PROGRESSO-NEWS

Jubiläumsausgabe
07 Intensivpädagogische Betreuung in Portugal 2017 - 2019

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
Internet: www.progresso-pt.de

INHALT

2 Vicky´s Wanderung
3 Feuer in Monchique
4 Die "Quinta do Cerro" und ihre Pferde
5 Therapeutisches Reiten
6 Die Verselbständigungs-gruppe – Counselled Living
7 HIIT - High Intensity Interval Training
8-9 Der Feuerlauf
10-13 **10** Jahre Progresso und wie wir das Laufen lernten
14-17 Progresso aus Sicht eines ehemaligen Jugendlichen
18-19 Progresso aus Sicht der Eltern
20 Der Besuch meiner Familie
22 Der Besuch einer Mutter
22 Musik verbindet
23 Progresso got Talent
24 "Holding" – Sicherheit in Krisensituationen
25 Schule bei Progresso – ein Lehrer erzählt
26 Praktikum mit Tieren bei Shanti
27 Praktikum im Schwimmbad
28 Gedicht und Impressum

10 Jahre Progresso

VORWORT

Es ist kaum zu glauben, dass Progresso nun schon mehr als 10 Jahre aktiv ist. Die Zeit ist so schnell vergangen.

Anlässlich der Jubiläumsausgabe habe ich einen Artikel geschrieben, der noch einmal alle für mich wichtigen emotionalen Stationen von Progresso in den vergangenen 10 Jahren aufzeigt.

Besonders gefreut haben wir uns über die vielen tollen und positiven Feedbacks von ehemaligen Jugendlichen und auch der Eltern. Leider können wir nicht alle abdrucken.

Mein besonderer Dank gilt mit dieser Ausgabe unseren MitarbeiterInnen, die in manch schwierigen Situationen außergewöhnlichen Einsatz zeigten und ohne deren fachlich hohe Kompetenz und persönliches Engagement Progresso und die uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen nie da wären, wo sie jetzt sind.

Danke an alle Mitwirkenden des Newsletters und viel Spaß beim Lesen!

Dorit Brandauer
Geschäftsführerin

Vicky`s Wanderung

Ich habe für 2 Wochen eine Wanderung gemacht mit verschiedenen Betreuern. Es war gut, mal von der „Quinta do Cerro“ raus zu kommen und etwas Neues zu sehen.

Die Wanderung war hart, aber hat irgendwie auch Spaß gemacht. Einmal hatte ich echt keine Lust mehr und wollte nicht mehr weiterlaufen, aber ich habe es trotzdem durchgezogen.

Wir sind um die 13 km am Tag gelaufen und nach einiger Zeit gewöhnt man sich auch daran, so weit zu laufen.

Wir haben uns selbst versorgt mit Essen machen. Wir haben im Zelt geschlafen. Wir mussten uns öffentliche Duschen suchen. Wir sind sogar manchmal in einem Restaurant essen gegangen. Wo ich dann wieder auf der Quinta war, habe ich mich gefreut, dass ich es geschafft habe.

Ich habe mich auch stärker gefühlt.

Vicky (JWG Quinta do Cerro)

Feuer in Monchique

Im Sommer 2018 gab es große Waldbrände in den Bergen von Monchique, unweit von Almodôvar. Die portugiesische Feuerwehr „Bombeiros“ war Tag und Nacht im Einsatz und bat auch die Bevölkerung um Unterstützung.

Wir halfen - so wie glücklicherweise viele weitere Leute.

Zwei Autos hatten wir gefüllt mit unseren Spenden, wie Wasserflaschen, Milch, energiespendenden Müsliriegeln und 50 Kilogramm Hundefutter. Progresso half zusammen mit „Café Boca Doce“, „Castro Gym“, Katia M. und Sara L.

Als wir gemeinsam in Portimaõ ankamen, waren bereits viele andere Helfer vor Ort. Sie alle zeigten sich beim Ausladen der Spenden behilflich. Einige bereiteten sich darauf vor, zu dem großen Waldfeuer zu fahren, wo zu diesem Zeitpunkt immer noch über 1000 Feuerwehrmänner darum kämpften, das Feuer zu löschen.

Danach fuhren wir etwas näher an das Feuer heran, um das Hundefutter abzugeben. Dort trafen wir noch mehr ehrenamtliche Helfer, die alles gaben, um so viele Tiere wie nur möglich vor dem Feuer zu schützen. Alle waren sehr erschöpft, auch die Tierärzte, die dort halfen.

Eine Woche nach Beginn des Feuers wurde es schließlich erfolgreich von den Bombeiros gelöscht. Glücklicherweise konnten alle Menschen gerettet werden.

Joao (Betreuer JWG Nova Sembla)

Die "Quinta do Cerro" und ihre Pferde

Als ich vor 10 Jahren bei Progresso anfing, bestand unser „Pferdeteam" aus ganz anderen Pferden als heute. Es gab eine Pferdefamilie, bestehend aus der Mutter „Joana", die damals bereits 28 Jahre alt war und ihren Kindern „Curioso", „Lesley" und „Nina". Außerdem hatten wir ein weiteres Pferd „Bob" von unserem Nachbarn bekommen, welches bereits eine Reitausbildung hatte. Alle Pferde waren misstrauisch und nervös gegenüber Menschen. Curioso und Lesley hatten bisher sehr wenig Umgang mit Menschen. Das Pferdetraining hat mit der Arbeit der uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen stattgefunden. Da Pferde sehr empfindsame Tiere sind, die die Gefühle der Menschen spiegeln, war es ein langandauernder Prozess. Schließlich ist es gelungen, das Vertrauen jeweilig auf beiden Seiten zu gewinnen und gleichzeitig so einfühlsam und sicher wie nur möglich zu arbeiten.

Vor ungefähr sechs Jahren kam das Pferd „Quinten" hinzu. Er hatte zuvor in dem Projekt „Fronteiras" gelebt und wurde von seiner Pferdegruppe nach dem Tod seines Kompagnons „Mel" nicht mehr akzeptiert. Quinten ist ein sehr erfahrenes, ausgebildetes Reitpferd. Mit seiner Bodenständigkeit hat es den Menschen sowie auch den Pferden geholfen, Vertrauen aufzubauen und Selbstsicherheit zu gewinnen. Mittlerweile haben Quinten und Bob eine Freundschaft entwickelt – sie sind am liebsten zusammen unterwegs.

Die beiden jüngsten Pferde Lesley und Curioso haben sich inzwischen zu hervorragenden Therapiepferden entwickelt. Die Zusammenarbeit mit Melanie, Ana, mir und den vielen Kindern und Jugendlichen, die das Projekt durchlaufen haben, half ihnen das Vertrauen zu Menschen aufzubauen.

Joana verstarb am 31. Mai 2019 im Alter von fast 40 Jahren. Sie war das klügste und weiseste von allen Pferden, denn Joana hatte im Laufe der Jahre gelernt, die Stalltüre selbst aufzumachen, obwohl wir immer wieder verschiedenen Riegel ausprobiert hatten. Sie ließ dann die anderen Pferde aus ihren Ställen heraus (aber nur die, die sie mochte ☺). Ihre drei Kinder haben von ihr den gleichen Trick gelernt und treiben nun Unfug zum Gedenken an Joana.

Momentan haben wir ein Pferdeteam mit fünf Pferden. Jedes hat seine eigene Persönlichkeit und seine eigenen besonderen Fähigkeiten. Es ist immer sehr interessant zu beobachten, bei welchem Pferd und Jugendlichen eine Bindung entsteht. Zu diesem Thema ist auf der nächsten Seite in Anas Bericht zum „Therapeutischen Reiten" zu lesen.

Lisa (Betreuerin JWG Quinta do Cerro)

Therapeutisches Reiten

Therapeutisches Reiten ist eine therapeutisch-pädagogische Methode, die in einem interdisziplinären Ansatz Reittechniken, Aktivitäten rund ums Pferd sowie wissenschaftliches Wissen aus den Bereichen Gesundheit, Bildung und Reitsport miteinander verbindet.

Speziell ausgebildete Pferde werden als Co-Therapeuten eingesetzt. Diese sollten physisch und mental stabil, sowie offen in der Interaktion und selbstbewusst in ihrer Bindung zum Menschen sein.

Natürlich kam die Frage auf, ob wir auf der Quinta do Cerro überhaupt in der Lage wären, eine stabile Bindung zu den Pferden aufzubauen. Das Verhalten der Pferde, welches aufgrund ihrer früheren Erfahrungen inneren Widerstand spiegelte, war definitiv ein Faktor der dagegen sprach. Trotz dieser Tatsache schaffen es die Pferde der Quinta do Cerro immer wieder aufs Neue, sich an die jungen und größtenteils traumatisierten Menschen anzupassen.

