



Psychosoziale Unterstützung bei armuts- und konfliktbetroffenen Kindern und Jugendlichen:
Das PSS-Konzept von Vivamos Mejor

Inhalt

1	Ziel und Grund dieses PSS-Konzepts	3
2	Prekäre Startbedingungen von armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen	4
2.1	Kolumbien	4
2.2	Guatemala	4
2.3	Honduras	4
2.4	Gemeinsame Herausforderungen	4
3	Weshalb PSS wichtig ist	5
3.1	Chronischer Stress verhindert erfolgreiches Lernen	5
3.2	Das Resilienzmodell	5
3.3	Ressourcenstärkung für ein besseres Gleichgewicht	6
3.4	Unsere fünf PSS-Grundelemente	7
4	Wie Vivamos Mejor die fünf PSS-Elemente konkret umsetzt	8
4.1	Systemisches Arbeiten	8
4.2	Psychologische Sicherheit und sichere Orte	9
4.3	Strukturen und Routinen schaffen	10
4.4	Spielerischer Ansatz	11
4.5	Geschlechtergleichstellung	12
4.6	Interkulturelles Verständnis	12
5	Lessons Learned	13
5.1	Herausforderungen unseres PSS	13
5.2	PSS und Familienarbeit ist ein Must-have	13
5.3	Kostengünstige, gruppenbasierte Interventionen wirken	13
5.4	Wissenschaftlich belegte Wirkung von PSS	13
5.5	PSS institutionell verankern	13
6	Fazit	14
7	Literatur und Inputs	15

Titelbild: Spielerische Lernaktivitäten – wie hier in diesem CEIBI-Kindergarten in Guatemala – fördern die vertrauensvolle Beziehung zwischen Kindern und Betreuungsperson.

1 Ziel und Grund dieses PSS-Konzepts

Vivamos Mejor arbeitet evidenzbasiert und untersucht die Wirkung ihrer Interventionen mit unabhängigen Studien von Schweizer und lokalen Universitäten. Als erkenntnisorientierte Organisation haben wir zudem den Anspruch, aus unseren Erfahrungen zu lernen, diese anderen zugänglich zu machen und unsere Arbeitsansätze laufend weiterzuentwickeln.

Das vorliegende Dokument synthetisiert die Erfahrungen und den Arbeitsansatz von Vivamos Mejor und ihren Partnern im Bereich der psychosozialen Unterstützung und formuliert daraus entsprechende Handlungsempfehlungen. Im ersten Teil wird beleuchtet, weshalb psychosoziale Unterstützung (im Weiteren PSS genannt) für unsere Projekte wichtig ist. Der zweite Teil zeigt auf, wie Vivamos Mejor den PSS-Ansatz in der Praxis umsetzt und welche gewonnenen Erkenntnisse sich daraus für die Zukunft ergeben.

Unser Ziel ist es, anderen Bildungsakteuren unsere Erfahrungen und konkrete Anwendungsbeispiele zur Verfügung zu stellen und sie dazu zu ermutigen, PSS strategisch in ihrer Bildungsarbeit zu verankern.

Neben theoretischen Konzepten bilden die praktischen Erfahrungen unserer Partner die Grundlage unseres PSS-Ansatzes. Wir stützen uns dabei auf die Auswertung von Interviews mit ehemaligen Begünstigten der Projekte, Projektkoordinator*innen sowie Psycholog*innen der Partnerorganisationen.



In allen Projekten bindet Vivamos Mejor engste Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen aktiv ein und fördert die positive Eltern-Kind-Beziehung. In Bogotá gelingt dies beispielsweise an gemeinsamen Spielnachmittagen mit Eltern und Kindern.

