

Weiterhin dient die Fortbildung dazu, persönliche Kompetenzen und Wissen zu erweitern sowie Methoden und Techniken zu erlernen, die für den Arbeitsalltag notwendig sind. Der Kurs dauert im Durchschnitt ungefähr ein Jahr und es müssen drei verschiedene Levels durchlaufen werden. In jedem Level werden in 40 Stunden Unterricht die Grundlagen verschiedener pädagogischer Inhalte zu diversen Themen vermittelt.

Spezielle Ziele des Kurses sind unter anderem die Verbindung zwischen Theorie und Praxis, das Erkennen und Einordnen bestimmter Vorgänge im Betreuungsalltag, das Annehmen einer bewussten Haltung als Betreuerpersönlichkeit, die Verbesserung der Eigenreflexion im Bezug auf eigene Denk- und Verhaltensmuster und die Erweiterung von Handlungsmöglichkeiten im Betreuungsalltag.

Die Teilnehmer erhalten nach Abschluss des Grundkurses ein Zertifikat zur Qualifikation als „Betreuer zur Sozialintegration Jugendlicher“ und nach den darauffolgenden erfolgreich absolvierten Levels die Qualifikation zum „Beschäftigungstherapeuten für Jugendliche mit Integrationsproblemen“.

Saru (Betreuerin)



## Vertrauen ist der Schlüssel

Vom 18. bis 22.08.2014 haben wir mit der Therapeutin Jutta eine therapeutische Woche unternommen. Am ersten Tag haben wir gelernt, welche Gefühle wir haben und warum/wann sie entstanden sind. Wir haben auch über die Gründe diskutiert, warum wir was fühlen. Wir haben gelernt, es gibt keine negativen Gefühle, man stuft sie selbst nur als negativ ein. Im Grunde ist jedes Gefühl positiv. Dann haben wir ein Arbeitsblatt bekommen bei dem unsere Aufgabe war, unsere Gefühle zu beschreiben. Dafür sollten wir uns ein Gefühl aussuchen, welches wir zum letzten Mal hatten und dazu den Gesichtsausdruck, unsere Haltung, unsere Gedanken und Empfindungen ausdrücken. Einige von uns fühlten sich mit dieser Aufgabe überrumpelt, andere wiederum fühlten sich erleichtert nach dieser Aufgabe.

Wir machten auch einen EQ-Test. Dies ist ein Test, bei dem man herausfindet, wie gut man auf bestimmte Dinge reagiert, welche Emotionen man in welchem Moment hat und wie gut man seine Gefühle und Gedanken kontrollieren kann. Einige schnitten gut ab, einige nicht. Aber das ist von Person zu Person unterschiedlich. Im Grunde ist kein Ergebnis in diesem Test negativ und keine Antwort falsch, weil man mit Hilfe seiner Gefühle antwortet. Um bessere Selbstkenntnis zu erhalten, haben wir mit verschiedenen Musikrichtungen auch kreative Bilder gezaubert. Sie sind alle sehr unterschiedlich, weil wir alle unterschiedliche Charaktere, Gefühle und Gedanken haben. Sie sind einzigartig, weil es nicht möglich ist, uns zu kopieren!

Vanessa, Luisa, Joy und Patricia (Quinta do Cerro)

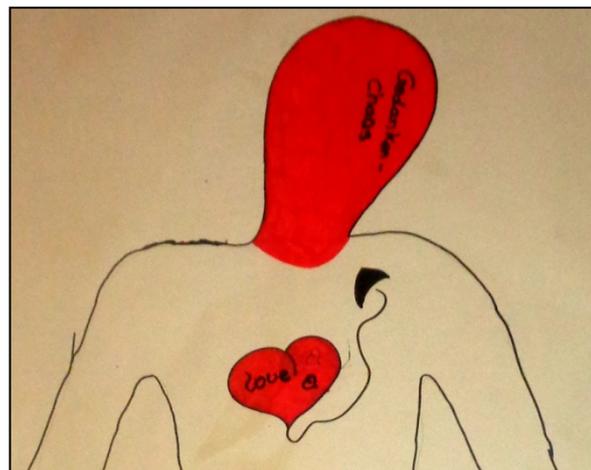
Jemand nannte mich mutig, an der Projektwoche über emotionale Intelligenz mitzumachen, da diese auf Deutsch stattfand und meine Muttersprache Niederländisch ist. Selbst denke ich, dass dies nichts mit mutig sein zu tun hat. Ich vertraute dem Therapeuten und den anderen Mädchen, dass sie mir helfen würden, wo es notwendig sein sollte und das haben sie auch getan.