Beim therapeutischen Reiten gehen wir davon aus, dass das Pferd ein Spiegel unserer Persönlichkeit ist - und das in jeder Phase der Therapie: von der Auswahl des Lieblingspferdes und der Formulierung der eigenen Bedürfnisse bis hin zur Reflexion über die Beziehung zum Pferd. Meist tendieren die Jugendlichen dazu, ein Pferd mit einer ähnlichen Persönlichkeit auszuwählen, mit welchem es ihnen dann aber schwerfällt, ihre Ziele zu erreichen und die (oft gleichen) Schwächen zu überwinden.

Im therapeutischen Reiten haben Kinder, Jugendliche und Pferde oft ähnliche Ziele. Im therapeutischen Ansatz der Verhaltensmodifikation werden diese Ziele verfolgt. Laut Carlos Vasconselos sind die drei wichtigsten Werkzeuge hierfür „Kommunikation, Balance und Vertrauen“.

Oft erfüllt es die Jugendlichen mit Stolz und stärkt ihr Selbstvertrauen, wenn sie ihre Ziele mit dem Pferd erreichen. Sie verstehen, dass die größte Veränderung in ihnen selbst stattfindet. Die Beziehung zum Pferd bringt die positive Lebensveränderung und die damit verbundenen erreichten positiven Gefühle und Eigenschaften (wie Vertrauen, Geduld, Aufmerksamkeit, Ruhe) zum Ausdruck. So ist die Hilfe, die in der Quinta do Cerro geleistet wird, manchmal auch lebensverändernd.

Ana (Reittherapeutin)

Die Verselbständigungsgruppe – Counselled Living

Hallo, mein Name ist Calvin und ich bin bereits seit über einem Jahr in der Verselbständigungsgruppe.

Als ich in der Gruppe ankam, hatte ich das Gefühl, mehr Freiheit zu haben und ich fühlte mich viel glücklicher, hier zu sein. Aber ich musste auch viel mehr Verantwortung für meine Aufgaben und mein Leben übernehmen.

Ich hatte auch das Gefühl, mich mehr auf die Schule konzentrieren zu können.

Eine Woche in der Verselbständigungsgruppe sieht für mich so aus:

Montag bis Donnerstag habe ich Schule und am Montag und Donnerstag haben wir ein gemeinsames Abendessen mit der Gruppe. Außerdem machen wir zweimal in der Woche Sport, Dienstag und Mittwoch. Freitag ist Arbeitstag. Am Samstag bekommen wir das „Wochenbudget“ und putzen gemeinsam das ganze Haus. Sonntag ist ein Tag zum Entspannen. Manchmal machen wir an Wochenenden etwas zusammen, wie z.B. Kino, Strandtag, Einkaufen usw.

Einmal haben wir „Paintball“ gespielt und haben zwei Teams mit je fünf Spielern gemacht. Das Team, das zuerst alle Teammitglieder des anderen Teams getroffen hat, hatte gewonnen. Wir hatten sehr viel Spaß, vor allem weil wir auch auf unsere Betreuer schießen durften.

Dieses Jahr war hart. Ich hatte einige schwierige persönliche Herausforderungen zu bewältigen, emotionale und auch praktische.

Zum Glück bekomme ich jederzeit Unterstützung von unseren Betreuern.

Ich habe sehr viel von meinem Aufenthalt hier gelernt und ich werde die Erkenntnisse daraus für meine Zukunft nutzen.

Jetzt werde ich jedoch in Holland weiter an mir arbeiten.

Calvin (Verselbständigung)

HIIT – High Intensity Interval Training

Hallo! Ich wohne in der Verselbständigungsgruppe in Almodôvar. Jeder, der hier wohnt, macht mindestens zweimal pro Woche Sport. Ich bin zusammen mit zwei der Jungs in dem Sportkurs HIIT. Das machen wir dienstagabends und freitagmittags im Piscina (Schwimmbad) von Almodôvar. Der Kurs dauert ungefähr 45 Minuten und ist sehr intensiv, wie der Name schon sagt. Es gibt einen Sportlehrer, der alle Übungen erklärt und vormacht. Sein Name ist António und er ist immer sehr enthusiastisch.

Es gibt einige unterschiedliche HIIT-Kurse, an denen wir teilnehmen können. Der erste, bei dem wir mitgemacht haben, hat vier verschiedene „Stationen“.

An jeder Station macht man eine andere Übung und diese wiederholt man viermal, bevor man zur nächsten geht. An zwei der Stationen liegen auch Gewichte. Nachdem man die vier Stationen einmal durchlaufen hat, kommen vier neue Übungen. Insgesamt sind es 3 Runden. Die zweite besteht aus einer Art Zirkel mit etwa 24 Übungen. Man beginnt mit einer Übung nach freier Wahl, wiederholt diese Übung zweimal und geht zur folgenden über bis man den gesamten Zirkel durchlaufen hat.

Der letzte ist mit allen. Hierbei hat jeder eine eigene Stange mit Gewichten. Man darf selbst wählen, wieviel man darauf haben will. Antonio macht die Übung vor und diese wird dann von allen anderen nachgemacht. Hier gibt es auch drei Durchläufe. Nach jedem Durchlauf bleibt eine Minute übrig. In dieser Minute müssen wir den „Hamburger“ machen. Der beinhaltet vier Burpees, achtmal Squats, vier Burpees, achtmal Push-Ups und noch vier Burpees.

Am Ende jeder Stunde muss natürlich noch Stretching gemacht werden. Von der motivierenden Musik, die normalerweise während der Stunde abgespielt wird, wird zu ruhiger und relaxter Musik übergegangen. Und dann stretchen wir unsere Arme, Beine, den Bauch, den Rücken, unsere Hände usw.

Ich kann es nur jedem raten, es einmal auszuprobieren! Es ist nicht nur sehr intensiv, sondern auch gesellig und schön!

Saar (Verselbständigung)

Der Feuerlauf

Diesen Frühling wollten wir unseren Jugendlichen eine Erfahrung der ganz besonderen Art ermöglichen. In Zusammenarbeit mit Dagmar Deubgen (Dipl. Sozialpädagogin, Erlebnis- und Naturpädagogik, Master-Feuerlauftrainerin, Visionsarbeit) fand am 4. und 5. April 2018 ein Erlebnisseminar auf den Projekten Quinta do Cerro (Mädchen) und Fronteiras (Jungen) statt, welche am Abend in romantischer Stimmung mit einem Feuerlauf für die Jugendlichen endete. Der folgende Bericht beschreibt das Seminar und soll einen Einblick ins Erleben der Jugendlichen geben.

Seminarbeschreibung von Dagmar:

Während des Seminars verändert sich der Blickwinkel. Durch das Entdecken eigener Möglichkeiten und Handlungsspielräume eröffnen sich neue Sichtweisen und neue Perspektiven. Die nicht alltäglichen Herausforderungen des Seminars unterstützen die Jugendlichen in ihrer Entwicklung. Sie werden motiviert, Wege zu finden, die sie ihrem Ziel näherbringen.

Kompetenzen stärken:

Um in herausfordernden Situationen kompetent handeln zu können, bedarf es einer inneren Kompetenz, die dazu befähigt, vorhandene Ressourcen zu erkennen, sie zu nutzen und auszuweiten. So ist die Fähigkeit, mit Angst und Unsicherheiten umzugehen in jedem individuell verankert. Diese Selbstkompetenz befähigt den Einzelnen, mit seinen persönlichen Strukturen adäquat umzugehen. Das Seminar bietet die Möglichkeit, eigene Strukturen zu erkennen und einen förderlichen Umgang damit einzuüben. Die Begegnung mit ungewöhnlichen Herausforderungen erweitert so den eigenen Handlungsspielraum.

Der **Feuerlauf** ist wohl eine der unmittelbarsten und effektivsten Möglichkeiten, Ängste (vor allem Entscheidungsängste) zu überwinden und Mut, Kraft und Selbstvertrauen zu aktivieren. Die Teilnahme an einem Feuerlauf bietet uns die Möglichkeit, unsere inneren Überzeugungen zu hinterfragen, zu reflektieren und dahingehend anzustoßen, den Blickwinkel zu erweitern und neue Perspektiven zu entwickeln.

Stephan (pädagogischer Bereichsleiter)

Persönliche Erfahrungen vom Seminar:

„Am 04. April 2018 fand in Fronteiras ein Feuerlauf für die Betreuer und Jugendlichen von Progresso statt.

Bevor der Feuerlauf stattfinden konnte, machten wir alle ein paar Übungen für den Teamgeist und Gruppenzusammenhalt, z.B. mussten wir uns unter vielen Fotos eines auswählen und erklären wieso wir dieses Bild gewählt haben und was wir damit verbinden.