2 Prekäre Startbedingungen von armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen

Seit 1981 unterstützt Vivamos Mejor durch die Zusammenarbeit mit lokal verankerten, kompetenten Partnerorganisationen in verschiedenen Ländern Lateinamerikas armuts- und konfliktbetroffene Kinder und Jugendliche mit Bildungsprojekten. Unsere Erfahrungen haben gezeigt, dass kontextuell und kulturell angepasste psychosoziale Unterstützung ein tragender Pfeiler ist, um Wirkung zu erzielen. Es folgen exemplarisch einige Beschreibungen der Bedingungen in unseren Einsatzgebieten.

2.1 Kolumbien

In den Randquartieren von Bogotá, wo drei Viertel der Bevölkerung aus intern vertriebenen Personen besteht, herrscht hohe Jugendarbeitslosigkeit und die öffentliche Sicherheit ist prekär. **Die Arbeitslosenquote der jungen Vertriebenen liegt mit 58% weit über dem nationalen Durchschnitt von 23%**¹. Die Mehrheit der Heranwachsenden hält sich mit prekären Gelegenheitsjobs über Wasser. Nur wenige haben Chancen auf eine Berufsausbildung oder ein stabiles Arbeitsverhältnis. Diese prekären Zukunftsaussichten sowie kriegsbedingte Gewalterfahrungen heizen die Bandenkriminalität im Projektgebiet an. Auch in den Familien bestehen aufgrund mehrfacher Belastungen gewalttätige Konfliktlösungsmuster.

2.2 Guatemala

Die Maya-Kinder im guatemaltekischen Departement Sololá haben schwierige Startbedingungen. **Mit über 90% indigener Bevölkerung ist es das zweitärmste Departement des Landes, 85% der Familien leben in Armut² und 20% in extremer Armut³.** Zwei Drittel der Kin-

der sind chronisch unterernährt und viele leiden wegen schlechter hygienischer Bedingungen unter Durchfall- und Atemwegserkrankungen. Zudem sind harsche Erziehungspraktiken und Gewaltanwendung verbreitet. Infolge fehlender Frühförderung und Vorschulbildung starten viele Kinder mit Entwicklungsrückständen in die Schule.

2.3 Honduras

Schon vor der Pandemie machten viele Kinder in Honduras gemäss UNICEF Gewalterfahrungen. Dies ist wenig verwunderlich, gehört das Land doch zu den gewalttätigsten weltweit. **Gewalterfahrung wiederum steht in einem direkten Zusammenhang mit Schulabsenzen, die oft in Schulabbrüchen münden: 24% der Mädchen und 14% der Jungen im Alter von 13 bis 17 Jahren blieben aufgrund von erlebter physischer Gewalt der Schule fern.** Eine UNICEF-Haushalterhebung⁴ während der Pandemie zeigte, dass bei 50% der Befragten häusliche Konflikte während der Quarantäne weiter zugenommen haben. Da die Schule als Zufluchtsort wegfiel, hatten die Kinder keine Möglichkeiten, die erlebten Gewalterfahrungen in einem sicheren Umfeld zu verarbeiten.

2.4 Gemeinsame Herausforderungen

Die drei beschriebenen Kontextbeispiele haben neben hohen Armuts- und Gewaltquoten eine prekäre Bildungssituation sowie fehlenden Zugang zu staatlichen Dienstleistungen gemeinsam. In all unseren Einsatzländern mangelt es an Bildungsangeboten von ausreichender Qualität. Viele Kinder und Jugendliche bleiben daher der Schule fern oder besuchen diese nur für wenige Jahre.

Die belastenden Umstände, unter denen die Kinder aufwachsen, führen bei ihnen zu Stress, Entwicklungsverzögerungen, einem schwach ausgeprägten Selbstvertrauen und einer geringen Selbstwirksamkeit sowie dysfunktionalen Konfliktlösungsstrategien. Als junge Erwachsene fühlen sie sich von der Gesellschaft ausgeschlossen und haben aufgrund der fehlenden Orientierung und Möglichkeiten meist keine langfristigen Perspektiven.