Vertrauen und Emotionen waren die Hauptthemen während dieser fünf Tage.

Am ersten Tag habe ich geschaut, wie jeder so ist. Wie viel will ich dieser Gruppe Mädchen, von der ich die Hälfte nicht kenne, erzählen? Während der Übungen habe ich mich selbst besser kennengelernt und konnte mich jeden Tag ein bisschen mehr öffnen.

Die Übungen waren manchmal ein bisschen blöd und kindisch, aber sie hatten alle ihren Zweck, was ich währenddessen bemerkte. Wir machten Übungen mit Bewegung, Schreiben, allein und zusammen mit anderen, und mit Zeichnen und Malen. Wir machten auch jeden Tag eine Entspannungsübung. Die Übungen, bei denen ich zeichnen und malen musste, fand ich am schönsten und es fühlte sich sehr natürlich an. Ich konnte auf diese Weise meine Gefühle und Emotionen besser begreifen. Manchmal konnte ich buchstäblich sehen, was ich fühlte, was ich nicht konnte, wenn es mir nur durch den Kopf ging. Während der Übungen musste ich manchmal lachen und manchmal sogar weinen, aber das war okay. Niemand urteilte über mich oder meine Gefühle. Alle meine Gefühle sind okay so, wie sie sind. Das ist die wichtigste Erfahrung, die ich in diesen Tagen gemacht habe.

Bieneke (Nova Sembla)



**Warum, warum, warum und warum!**

Ich bin Luis. Ich bin in Brasilien geboren und adoptiert, was später noch mal wichtig wird. Und am 14.01.2012 bin ich nach Portugal in das Projekt Progreso gekommen.

Viele fragen mich, Luis, was ist das eigentlich? Wie kann man sich das vorstellen? Oder sie beneiden mich, dass ich in Portugal lebe. Klar denkt man sofort ans Meer und an die Sonne, das gebe ich zu. Doch um ehrlich zu sein, bin ich einen weiten Weg gegangen, bis ich den Traum vom Leben am Meer verwirklichen durfte. Ich fange mal von vorne an.

Ich bin am 13.01.2012 mit meinen Eltern nach Hasenwinkel gefahren, um mich dort mit meinem Jugendamt und Dorit, der Geschäftsführerin aus Portugal, zu treffen. Ich war nervös. Immerhin wusste ich ja, was mir bevorstand, dass ich alleine nach Portugal, in ein fremdes Land gehe, zu fremden Personen, die mir sagen wollen, wie ich mich zu verhalten habe. Bis ich im Flugzeug saß, konnte ich nicht glauben, dass ich mich wirklich so weit gehen lassen habe, dass mein Leben aus den Bahnen gegleitet ist, dass ich keine andere Wahl als Portugal mehr hatte.

Drei Monate waren geplant! Ich dachte mir: "Ja, ich zeige denen was für ein lieber Junge ich doch eigentlich bin, und dann lassen die mich vielleicht gehen".

Das war eine schöne Illusion, haha, ich weiß noch, Dorit und ich haben alleine schon den halben Tag gebraucht, um dorthin zu kommen, weil ihr Auto auf dem Weg kaputt gegangen ist. Ich kam an, als es schon fast dunkel war, die Betreuer hatten eine Besprechung und die Jugendlichen hatten mich schon gespannt erwartet. Da brach meine Welt in mir zum ersten Mal ein. Ich war mit einem anderen Deutschen der einzige, der Deutsch sprach. Und alle anderen sprachen Holländisch und Englisch.

Ich hatte enorme Probleme, alle zu verstehen. Eigentlich habe ich mir alles immer nur übersetzen lassen und versucht, so viel wie möglich mit den deutschen Betreuern zu reden.

Wie ich bereits erwähnte, war es eine schöne Illusion, dass ich den Betreuern zeige, dass ich ja eigentlich nur ein lieber Junge bin und die mich dann wieder nach Deutschland lassen. Es ging eine Woche und ein paar Tage gut, dann bin ich im Zelt gelandet und an meine Grenzen!