Nach den Gruppenübungen haben wir die Feuerstelle für den Feuerlauf vorbereitet und alle gemeinsam das Feuer entfacht. Danach gab es eine kleine Pause zum Essen und Trinken.

Als es dann endlich soweit war und nur noch die Glut da war, konnte jeder, der den Mut dazu hatte über die Glut laufen.

Alles in allem war es ein sehr schöner Tag, den wir den Betreuern von Progresso und natürlich Frau Dagmar (unsere Feuerlauf Spezialistin) zu verdanken haben.“

Benjamin
(JWG Nova Sembla)

🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥🔥

„Feuerlauf“ wurde für eine Weile zum neuen Schlagwort bei Progresso. Alle fragten sich: „Würden wir tatsächlich auf Feuer laufen?“. Die Vorfreude auf das Ereignis wuchs bei allen.

Als der Tag kam, wurden wir von Dagmar und ihrer Kollegin über die Geschichte des Feuerlaufens aufgeklärt. Sie erzählte von der Idee, ganz im gegenwärtigen Moment und in der Lage zu sein, sich komplett auf die bevorstehende Aktivität konzentrieren zu können. Sie führte uns durch verschiedene Aufgaben, um Vertrauen aufzubauen und den Fokus zu behalten. Während wir alle diese Reise gemeinsam durchliefen, war nicht klar, ob das endgültige Ziel des Feuerlaufs erreicht werden würde.

Den ganzen Tag über gab es Gelächter, Verzweiflung und für einige sogar Tränen aus Rührung. Die Jugendlichen näherten sich nun dem Zeitpunkt des eigentlichen Feuerlaufs. Viele zögerten zu Beginn, andere jedoch gingen direkt, ohne einen Moment der Unentschlossenheit über die glühenden Kohlen.

Einige gingen sogar mehrmals für eine bestimmte Person über das Feuer oder sagten die Namen der Personen, für die sie gingen oder für ein Lebensziel, das sie erreichen wollten. Viele gingen Hand in Hand, zusammen über das Feuer.

Nach dem Feuerlauf saßen wir alle zusammen und aßen. Es herrschte eine ruhige Atmosphäre voll Selbstachtung. Alle Teilnehmer waren Dagmar zutiefst dankbar für diese Erfahrung.

Paola
(Betreuerin Verselbständigung)

10 Jahre Progresso und wie wir das Laufen lernten

Progresso aus dem Portugiesischen übersetzt bedeutet Fortschritt. Und Schritte machen bedeutet, unter anderem Gehen lernen. Das ist die wesentliche Idee, die viele Vereine für Jugendhilfemaßnahmen haben. Unser konkretes Motto von Progresso ist seit 10 Jahren: „Ein Schritt zurück - zur Einfachheit“. Das ist die Essenz all unseren Handelns.

Unser Selbstverständnis für Jugendliche: Den Schritt muss man dem Bein anpassen.

Progresso ist aus der Idee entstanden, den Jugendlichen ein Gruppenangebot im Ausland anzubieten, um die Identitätsfindung zu unterstützen. Außerdem wird das Erlernen von Sozialkompetenzen weit weg vom schädigenden Umfeld in einer sicheren Umgebung ermöglicht.

Doch wie konnte es soweit kommen, dass Progresso überhaupt Laufen lernen konnte?

Standpunkte gehen auf Erfahrung zurück!

Um einen Überblick zu geben, muss man manchmal in seine Vergangenheit reisen, denn dort liegen viele Wurzeln für die Gegenwart und die Zukunft. Auch die meinigen.

Ich komme aus Halle, bin in einem sozialistischen System aufgewachsen. Dort gab es Licht und Schatten zugleich. Zusammenfassend kann ich für mich behaupten: Ich hatte in der Diktatur eine schöne und sichere Kindheit. In dieser Zeit habe ich erlebt und gelernt, wie man sich gegenseitig unterstützt, füreinander da ist. Gemeinsam war man stark! Und mit der Wende hieß es: Nur du alleine zählst, nur der Beste kommt weiter…

Sehr verwirrend für eine 13-jährigen Teenagerin.

Portugal: Glück ist nicht eine Station, wo man ankommt, sondern eine Art zu reisen.

Und fast genau 30 Jahre später tippe ich jetzt hier in Portugal an diesem Newsletter. Sie fragen sich zurecht: Was hat meine Kindheit in der DDR mit dem heutigen Portugal zu tun?

Einiges. Zum Beispiel. Wir hatten damals nicht viel. Und wir von Progresso machen – wie immer schon - aus der Not eine Tugend: Man braucht einander und hilft sich gegenseitig. Unsere Haltung: Zwischenmenschliche Werte sind wichtiger als Konsum. Doch warum ausgerechnet Portugal?

Dieses Land steht für die sogenannte Calma: Ruhe, Entspannung, Gemütlichkeit, alles erscheint langsamer. Als ich im Juni 1999 das erste Mal mit dem Bus den Fluss Mondego nach Coimbra überquerte, entschloss ich mich, dass ich hier, in der ältesten Universitätsstadt Europas, studieren werde.

Ein Jahr später büffelte ich in der Bibliothek für mein Pädagogikstudium.

Drei Dinge, die mich bis heute noch an Portugal verzaubern: Der fast immer blaue Himmel, die Freundlichkeit sowie die Gelassenheit der Menschen.

An dieser Stelle überspringe ich zwei bis drei Kapitel meines Lebens und lande im Jahr 2006. Das war ein wichtiger „Milestone“, würden Marketingprofis jetzt sagen. 2006 haben wir Progresso gegründet. Ohne zu wissen, ob wir es in Portugal schaffen, unseren Traum zu verwirklichen.

Gehen lernt man durch Stolpern

2007 war das Jahr der Werbetouren. Klingt vornehm. Ich sage: „Ganz banales Klinkenputzen.“ Das sah dann so aus: Hans (Chef unseres ersten Kooperationspartners Rückenwind e.V.), Tanja Wolfrum und ich sind durch ganz Deutschland von Jugendamt zu Jugendamt gereist, um unser einzigartiges Konzept zu präsentieren.

Ihr ahnt bestimmt schon, wie diese Reise ausgegangen ist. Viele Jugendämter fanden unser Konzept toll. Aber keiner wollte in uns investieren.

Der größte Schritt ist über die Schwelle

Der erste bewegende und aufregende Moment war der 14. September 2007, denn an diesem Tag startete Progresso, das waren damals Tanja, Mark und ich, mit der Betreuung zweier holländischer Jugendlicher auf der Quinta do Cerro. Erst hatten wir Sorgen, wegen der Sprachbarriere.

Doch es kam anders. Nämlich viel besser. Die Betreuung in einer anderen Sprache hat sich positiv auf die Entwicklung der Jugendlichen ausgewirkt. Wir wissen heute. Sie konnten nicht auf ihre alten Verhaltensmuster zurückgreifen, und mussten damit eine neue und gesündere Kommunikation erlernen.

Der zweite Schritt hinterlässt Spuren: Die Eröffnung von Fronteiras 2009

Die Anfragen wuchsen. Damit auch der Platzbedarf. Wir und Jan Mulder, Chef unseres holländischen Kooperationspartner hatten nicht viel, starteten mit Wohnwagen.

Aus den Wagen wurden allmählich Mobile Homes, die wiederum haben sich in Holzhütten verwandelt.

Manchmal haben wir uns wie die SiedlerInnen und Pioniere im Wilden Westen gefühlt. Passt ja auch irgendwie, Portugal liegt im Westen Europas – und ganz schön wild war es auch. Und so ganz ehrlich – richtig zahm waren wir nie.

Durch viele Schritte gewinnt man an Sicherheit

Fünf Dinge veränderten Progresso über die Jahre:

1. Die intensivpädagogischen Einzelbetreuungsstellen,
2. Die Eröffnung unseres Büros sowie der Schule,
3. Das Time-Out Programm,
4. Die Eröffnung von Nova Sembla und
5. Die Verselbständigungsgruppe

Fangen wir mit den Einzelbetreuungsstellen an. Nicht wenige Kinder und Jugendliche brauchen in unserem Kontext besondere Zuwendung, um ihre Kindheit aufzuholen. Hierfür haben wir in Portugal seit 2009 passende Betreuungsstellen gesucht – und gefunden.

Nächster wichtiger Schritt für Progresso, und damit reisen wir in das Jahr 2010, war die Eröffnung unseres Großraumbüros mit unserer ersten und nicht mehr wegzudenkenden Sekretärin Susana. Ebenso fand dort zu Beginn auch die Beschulung unserer Jugendlichen statt.