Um diesen Lebensrealitäten gerecht zu werden, legt Vivamos Mejor in allen Projekten der Programme «Brücken in die Schule» und «Brücken ins Berufsleben» einen starken Fokus auf die psychosoziale Unterstützung und die ressourcenorientierte Resilienzstärkung.

¹ <https://www.larepublica.co/economia/el-desempleo-juvenil-se-ubico-en-239-en-el-primer-trimestre-segun-cifras-del-dane-3169209>

² leben von weniger als 4 US\$ pro Tag

³ leben von weniger als 1,8 US\$ pro Tag

⁴ <https://gdc.unicef.org/resource/violence-against-children-and-gender-based-violence-honduras-case-study>

3 Weshalb PSS wichtig ist

3.1 Chronischer Stress verhindert erfolgreiches Lernen

Die Kinder und Jugendlichen aus unseren Projekten befinden sich aufgrund der anfangs beschriebenen Umstände in Krisensituationen⁵, die zu akutem und chronischem Stress führen. «Stress bezeichnet allgemein ein Ungleichgewicht zwischen Belastungen, mit denen eine Person konfrontiert wird, und den verfügbaren Bewältigungsmöglichkeiten (Ressourcen)»⁶. In Stresssituationen sind Menschen weniger flexibel, vernetztes Denken wird beeinträchtigt und bereits Gelerntes ist teilweise nicht mehr abrufbar. Die stressauslösende Situation hingegen wird umso mehr ins Gedächtnis eingepreßt.⁷ Solange Stress nur zeitlich beschränkt auftritt, ist er normalerweise unproblematisch. Er kann sogar Energien freisetzen. **Bleibt das Ungleichgewicht aber länger bestehen, wirkt sich dies direkt negativ auf die Entwicklung der Kinder aus, da ihre Lern- und Gedächtnisfähigkeit beeinträchtigt ist.**



Armut, Arbeitslosigkeit, Jugendschwangerschaften und Bandenkriminalität gehören zum Alltag vieler Jugendlicher in den Randzonen Bogotá.

In verschiedenen Studien konnte gezeigt werden, dass längerfristiger «chronischer Stress» zu Veränderungen im Gehirn führt. Er stört die Entwicklung von Hirnschaltkreisen, was zu weniger überlegtem und rationalem Handeln führt. **Personen, die sich in anhaltenden Stresssituationen befinden, handeln emotionaler und reaktiver und haben Probleme mit der Impulskontrolle. Eine weitere typische Folge von chronischem Stress in der Kindheit ist eine verminderte Aufmerksamkeit.**⁸

Da Vivamos Mejor die kontextbedingten, stressverursachenden Lebensumstände der Kinder und Jugendlichen nur beschränkt beeinflussen kann, konzentrieren wir uns bei unseren PSS-Interventionen auf die **Stärkung ihrer persönlichen Schutzfaktoren und sozialen Ressourcen, um mit den Belastungen besser umgehen zu können (coping mechanism/dt. Bewältigungsmechanismus).** Dabei orientieren wir uns am Resilienzmodell nach Brüstle (2015).

DURCH DIE STÄRKUNG IHRER PERSÖNLICHEN SCHUTZFAKTOREN UND SOZIALEN RESSOURCEN KÖNNEN KINDER UND JUGENDLICHE MIT BELASTUNGEN BESSER UMGEHEN.

3.2 Das Resilienzmodell

Gemäss Brüstle⁹ kann Resilienz als «psychische Gesundheit trotz Risikobelastung» verstanden werden und «die Fähigkeit, Krisen durch den Rückgriff auf persönlich und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklungen zu nutzen.»

Dieses Resilienzmodell orientiert sich also nicht nur an den individuellen, kognitiven und intrapsychischen Fähigkeiten, über die eine Person verfügt, um Widrigkeiten zu bewältigen, sondern berücksichtigt auch die sozialen und materiellen Ressourcen der Person innerhalb ihres Umfelds.