Ich konnte es nicht glauben. Von einem Tag auf den anderen war ich nicht mehr zu Hause und ich musste auf einmal alles nachfragen! Darf ich auf das WC? Darf ich eine Zigarette rauchen? Und vieles mehr. Kein Warum. Keine eigenen Entscheidungen. Nicht aufstehen, wann es mir passt, kein TV, und was mich komplett verrückt gemacht hat: anfangs keine Musik. Eigentlich hatte ich nichts mehr, außer meiner Kleidung, meinen Hygienesachen und mich selbst.

Das war die Hölle auf Erden für mich! Ich dachte mir: warum, warum, warum und warum! Womit habe ich das verdient, was habe ich der Welt angetan? Ich hatte mir noch nie von irgendjemandem etwas sagen lassen, und jetzt auf einmal bestimmten Fremde über mich.

Phase eins war wichtig für mich, um Respekt und Akzeptanz zu lernen, aber vor allem, um Kleinigkeiten wert zu schätzen.

Dann kam Phase zwei. Ich hatte es geschafft, endlich Freiheit – das war mein erster Gedanke. Das lag daran, dass man in Phase zwei mehr Freiheiten bekommt. Musik, Laptop, Schule und Vertrauen von den Betreuern. Wichtig ist, dass man jetzt auch mal alleine was unternehmen darf, oder mit anderen, die sich in Phase zwei befinden.

Doch mein Übermut hat mich schnell auf den Boden der Tatsachen zurückgeholt. Ich hatte meine Familie in Brasilien gefunden, nach so vielen Jahren... Das hat mich so bewegt, dass es dafür gesorgt hat, dass ich einen Aufenthalt in Deutschland hatte.

Nachdem ich wieder aus Deutschland nach Portugal kam, zog ich alleine nach Almodôvar im Alentejo. Cool, ein Haus! Endlich bekomme ich Geld und darf mich selbst versorgen! Das schien alles leichter, als es war. Ich habe heute noch Probleme damit, wenn ich ehrlich bin, mein Geld einzuteilen. Deswegen an alle Eltern hier mal großen Respekt, dass wir Kinder immer was zu essen im Haus haben, die Wohnung sauber ist und alles was zum Thema Haushalt gehört. Das lernt man im betreuten Wohnen: selbstständig und erwachsen werden.

Doch bei mir kam noch dazu, dass ich mich auf Brasilien vorbereitet habe! Nach etwa sechs Monaten habe ich zum ersten Mal meine biologische Familie wiedergesehen. Das war eigentlich der Wendepunkt in meinem Leben, wo ich realisiert habe, dass ich froh sein kann, am Leben zu sein, dass ich gesund bin und in Europa wohnen darf.

Danach gab es für mich die Entscheidung für Deutschland oder Portugal. Ich bin geblieben und nach Lagos gezogen, der nächste große Schritt.

Seit etwa einem Jahr habe ich jetzt das Leben am Meer – nach harter und langer Arbeit. Es sind viele Tränen geflossen, es ging bergauf und bergab. Jetzt bin ich an einem Punkt, wo ich sagen kann: Danke, jetzt kann ich ohne Gefahr mein Leben ohne kriminelle Handlungen weiterleben, Dank den Mitarbeitern von Progresso!

Ich surfe und habe weiterhin Betreuung. Ich habe Homeschool, mache Capoeira, Judo, und vor allem tanze ich!

Vor kurzem habe ich mit den Les Twins getanzt und ein persönliches Gespräch mit ihnen gehabt. Und ich habe Beyoncé getroffen!

Das alles habe ich Progresso zu verdanken. Ohne deren Hilfe wäre ich glaube ich nie so weit gekommen, die Disziplin aufzubringen, für das zu kämpfen was mir Spaß macht und wo meine Stärken liegen.

Luis (Betreutes Wohnen)



## Auf dem Weg zu mir selbst



Bevor ich von meinen Erfahrungen berichte, möchte ich ein bisschen von meiner Geschichte, bevor ich nach Portugal ging, erzählen. Ab meinem zehnten Lebensjahr war ich wegen meiner schwierigen häuslichen Situation hin und wieder in Einrichtungen. Ich konnte damals keinen Kontakt mit anderen Menschen und Kindern aufnehmen, hatte größte Mühe, Emotionen zu erkennen und in Worte zu fassen, hatte Verhaltensprobleme, extrem selbstbezogenes Verhalten und Aggressionen. Bei mir wurde das Asperger-

Syndrom diagnostiziert, eine Form von Autismus. Ich selbst hatte die größte Mühe, mit meinen Aggressionen umzugehen und damit, dass ich nicht wusste, wer ich war und was ich wollte. Nachdem ich mit 16 sechs Aufnahmen in fünf verschiedenen Einrichtungen vorzuweisen hatte, waren alle Möglichkeiten, einen passenden Ort für mich zu finden, erschöpft.