Time Out: Ein richtiger und wichtiger Schritt zur Auszeit

Im Jahr 2011 erweiterten wir unser Programm mit der Time-Out Maßnahme. Hinter der englischen Vokabel versteckt sich die simple Idee einer Auszeit, die für Jugendliche installiert wurde, welche sich in einer Krise befinden, von persönlichen, familiären oder sozialen Schwierigkeiten betroffen sind und für die zum Beispiel eine Übergangslösung im Rahmen einer stationären Unterbringung notwendig war. Insgesamt gibt das Angebot Zeit und Raum für die gründliche Erziehungsplanung und dafür, eine geeignete Hilfeform zu finden.

Im März 2012 ist die kleinste und 3. Jugendwohngruppe „Nova Sembla“ entstanden. Der Name entstand aus einer Mischung des nahgelegenen Dorfes „Semblana“ und der Geschichte der Entdeckung der Insel „Nova Zembla“.

Und ganz wichtig bei Progresso – man kommt, um zu gehen

Aus den Erfahrungen der bisherigen Jahre der Betreuung haben wir immer wieder erlebt, dass für einige Jugendliche der Schritt zurück ins Heimatland in die Selbständigkeit noch zu groß war und sie einen anderen Übergang brauchten. Somit sahen wir die Notwendigkeit, einen Zwischenschritt zu installieren, um den Jugendlichen in Portugal zu ermöglichen, ihr Erlerntes auszuprobieren und zu lernen selbständig zu leben.

Denn wie schon das Grundkonzept von Progresso sagt, lernen wir Menschen durch Erfahrung. Somit ist im Jahre 2014 unsere Verselbständigungsgruppe entstanden.

Im Kommen ist das Gehen schon angedeutet

Seitdem ist viel passiert. Mark, ein geschätzter Mitarbeiter und Gründer von Progresso ist an Krebs verstorben. Das war ein harter Rückschlag. Tanja hat sich im Jahr 2016 entschieden aus familiären und gesundheitlichen Gründen nach Deutschland zurückzukehren. Gemeinsam haben wir viel durchgemacht, sind gewachsen, gefallen, hatten erhebliche Krisen, haben viele Fehler gemacht und viel aus unseren Fehlern gelernt. Ganz wichtig:

Wir sind immer wieder aufgestanden, haben den nächsten Schritt gemacht.

Verlust bedeutet auch Neuanfang

Jutta, unsere langjährige Therapeutin der Kinder und Jugendlichen, hat die Position von Tanja als vertretende Geschäftsführung und pädagogisch-psychologische Leitung eingenommen und so noch einmal eine ganz andere Professionalität mit eingebracht.

Nach nunmehr 10 Jahren ist Progresso auf bereits über 40 MitarbeiterInnen gewachsen, in Höchstzeiten haben wir bis zu 25 Kinder und Jugendliche betreut.

Das alles war nur möglich, weil wir wirklich tolle MitarbeiterInnen hatten und immer noch haben, die mutig und engagiert genug waren, ihre außergewöhnlichen Ideen gemeinsam mit uns umzusetzen.

Einen ganz großen Anteil an der Entwicklung, Qualität und Vision von Progresso haben Tell-Us und Trotzdem e.V., zwei unserer Kooperationspartner, die ich hier besonders hervorheben möchte, denn sie stehen uns seit nunmehr über 10 Jahren zur Seite und haben uns seit unseren ersten Gehversuchen stets unterstützt.

Endet die Reise, beginnt das Angekommensein

Zusammenfassend kann man sagen, dass Progresso wie ein Kind gewachsen ist. Wir sind größer und erfahrener geworden. Wir sind an uns und unseren Aufgaben gewachsen. Genauso geht es unseren Jugendlichen. Sie haben eine Reise angetreten. Und wir sind eine Station. Eine Durchgangsstation. Unsere Kinder und Jugendlichen kommen, um wieder zu gehen. Auch wenn es für uns schmerzlich ist, es ist gut, dass sie gehen. Denn dann haben wir alles richtig gemacht. Sie trauen sich zu, ihre eigenen Schritte zu machen. Wir wissen aus eigener Erfahrung: Der größte Schritt ist der durch die Tür.

Dorit Brandauer
(Geschäftsführung)

Progresso aus Sicht eines ehemaligen Jugendlichen - Luis

Interview mit Luis

Luis heute

Stationen bei Progresso:

Intensivpädagogisch-therapeutische JWGs Fronteiras und Nova Sembla, dann später Verselbständigungsgruppe und Betreutes Einzelwohnen

1. Wenn du dich noch an die Zeit erinnerst bevor du nach Portugal gekommen bist: Was war damals in deinem Leben los und wie hast du dich gefühlt?

Früher lief in meinem Leben gefühlt alles schief, was schieflaufen konnte. Alles was ich in meinem Leben angefangen habe, musste ich abbrechen oder habe es aufgegeben. Mein Leben war ein reines Chaos. Es gab viele Schulen, die ich besucht habe. Mein Verhalten war vor Progresso sehr aggressiv - jedem gegenüber: Freunden, Familie, Lehrern, Polizei. Ich habe niemanden respektiert und mir nichts sagen lassen.

2. Wann war das und in welches Projekt bist du gekommen?

2012 bin ich dann nach Portugal gekommen – nach Fronteiras. Damals gab es nur die zwei Projekte: Fronteiras und die Quinta do Cerro.

3. Du hattest ja einen ganz besonderen Werdegang bei Progresso. Erzähl doch bitte mal.

Ja, das stimmt. Ich habe bei Progresso sehr lange gebraucht, um erst einmal zu verstehen, worum es wirklich geht. Nämlich darum, sich mit sich selbst auseinander zu setzten. Ich habe dank der Hilfe vieler besonderer Menschen geschafft, Kontakt zu meiner leiblichen Familie aufzubauen und sogar nach Brasilien zu fliegen und meine Wurzeln zu erkunden.

All das wäre ohne Progresso für mich undenkbar gewesen. Die Bereitschaft, mich dort zu begleiten, zu dolmetschen und mir emotionalen Halt zu geben, war ein besonderer Weg.

Danach habe ich es sogar geschafft - dank genügend harter Arbeit und dem Vertrauen meiner Betreuer - meine Schule in Lagos zu beenden und eigenständig dort zu leben.

Ich hatte ein Auto, meine eigene Wohnung und mein eigenes Leben dort an einem Ort, wo andere Urlaub machen. Was ich sagen will: Progresso öffnet einem alle Türen, die man öffnen möchte, wenn man hart dafür kämpft.

4. Was war für dich die erste positive Veränderung oder Überraschung, die du an dir selbst bemerkt hast?

Einer der ersten positiven Veränderungen, die ich hatte, war, dass ich angefangen habe, mich zu öffnen und Menschen meine Probleme anvertraute - ohne Angst zu haben, dafür verurteilt zu werden.

Das war für mich ein sehr schwieriger Schritt, weil ich alles immer selbst mit mir ausmachen wollte und viel Trauer, Wut, Zorn und Hass in mich reingefressen hatte. Auf einmal konnte ich darüber sprechen - das war neu.

5. Und was war für dich die größte Herausforderung?

Die größte Herausforderung war eigentlich, mich selbst kennen zu lernen und mir selbst ins Gesicht schauen zu können, ohne mich zu hassen. Ich hab viel gelernt: ich habe neue Emotionen kennengelernt und Gefühle zugelassen.

6. Nun bist du schon seit einiger Zeit nicht mehr bei Progresso. Wie hast du die erste Zeit danach empfunden?

Ich hab mich fürs Leben gewappnet gefühlt und habe mich auf die neue Zeit gefreut. Ich wusste, dass ich nicht mehr aggressiv bin, dass ich mich zügeln kann und dass ich nicht gleich durchdrehe. Ich wusste, dass wenn mir was nicht passt, kann ich es auf eine respektvolle Art und Weise sagen. Ich hab mich sicher gefühlt - das war ein sehr schönes Gefühl.

7. Und was würdest du im Nachhinein sagen: Was ist das Wichtigste für dich, das du in der Zeit bei Progresso gelernt hast?

Mmhh, das Wichtigste… Das kann ich so nicht sagen. Ich bin erwachsen geworden bei Progresso. Sie haben mich dort aufs Leben vorbereitet. Alles was ich gelernt habe ist wichtig, ob es darum geht, die 1. Phase zu akzeptieren und zu machen was gesagt wird, oder ob es darum geht, wie ich mit meinem Taschengeld umgehe. Es sind viele Kleinigkeiten, die mir dort geholfen haben, erwachsen zu werden.

8. Wenn du jetzt von außen auf dein Leben schaust: Wie geht es dir und was hast du erreicht?

Wenn ich jetzt auf mein Leben schaue, könnte es mir gerade nicht besser gehen. Ich habe danach noch etwas gebraucht, bis ich meinen Platz in Deutschland gefunden habe. Ich weiß, ich kann jederzeit zurück zu Progresso und habe auch selbst nach dem Programm dieses Angebot immer wieder gerne angenommen, um zu mir selbst zu finden. Jetzt gerade bin ich glücklich, dass ich zum ersten Mal im Leben meinem Traum nachjage und umsetzte. Ich habe es Progresso zu verdanken, diese Stärke in mir gefunden zu haben und zu kämpfen und nicht gleich aufzugeben.

9. Und zu guter Letzt: Welche Visionen und Wünsche hast du für dich und dein Leben in der Zukunft?

Ich hole gerade mein Abitur nach und möchte danach Pilot werden. Das war mein Kindheitstraum und dem werde ich jetzt nachgehen.

Vielen Dank, Luis! Vielleicht fliegst du uns als Pilot irgendwann einmal auf der Strecke Deutschland – Portugal?

Wer weiß .... ☺

Wir wünschen dir alles Gute ♥

Progresso aus Sicht eines ehemaligen Jugendlichen - Matthijs

Interview mit Matthijs

Matthijs heute

Stationen bei Progresso:

Intensivpädagogisch-therapeutische JWG Fronteiras, dann später Verselbständigungsgruppe

1. Wenn du dich noch an die Zeit erinnerst, bevor du nach Portugal gekommen bist: Was war damals in deinem Leben los und wie hast du dich gefühlt?

Nun, fast mein ganzes Leben war unstrukturiert und ich war emotional sensibel. Ich hatte mehrere Nah-Todeserfahrungen, was mein weiteres Leben stark beeinflusste. In meiner Pubertät habe ich Drogen genommen, die mich geistig und körperlich total eingenommen haben, was mir nicht wirklich half. Ich war schließlich in einer sehr traurigen Stimmung. Als ich 22 Jahre alt war, war diese Stimmung ein Dauerzustand. Ich konnte die Augen davor nicht mehr verschließen und geriet schließlich in einen “psychischen Schock”.

2. Wann war das und in welches Projekt bist du gekommen?

Es war im Jahr 2013, soweit ich mich erinnere, kam ich am 14. Juli in die Intensivpädagogisch-therapeutische JWG Fronteiras.

3. Was war für dich die erste positive Veränderung oder Überraschung, die du an dir selbst bemerkt hast

- als du in die Intensivtherapeutische JWG Fronteiras angekommen bist?

Ich erinnere mich, dass der allererste Moment, als ich einen Fortschritt an mir erkannte, mein zweiter Tag im Projekt war. Ich dachte über mein Verhalten in der Vergangenheit nach und realisierte, dass es mich im Leben so nicht weiterbringen würde. Ich wusste, dass ich meinen psychischen Zustand überwinden musste. Es gab einige sehr motivierende Momente, in denen ich bemerkte, dass ich etwas normaler und ausgeglichener wurde. Natürlich bevorzugte ich dies, da es mir in meinem weiteren positiven Prozess half, mich nicht mehr von meinen alten Impulsen leiten zu lassen.

- als du in die Verselbständigungsgruppe gekommen bist?

Als ich etwas selbständiger wurde, nahm ich mich etwas bewusster wahr und bemerkte, welche positiven Fähigkeiten ein gutes Selbstwertgefühl, Selbstakzeptanz und das Vertrauen einer Gruppe (JWG Fronteiras) entwickeln können. Die größte Überraschung war für mich, als ich das Potenzial in mir entdeckte, ganz unabhängig leben zu können.

4. Und was war für dich die größte Herausforderung?

Verständnis für mich selbst und für andere zu entwickeln.

5. Nun bist du schon seit einiger Zeit nicht mehr bei Progresso. Wie hast du die erste Zeit danach empfunden?

Ich habe mich sehr erleichtert gefühlt – war aber noch nicht ganz zufrieden, da ich gewisse Dinge an mir noch perfektionieren wollte. Dies war aber aufgrund meines traumatischen Zustandes begrenzt.

6. Und was würdest du im Nachhinein sagen: Was ist das Wichtigste für dich, das du in der Zeit bei Progresso gelernt hast?

Liebe für andere empfinden bedeutet Erlösung.

7. Wenn du jetzt von außen auf dein Leben schaust: Wie geht es dir und was hast du erreicht?

- Mein psychischer Zustand hat sich verbessert, meine Gesundheit und die Beziehungen zu Freunden und Familie haben sich stabilisiert, soweit ich das einschätzen kann.
- Trotz all der Herausforderungen im Leben, gehe ich meinen Weg.
- Volle Selbstakzeptanz und die Fähigkeit, mich an meine inneren Impulse zu gewöhnen und sie durch die Notwendigkeiten des Lebens in Relation zu bringen.

9. Und zu guter Letzt: Welche Visionen und Wünsche hast du für dich und dein Leben in der Zukunft?

Dass ich meine Entscheidungen durch Logik und gesunden Menschenverstand treffe und dies zu meinem Vorteil passiert. Faktoren wie Glück, Wohlstand, guter Wille, Liebe und vor allem Mitgefühl sind hier wichtig.

Mein Wunsch ist es, eines Tages ein schönes Zuhause zu besitzen, in dem die richtigen Prioritäten gesetzt werden.

Außerdem möchte ich Freundschaften und Beziehungen aller Art ausbauen und leben.

Vielen Dank, Matthijs! Wir wünschen dir alles Gute ♥

Progresso aus Sicht der Eltern

„So, nun sitze ich hier und versuche ein Feedback zu Progresso aufzuschreiben...

Das ist für mich nicht so einfach, denn es wühlt mich ziemlich auf! So viel kann ich jedoch gleich zu Anfang sagen: dass meine Tochter bei Progresso in Portugal aufgenommen wurde, ist für mich ein riesengroßes Geschenk, wofür ich jeden Tag, seitdem sie im August 2018 abgereist ist, dankbar bin...

Denn obwohl meine Tochter und ich im Grunde eine gute Beziehung hatten, wäre mir mein Kind ohne Hilfe von außen in einen Sumpf aus Drogen und Illegalität abgerutscht! Ich selbst konnte diesem jungen - mit dem Leben und den Anforderungen, die an sie gestellt wurden - überforderten Menschen nicht die Unterstützung bieten, die sie von mir als Mama gebraucht hätte, weil ich zu sehr mit meinen eigenen Problemen beschäftigt war. Obwohl wir uns sehr lieben, führten wir in unserer Familie ein Leben voller Angst, Zorn, Verzweiflung, Enttäuschung und Hilflosigkeit. Wir hatten aufgehört miteinander zu reden und es schlussendlich ganz verlernt.

Jetzt haben wir die Möglichkeit, dass sich jede von uns um sich selbst kümmern kann, ganz in Ruhe und ohne durch die andere abgelenkt zu sein. Ich weiß, mein Kind ist sehr gut aufgehoben und wenn sie durch eine schwierige Phase geht, ist immer jemand da, der sie auffängt. Ich hatte bei meinen Besuchen vor Ort die Möglichkeit, die Mitarbeiter von Progresso kennenzulernen und obwohl es als Mama natürlich nicht einfach ist, sein Kind in der Ferne zurück zu lassen, bin ich noch nie mit einem schlechten Gefühl nach Deutschland zurück geflogen... Die Entscheidung war die Beste, die ich für uns treffen konnte! M. und ihr Bruder R. haben sich in den letzten Jahren gar nicht mehr verstanden, ständig gerieten die beiden aneinander.

Jetzt schreiben sie sich, telefonieren miteinander und freuen sich, wenn er zum nächsten Besuch mitkommen kann, was für uns alle ganz wunderbar ist. Wir machen als Familie wieder kleine Schritte aufeinander zu und nicht mehr noch weiter auseinander. Wir werden nicht alleine gelassen, das ist wichtig. Denn alleine hätten wir das nicht mehr geschafft. Ich möchte mich ganz, ganz herzlich bei allen Mitarbeitern von Progresso bedanken. Ihr seid das Beste, was uns Dreien "passieren" konnte!!!

Vielen Dank, Sandra A.“

🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏

“Als im März 2018 der Höhepunkt erreicht war, lernten wir Progresso kennen. Seit April 2018 ist meine Tochter in Portugal. Für mich steht an erster Stelle, dass meine Tochter in Sicherheit ist. Ich bin begeistert von der engmaschigen Zusammenarbeit. Ich werde über alles informiert. Meine Tochter bekommt die Zuwendung und Hilfe, die sie braucht. Über die Erfolge und Fortschritte konnte ich mich vor Ort selbst überzeugen. Ich bin froh, dass ich in dieser schwierigen Situation die Hilfe von Progresso bekommen habe.