Mein Betreuer vom Jugendamt wusste auch nicht mehr, wo er mich außerhalb einer geschlossenen Einrichtung unterbringen konnte. Nach der soundsovielten Suche und einem vorübergehenden Aufenthalt irgendwo, wurde die Idee Tell-Us geäußert. Am Ende der Suche blieben zwei Möglichkeiten: eine geschlossene Gruppe oder Tell-Us. Von meinen Erfahrungen mit der Aufnahme in eine geschlossene Einrichtung wussten wir, dass das auch keine gute Möglichkeit war. Tell-Us in Portugal also.

Bevor ich ging, wusste ich nicht, was mich erwarten würde. Das Einzige, was ich vorher bekommen hatte, war eine Liste von Dinge, die ich mitnehmen sollte. Darüber hinaus bin ich nie zuvor in meinem Leben geflogen und das würde mein erstes Mal sein. Auf einmal war da die Nachricht, dass ich in fünf Tagen gehen würde. Ich bin niemals zuvor so nervös gewesen wie damals.

Ich wurde von meiner Betreuerin nach Portugal gebracht. Als ich in dem Projekt "Nova Sembla" ankam, hatte ich überhaupt keine Ahnung, wo ich gelandet war und wozu das gut war. Alles war anders dort. Die Umgebung, die Art, wie die normalsten Haushaltsdinge erledigt wurden. Aber besonders die Tagesgestaltung und die Art, wie die Betreuer mit mir umgingen, war ich ganz und gar nicht gewöhnt. Mir wurde langsam immer klarer, worum es ging. In den ersten fünf Monaten habe ich stark dagegen gearbeitet. Ich dachte, dass es für mich doch keinen Nutzen hätte und dass ich letzten Endes doch wieder weggeschickt werden würde, so wie es andere Institutionen auch getan hatten.

Einer der schönsten Momente in dem Projekt ist für mich noch immer der Moment, in dem ich ausflippte, als eine der Betreuerinnen eine Bemerkung machte über eine Aufgabe, die ich vergessen hatte. Ich war so sauer, dass ich gleich anfing zu schreien und die Wasserflasche, die ich in meiner Hand hielt, in Richtung der Betreuerin schmiss. Ich brauchte meine fünf Minuten, um mich zu beruhigen, aber die bekam ich nicht. Die Betreuerin ist damals hinter mir hergelaufen und hat mich total ruhig gefragt, was los sei. Ich schrie noch immer. Die Betreuerin sagte mir, dass sie nicht böse auf mich sei, aber ich schrie weiter. Mitten im Schreien merkte ich erst, was sie sagte, hörte auf zu schreien und begann zu weinen. Sie fragte mich, ob sie mich in den Arm nehmen sollte, und das tat sie auch. Ich war so frustriert von mir selbst und das kam auf die falsche Art raus. Aber genau ab diesem Moment lernte ich, was die Betreuung für mich bedeuten konnte und dass sie mir zuhörten, auch wenn ich das häufig nicht kapierte.

Langsam fing ich an zu sehen, dass das, was ich bis dahin getan hatte, nicht funktionierte und dass es auf eine andere Weise sehr wohl funktionierte. Schritt für Schritt veränderten sich die Dinge langsam. Meinen ersten großen Erfolg hatte ich, als ich Phase 2 erreichte und wieder zur Schule durfte. Dort fing ich direkt an, für mein VMBO-TL-Examen zu lernen. Vergangenes Jahr habe ich fünf (die Hälfte) der nötigen Fächer belegt und alle geschafft. Dieses Jahr erledige ich den Rest meines Exams. Bis ich Phase 2 erreicht hatte, durfte ich meinen Eltern nur Briefe schreiben und sie mir. Der Briefkontakt mit meiner Mutter war besser als der zu meinem Vater. Durch den Briefkontakt mit meinen Eltern, lernte ich den Kontakt immer mehr schätzen. Sicher weil ich, als ich aus den Niederlanden wegzog, ohne besonderen Grund sehr böse auf sie war und nicht mit ihnen reden wollte. Ab Phase 2 durfte ich jede Woche meine Mutter anrufen. Je weiter ich in meinem Phasenplan kam, desto mehr Freiheiten bekam ich zurück. Und schließlich folgte auch Phase 3. Ich durfte wieder alleine überall hingehen, meine eigenen E-Mails versenden und bekam mehr Verantwortung.