Danke für die gute Betreuung. Zeliah T.“

Progresso aus Sicht der Eltern

“Wir als Eltern sind sehr sehr angetan von dem Projekt Progresso. Es ist eine sehr gute Einrichtung! Angefangen davon, dass alle mit denen wir dort Kontakt hatten, sehr nett, liebevoll, verständnisvoll und hilfsbereit sind, bis hin zur Organisation, Schule, Therapie, Betreuung, Umgebung, Freizeitgestaltung, Familienkontakt usw. Das ganze Projekt hat unserem Sohn sehr geholfen und endlich weitergebracht! Wir sind absolut begeistert und möchten uns bei allen sehr sehr herzlich bedanken im Namen unserer ganzen Familie!

Ganz ganz liebe Grüße, Kirsten S.”

🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏

“Ich danke dem ganzen Team von Progresso und Trotzdem e.V. Jugendhilfe in Düsseldorf!

Ohne euch wären meine Tochter - und ich denke ich auch - nicht mehr am Leben. Ihr habt uns beide super aufgenommen. Meine Tochter hat sehr viel durch euch gelernt und mitgenommen. Ihr wart immer für sie da und wenn es Probleme gab, konnte ich mich auch immer bei euch melden. Danke für die tollen Gespräche in Portugal, für das Verständnis und eure Hilfe. Ich werde euch alle nie vergessen. Ihr habt uns das Leben wieder lebenswert gemacht und das Wissen gelehrt, dass es immer eine Lösung gibt, egal wie weit unten man ist. VIELEN DANK AN DAS GANZE TEAM.

Liebe Grüße aus Bayern, Pascal S.”

🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏 🙏

„Unsere Tochter L. ist seit 2 ½ Jahren in der Betreuung von Progresso. Als wir die Chance bekommen haben, L. in die Obhut von Progresso zu geben, war der Zustand unserer Tochter sehr schlecht, um genau zu sein: wir hatten sie verloren (Drogenabhängigkeit etc.).

Doch unsere Tür öffnete sich zum Guten. Dafür sind wir als Eltern und Familie sehr dankbar. Sie hat gelernt, sich selbst zu lieben, Verantwortung für sich und ihr Leben zu übernehmen. Konflikte zu lösen, ohne dass es in Aggressionen umschlägt. Natürlich ging es nicht immer bergauf, es war ein harter, steiniger Weg. Und nun, 2 ½ Jahre nach ihrem Einzug bei Progresso, haben wir eine selbstbewusste und starke Tochter bekommen, die mit beiden Beinen im Leben steht und weiß wo ihre Reise hingehen soll. Dies sagt alles über das Projekt: gute und konsequente Betreuung.

Wir würden uns wünschen, dass noch viel mehr Kinder diese Chance bekommen würden an eurem Projekt teilzunehmen.

Wir sind dankbar dafür, dass wir diese Chance bekommen haben.

MACHT WEITER SO.

Liebe Grüße, Familie C.“

Der Besuch meiner Familie

Am 31. Mai 2019 war es endlich soweit. Nach langem Warten und Planen wurde mein Traum, dass meine Eltern und meine beiden kleineren Geschwister nach Portugal kommen können, endlich wahr. Sie kamen an einem Freitagmorgen schon gegen 8:30 Uhr. Das war total aufregend, weil der Plan war, dass ich mit meiner Familie zusammen in der Algarve bleibe. Progresso hat uns Gott sei Dank auch noch ein bisschen unterstützt und hat uns eine richtig schöne Unterkunft gebucht. In der Nähe vom Strand, Einkaufsläden etc.

1. Tag: Am Ankommens Tag haben wir erst einmal eingecheckt und anschließend alle zusammen Frühstück gegessen. Danach war erstmal Unterkunft finden angesagt. Das ging eigentlich ganz gut. Als wir die Wohnung gefunden haben, dachte ich erst, ich falle aus allen Wolken. Wir hatten da sogar einen TV mit deutschen Sendern. Endlich konnte ich wieder Serien gucken, die ich früher oft mit meiner Mum geguckt habe. Und wir hatten sogar einen Pool. Meine Geschwister konnten es gar nicht abwarten, da rein zu gehen und als der Tag schon fast wieder zu Ende ging, sind wir noch zum Strand runter gegangen und haben eine Bar besucht.

2. Tag: Mein Geburtstag. Wir haben einfach die Zeit zusammen ausklingen lassen und gegen 16:00 Uhr kamen die Betreuer und Jugendlichen aus der Verselbständigungsgruppe. Dann hatten wir erst einmal Kaffee zusammen getrunken und anschließend sind wir zum Pool gegangen. Abends sind wir noch alle im Restaurant essen gegangen und meine Gruppe ist anschließend wieder nach Hause gefahren.

3. Tag: Mein Betreuer hat uns morgens abgeholt und ist mit uns nach Almodôvar gefahren, damit meine Familie sich angucken kann, wo ich wohne. Da waren wir den ganzen Tag und abends wurden wir wieder zur Algarve gebracht.

4. Tag: Ich habe am Morgen ein Taxi bestellt und wir sind zum Slide and Splash gefahren. Dort hatten wir einen sehr schönen Tag. Um 20:00 Uhr ging es nach Hause und wir gingen das letzte Mal nochmal zum Strand runter. Dann ging es auch schon bald wieder zurück zur Ferienwohnung.

5. Tag: Die Abreise meiner Familie, Sachen packen und uns langsam zum Check-Out machen. Wir hatten danach noch ein längeres Gespräch mit einer Betreuerin, wie es so war und was wir alles machten. Irgendwann haben wir den Rückweg eingeschlagen und alle sind wieder nach Hause gefahren. Das war der total schöne Urlaub mit meiner Familie.

Larissa (Verselbständigung)

Der Besuch einer Mutter

Wieder einmal durfte ich, Edda aus Cottbus, mit meinem Sohn Jonas tolle Tage in Portugal verleben im Rahmen des HPGs. Jonas hat große Fortschritte gemacht und ist jetzt in der Verselbständigungsgruppe.

Meine dort gesammelten Eindrücke waren positiv. Jonas und ich nutzten die gemeinsame Zeit und haben sehr viel Spaß gehabt.

Wir fuhren an die Westküste. Jonas ist Kanu gefahren und ich gönnte mir erst einmal einen Kaffee.

Wir fuhren auch nach Albufeira, wo für jeden etwas dabei ist: ob ein Einkaufsbummel, um für die Lieben zu Hause ein Souvenir zu ergattern, einfach in der Sonne liegen oder sich im Wasser abzukühlen und von den Wellen tragen zu lassen! Wir entschieden uns für eine Bootstour mit einem Schlauchboot. Diese war hervorragend und sehr spannend. Die goldenen Grotten, die wir zu sehen bekamen, waren beeindruckend und ich habe im Vorfeld im Reiseführer darüber gelesen. Einfach grandios! Jonas fuhr direkt am Hafen von Albufeira mit einem "Segway" (Stehroller). Wer lecker Fisch essen möchte, kann dies am Hafen in einem kleinen Restaurant genießen.

Wir waren in Almodôvar auf einem Motorradtreffen, wo man so manchen heißen "Ofen" bestaunen konnte. Passend wurde den Gästen mächtig eingeheizt. Nicht nur mit einem rockigen Sound, nein, natürlich auch mit Leckereien für den hungrigen Magen frisch vom Grill.

Jonas Leidenschaft ist das Trommeln! Jonas spielt in einer Trommelgruppe in Almodôvar und hat große Freude daran und ist richtig gut. Ich, als Mama, war schwer beeindruckt! Wie stolz ich doch auf ihn bin. Ich durfte die ganze Truppe live erleben. Sie probten draußen für einen großen Auftritt! Am Abend ließen wir es uns gut gehen in unserer Pizzeria gegenüber vom Büro! Super lecker und das Personal immer sehr freundlich. So fand der Tag einen krönenden Abschluss!

Zum Abschluss kann ich nur sagen: es waren tolle Tage mit schönem Wetter, jeder Menge Eindrücke, tollen Erlebnissen und ganz viel Spaß!

Meinem Sohn gefällt es hier sehr gut und das ganze Progresso-Team leistet gute Arbeit!

Mein persönlicher Dank geht an Saru, die sich in der Zeit meines Aufenthaltes toll um uns gekümmert hat!

Edda (Mutter von Jonas)

Musik verbindet

Dank einer Kooperation mit einigen Marburger HipHop-Künstlern kam das Projekt „Music is Connection – Musik verbindet“ zustande. Von den Jugendlichen erhielt es großen Zuspruch. Vom 5. bis 10. Januar 2018 hatten diese die Möglichkeit, ihre eigenen HiopHop-Songs zu kreieren.

Zuerst musste der passende „Beat“ zum selber geschriebenen Text gefunden werden. Die Jugendlichen machten sich viele Gedanken darüber, wie das eigene im Songtext beschriebene Thema durch die richtige Musikwahl unterstrichen werden kann – wie sich „Gefühle“ transportieren lassen.

Das Schreiben eigener Texte war eine weitere Herausforderung für die Jugendlichen. Hier ging es um Beziehungen, Liebe, Reflexion der Vergangenheit, Perspektiven der Zukunft – oder einfach um den „guten Reim“ oder die „Wortgewandtheit“. Den Text an die gewählte Musik anzupassen, erforderte ein großes Maß an Kreativität.

Musik ist ein wichtiger Bestandteil der Jugendkultur, hier geht es um die Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen - um den Ausdruck von persönlichen Stimmungen. Manchmal kann ein Ton ein ganzes Wort, einen ganzen Satz ersetzten.

Technisch gab es während des Projektes die Möglichkeit, die vorbereiteten Songs in guter Qualität aufzunehmen. Mittels Computer, Aufnahmeprogramm, Mischpult und Mikrofon waren die Jugendlichen sehr kreativ und produktiv. Die hohe Motivation und Bereitschaft der Jugendlichen offen mit kritischen Rückmeldungen umzugehen und deren Ehrgeiz erzeugten eine wunderbare Gruppenstimmung.

Nicht immer ist eine „Aufnahme machen“ einfach. Oft wurde der gleiche Part zigmal neu gerappt, bis er wirklich zum gewählten Beat passte. Hier brauchte es eine große Portion Geduld, Selbstbewusstsein und den Mut, Neues zu wagen.

Die Marburger Künstler standen den Jugendlichen mit fachlichem Wissen („Aufbau“ eines Songs, Atemtechniken, Takt und Rhythmus) und Feingefühl („was tun wenn man den Text vergisst oder nervös wird?“) zur Seite. Mit viel Spaß und einer großen Überwindungskunst (war es doch für viele überhaupt das erste Mal, Musik selbst zu produzieren, geschweige denn zu präsentieren) haben wir am Ende vor einem kleinen Publikum die Ergebnisse stolz präsentiert!

Es war eine prima Zeit und wir freuen uns auf das nächste Mal!

Lea
(päd. Koordination JWG Nova Sembla)

Progresso got Talent

Die „Progresso got Talent Show“ ist eine Veranstaltung von Progresso, in der alle Kinder und BetreuerInnen ihre Talente zeigen können. Außerdem ist es ein toller Anlass, mal wieder ganz Progresso zusammen zu haben, sich unterhalten zu können, viel zu lachen und Spaß zu haben und das gemeinsame selbstgemachte Essen zu genießen.

Die Show wurde von Dorit und Darren eröffnet, indem sie eine Ansprache hielten. Danach kamen die Ersten auf die Bühne und zeigten uns ihre Talente.

Unser Programm sah so aus:

1. Celina und Christina; Capoeira
2. Jacky: Gitarre
3. Semblana Act: „Power Puff Girls “
4. Nathalie: sang “A thousand year “
5. Saar: Klavier
6. Celina und Shenna: Tanzen
7. Fronteiras: Überraschung
8. Verselbständigung: Tanzen „Barbie Girl“

Alle Auftritte an diesem Tag waren total gelungen. Und natürlich gab es auch eine Jury. Diese bestand aus: Jutta, Dorit, Jan und Stephan.

Der 3. Platz ging an Fronteiras. Sie haben uns ein Video von sich gezeigt, in dem zu sehen war, wie sie hart arbeiten - trotzdem haben sie nicht aufgegeben und die Arbeit mit sehr viel Energie beendet. Der Preis war eine tolle Spiele-Kiste.

Da sich die Jury beim 2. Platz nicht so richtig entscheiden konnte, gab es zwei zweite Plätze. Der erste 2. Platz ging an: Semblana. Die Mädels haben richtig losgelegt und uns zum Lachen gebracht. Sie haben ein Theaterstück gespielt, es waren gerade Ferien und sie fuhren in den Urlaub. Sie bekamen als Preis eine Kreativbox geschenkt. Der zweite 2. Platz ging an das Verselbständigungsprojekt. Sie haben einen Tanz aufgeführt. Es war ein Tanz zum Lied „Barbie Girl“. Das Lustigste an der Sache war, dass die Jungs als Mädchen verkleidet waren und Saar als ein Junge auftrat. Der Preis war eine Box mit Sachen zum Sportmachen.

Und jetzt kommen wir zu dem ersten Platz: dieser ging an Nathalie! Als sie gesungen hat, hat sie uns alle im Herzen getroffen. Die Jury hatte Tränen in den Augen. Sie gewann Gesangsunterricht. Außerdem kann sie eine CD aufnehmen.

Der Tag war echt lustig. Ich hoffe, dass ich beim nächsten „Got Talent“ nochmal dabei bin.

Larissa (Verselbständigung)

"Holding" - Sicherheit in Krisensituationen

Unter der Leitung von „Nova Sembla´s" Teamleiterin Antonia, fand im November 2019 der letzte Kurs in diesem Jahr zum Thema „Holding" statt.

In Wohlfühlatmosphäre an einem spirituellen Ort, mitten im Nirgendwo Nähe São Teotónio, trafen sich einige BetreuerInnen von Progresso, um zwei Tage lang die verschiedenen Haltetechniken kennenzulernen, am eigenen Leib zu erfahren und mit den Anderen zu üben.

Aber was ist überhaupt dieses Holding? Wann und wieso verwenden wir es?

Alle Jugendlichen, die zu uns nach Portugal in eine Einzelbetreuungsstelle oder in eine Jugendwohngemeinschaft kommen, haben alles andere als eine einfache Vergangenheit hinter sich und tragen einen großen Ballast voller Emotionen und traumatischer Erlebnisse mit sich herum. Alte Verletzungen, gewohnte Verhaltens- und Abwehrmuster kommen im Laufe der Zeit im Alltag an die Oberfläche und dabei kommt es mitunter oft zu aggressiven Ausbrüchen. Dann kann schon einmal eine Tasse oder Faust fliegen.

Wenn alle Deeskalations- und Beruhigungsversuche unsererseits scheitern und die Jugendlichen einen so hohen Aggressionspegel haben, dass sie eine Gefährdung für sich und andere darstellen, kommt das Holding ins Spiel: Mit einer bestimmten Haltetechnik können die BetreuerInnen Jugendliche festhalten und damit für deren Sicherheit sowie für die Sicherheit der anderen Anwesenden sorgen.

Nach einigen Versuchen, dem Holding-Griff zu entkommen, setzt meistens die Traurigkeit ein, die hinter dem aggressiven Verhalten verborgen liegt - es fließen Tränen und es kann über das Geschehene gesprochen werden. Ganz wichtig dabei ist auch das Gefühl von Sicherheit für die betroffenen Jugendlichen: Während sie in der Vergangenheit mit den Gefühlen meistens alleine gelassen und nicht gesehen wurden, erfahren sie nun ein „Gehaltenwerden" am eigenen Körper. Das gibt Sicherheit, ein Gefühl von Schutz und eine ganz neue Erfahrung. Nämlich das **AUS**gehalten werden als Person mit allen Stärken und Schwächen, einfach als die Person, die sie sind.

Niemals wird dabei Gewalt angewandt. Verletzungen durch den jeweiligen Haltegriff müssen auf jeden Fall vermieden werden! Zum Glück haben alle anwesenden BetreuerInnen während der zwei Tage am eigenen Körper erspüren können, was es bedeutet, gehalten zu werden. Man kann nicht entkommen und man ist in Sicherheit!

Nele (Betreuerin JWG Quinta do Cerro)

Schule bei Progresso – ein Lehrer erzählt

Keine fünf Minuten Fußweg vom Zentrum von Almodôvar entfernt, befindet sich das „Study House“ von Progresso.

In einer 4-Raum-Wohnung in der 1. Etage eines Mietshauses gelegen, wirkt dieser Ort unscheinbar und versteckt. Und dennoch ist er unter der Woche von elementarer Bedeutung für die „Progresso-Kids“, die mit dem Eintritt in die Phase 2 das „Study House“ besuchen.

Sind die Jungs und Mädchen in ihren Jugendwohngemeinschaften voneinander getrennt und weitgehend von der Außenwelt abgeschirmt untergebracht, treffen hier beide Geschlechter und verschiedenste Interessen und Lebenswelten aufeinander. So sind viele Emotionen vorprogrammiert und fordern von den Jugendlichen, von den SchulbetreuerInnen und von uns LernbegleiterInnen ein hohes Maß an Lernbereitschaft, Toleranz und Akzeptanz.