Ich konnte Phase 3 leider aus bestimmten Gründen nicht beenden und war somit noch nicht fertig. Aber sie haben mich nicht im Stich gelassen. Ich wohne nun in einem Folgeprojekt von Tell-Us in den Niederlanden. Am Anfang fand ich es sehr schwer, hier meinen sicheren Hafen einzurichten, denn die Mädchen und die Betreuer von „Nova Sembla“ sind für mich genau wie eine Familie und das Projekt mein Zuhause. Jetzt kann ich Stück für Stück besser akzeptieren, dass ich hier in den Niederlanden mein Zuhause einrichten muss. Es bleibt schwierig, denn es kostet mich viel Zeit, Menschen vollständig zu vertrauen.

Wenn ich zurückblicke, wie ich vor zwei Jahren gewesen bin und wie ich nun bin, sehe ich viele Veränderungen, unter anderem, dass ich nun wieder Vertrauen darin habe, dass sich alles zum Guten wendet und ich mich selbst retten kann, wenn ich hier fertig bin. Ich weiß jetzt, dass alle Gefühle und Emotionen, die ich habe, sein dürfen wie sie sind, denn letztendlich hast du nur dich selbst, wenn du Gefühle und Emotionen unterdrückst oder wegschiebst. Ich habe keine Probleme mehr mit meinen Aggressionen und komme nun mit meinen Gefühlen und Emotionen zurecht. Ich habe auch 34 Kilo abgenommen, indem ich das Programm befolgte.

Zusammenfassend ist das Projekt für mich ein Tritt in den Hintern gewesen, den ich bitter nötig hatte, den mir aber in den Niederlanden niemand geben konnte. Das Projekt bestand nicht nur aus guten und schönen Augenblicken. Es gab Momente, in denen ich am liebsten aufgegeben hätte, aber letzten Endes sind dies die Momente, in denen ich am meisten gelernt habe. Und ich bin, wie ich bereits gesagt habe, noch nicht fertig und ich werde den Rest meines Lebens dazu benötigen, mich selbst kennenzulernen. Denn so, wie sich das Leben ständig verändert, verändere ich mich auch.

Bieneke (Nova Sembla)



- ANZEIGENSEITE -

Für alles was war - danke!  
Zu allem, was sein wird - ja!

Herzlich Willkommen auf dieser Welt!



Rocky + Milly



Noa Serafina  
Brandauer,  
28.02.2013

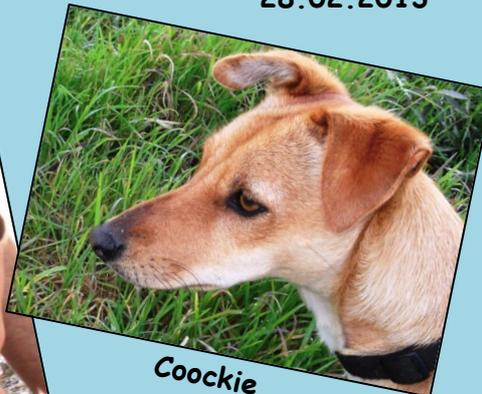


Lilu Amanda Jo Glover,  
09.01.2014

Wir trauern um...



Zwerg



Cookie

Produced by:  
Fronteiras



Bestellungen  
jederzeit möglich...!

**Redaktion**

Progresso  
Rua do Convento 9a  
7700-058 Almodôvar

Telefax.:

+351 - 286 665 250

Handy:

+351 - 93 433 84 44

E-Mail:

info@progresso-pt.de

Internet:

www.progresso-pt.de

**Gestaltung/Texte**

Katrin, Manu,  
Saru, Dorit,  
Bieneke, Luis,  
Tim, Sean,  
Kim, Vanessa,  
Rebecca, Luisa,  
Joy und Patricia

Redaktionsschluss  
31.12.2014