Das „Study House“ besteht aus 4 Klassenräumen, die während der letzten Summerschool zusammen mit den SchülerInnen neugestaltet und funktional bis liebevoll wohnlich eingerichtet wurden. Vier Lernbegleiter arbeiten mit den Kids vor Ort, vier weitere an der Algarve.

Als sprichwörtliches Fenster zur Welt eröffnet das „Study House“ den Jugendlichen neue Perspektiven auf sich selbst und auf ihre Mitmenschen. Neben der Auseinandersetzung mit den Lerninhalten der Lehrpläne und individuellen Interessen, sind Beziehungsarbeit und Reflexionsgespräche ein wesentlicher Bestandteil des Schulalltages, denn viele haben ein großes Misstrauen und Ängste gegenüber Schule, schulischem Lernen und den Lehrkräften in der Vergangenheit entwickelt. Vor diesem Hintergrund ist es uns im Alltag wichtig, dass Spaß, Neugier, individuelle Interessen, Kreativität und das eigene Lerntempo im Blick behalten wird.

Die Jugendlichen haben bei uns die Möglichkeit im Einzel- oder Kleinstgruppenunterricht angstfrei zu lernen und durch effektive und bewährte Lernhilfen einen anerkannten Schulabschluss zu erlangen. Mit unseren Kooperationspartnern der „Bischöflichen Marienschule Aachen“ sowie der „Siebengebirgsschule Bonn“ können wir derzeit, orientiert am jeweiligen Bedarf und Entwicklungsstand der Jugendlichen, ein individuell angepasstes Bildungsangebot anbieten. Denn „Niemand fällt durchs Netz“.

Rückblickend kann ich konstatieren, dass mir die Arbeit mit den Jugendlichen viel Spaß macht. Auch ich lerne jeden Tag aufs Neue und mache verschiedenste Grenzerfahrungen, was mir die Möglichkeit gibt, eigene Lebenserfahrungen neu zu betrachten und zu bewerten, wofür ich sehr dankbar bin.

Christian (Lernbegleiter „Study House“ Almodôvar)

Praktikum mit Tieren bei Shanti

Ich war langsam soweit, von der Jugendwohngemeinschaft Quinta do Cerro in die Verselbständigungsgruppe zu kommen. Meine Betreuer und ich haben beschlossen, dass es Zeit wird, mich langsam darauf vorzubereiten. Damit fing alles an...

Meine Betreuer haben vorgeschlagen, dass ich mir einen Praktikumsplatz suche. Ich wollte gerne hier in Almodôvar arbeiten. Aber Darren, der Teamleiter meinte, dass ich aus meiner „Komfortzone“ rauskommen muss. Daraufhin kam er auf die Idee, dass ich bei Shanti und ihren Tieren ein Praktikum machen könnte.

Shanti ist Sexualtherapeutin und besitzt eine Farm mit vielen Pferden. Wir hatten bei Shanti nachgefragt und sie meinte, dass es möglich wäre, bei ihr ein Praktikum zu absolvieren. Das Gute war, dass sie in der Nähe der Quinta wohnte. Somit konnte ich mit dem Fahrrad zu ihr fahren.

Ich musste also dienstags, samstags und sonntags um 9:00 Uhr dort sein. Meine Praktikumstage sahen meistens so aus: am Anfang haben wir immer ein wenig gequatscht.

Danach sind wir hoch in den Wald gegangen und haben Bäume, die zu nah aneinandergewachsen waren, auseinandergeschnitten. Danach haben wir von den beiden Pferden den Stall ausgemistet.

Dann habe ich Mittag gegessen. Danach habe ich noch bis um 16:00 Uhr Hundemist aufgesammelt und im Garten ein wenig geholfen.

An manch anderen Tagen habe ich den Tieren noch etwas zum Futtern gegeben und bin mit ihnen spazieren gegangen.

Das Schöne war, es war nicht nur harte Arbeit, sondern hat auch Spaß gemacht!

Nathalie (JWG Quinta do Cerro)

Praktikum im Schwimmbad

Vor meinem Praktikum im Schwimmbad, arbeitete ich im Pferdestall. Ehrlich gesagt, war ich noch nie ein Pferdefan - es war also nicht mein Lieblingsjob. Als ich einmal zum Schwimmen im Schwimmbad war, fragte ich einen Angestellten, ob er Hilfe benötigte. Er war sehr erfreut und schon bald danach begann ich mein Praktikum im Schwimmbad.

Die meisten meiner Kollegen sprechen kein Englisch, weshalb ich gezwungen bin, Portugiesisch zu sprechen. Mein Portugiesisch ist nicht das Beste, aber ich kann ein bisschen verstehen. Meine Kollegen haben Verständnis und versuchen, mir Portugiesisch beizubringen. Hauptsächlich putze ich und assistiere im Schwimmunterricht. Wenn ich beim Unterricht helfe, arbeite ich zusammen mit dem Mitarbeiter, den ich zu Beginn gefragt habe, ob ich dort arbeiten könnte. Er spricht Englisch und heißt António. Außerdem sprechen einige Leute im Schwimmkurs Englisch.

Zum Beispiel spricht ein Mann, der zum Schwimmkurs kommt, Englisch. Er ist sehr motiviert. Er hat eine Behinderung. Seine Muskeln reagieren nicht auf die Befehle, die sein Gehirn gibt. Dadurch kann er nicht mehr ohne fremde Hilfe gehen. Ich hielt ihm und seiner Mutter die Tür auf. Er bedankte sich bei mir und ich war über mich selbst sehr überrascht, dass ich auf Portugiesisch antwortete. Neulich habe ich mit ihm gesprochen weil es sein 21. Geburtstag war und ich gratulierte ihm auf Portugiesisch und Niederländisch. Ich fragte ihn, ob er Englisch sprechen kann und tatsächlich konnte er Englisch sprechen.

Vom 5. bis 26. Mai 2018 war ich in Holland und habe einige der berühmten „Stroopwaffels“ mit nach Portugal gebracht.

Eine Packung für mich und eine für meinen Kollegen. Sie sind wirklich sehr freundlich. Manchmal gibt es Kuchen im Personalzimmer – dann darf ich einfach ein Stück essen. Diesmal hatte ich ihnen jedoch etwas zu Essen mitgebracht. Sie haben die Waffeln geliebt.

Ich arbeite wirklich sehr gerne im Schwimmbad. Und das sogar, obwohl es meist nur Putzen ist - ich liebe es! Meine Kollegen sind so nett zu mir, sie machen Witze mit mir - obwohl ich sie nicht verstehe ☺

Jeffrey (Verselbständigung)

Stell dir vor, du wüsstest wirklich glasklar und genau, was gut für dich ist. Was dich nährt. Was dich erfüllt. Was dich komplett macht.

Und stell dir vor, du würdest dich klug und geplant und systematisch darauf zu bewegen. In kleinen, machbaren Schritten. Aber stetig.

Natürlich würdest du auf dem Weg auch Schwierigkeiten begegnen und auch einmal stolpern.

Jeder hat mal einen schlechten Tag.

Und jeder hat Dämonen, die man ab und zu in die Schranken weisen muss. Oder festdrücken, damit sie aufhören zu jaulen.

Aber stell dir vor, du würdest dich immer wieder aufrappeln und weitergehen, auf das zu, was gut für dich ist.

Weil es nicht darauf ankommt, recht zu haben und es richtig zu machen. Sondern weil es darauf ankommt, zu lernen und dranzubleiben.

Stell dir also vor, du würdest so dein Leben immer schöner und besser machen.

Du würdest immer mehr von den Dingen in dein Leben einbauen, die gut und richtig für dich sind.

Eine Sache nach der anderen.

Stell dir vor, du würdest in diesem Prozess immer mehr du selbst werden.

Und dich immer mehr und öfter und weiter geborgen und zuhause in deinem Leben fühlen.

Durch deine Vorwärtsgerichtetheit würdest du auch aus vielen, alten Problemen herauswachsen, so dass du dich irgendwann wunderst, dass du früher einmal ganz anders warst.

Stell dir mal vor, wie dein Leben wäre, wenn es so wäre.

Ach, vielleicht ist es ja auch so. Jetzt schon. Oder bald.

Ich wünsch dir einen wunderbaren Weg.

Ralf Senftleben

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
Ana, Benjamin, Calvin, Christian, Dorit, Edda+Jonas, Familie C., Jeffrey, João, Kirsten S., Larissa, Lea, Lisa, Luis, Matthijs, Nathalie, Nele, Paola, Pascal S., Ralf, Saar, Sandra A., Stephan, Vicky, Zeliah T.
Redaktionsschluss
31. Dezember 2019