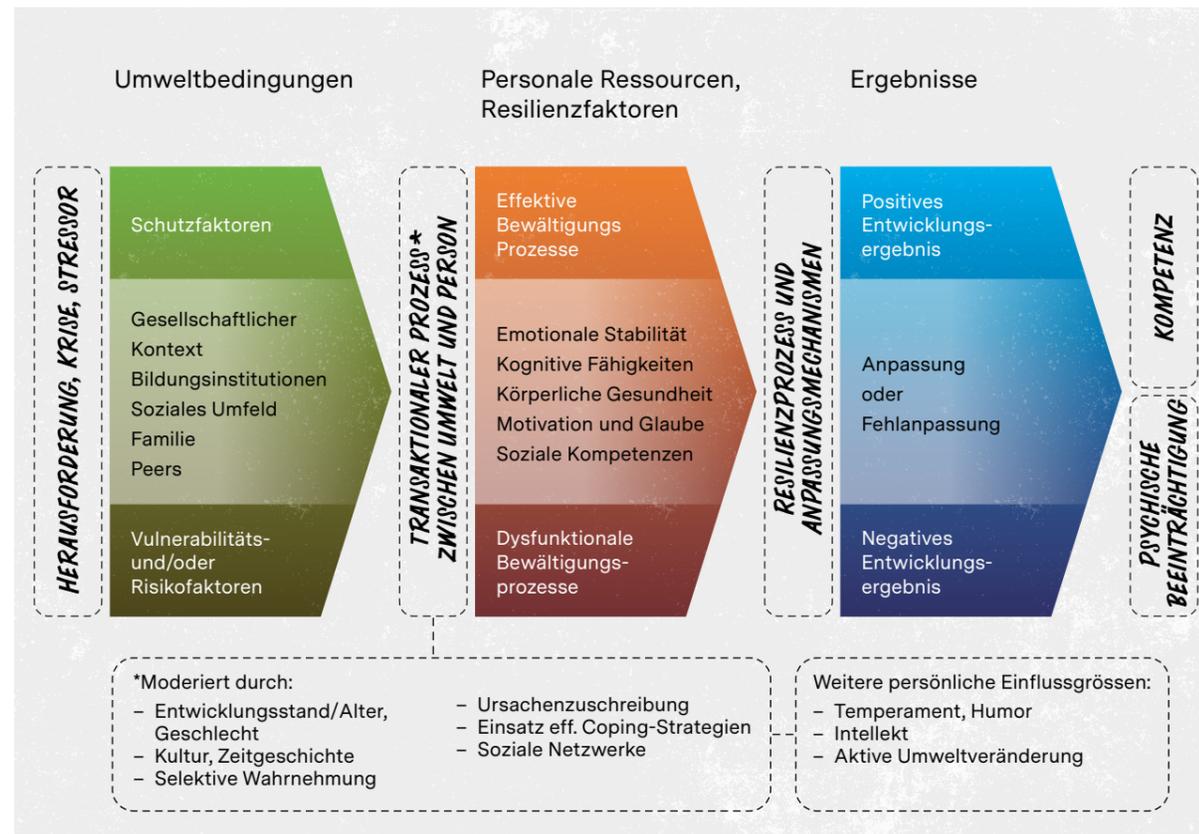
⁵ Unter dem Begriff «Krise» verstehen wir «any sudden interruption of the normal course of events in the life of an individual or a society that makes re-evaluation of modes of action and thought necessary. A general sense of loss of the normal foundations of day-to-day activities.» (IFRC, 2009)

⁶ Job-Stress-Index, 2020, S. 2

⁷ vgl. Wolf, 2018

⁸ Costandi, 2015 und INEE, 2016

⁹ 2015, S. 3



Angepasst von Brüstle, S. 5; *Nach Kumpfer 1999, mod. von Wurstmann 2004

3.3 Ressourcenstärkung für ein besseres Gleichgewicht

Die erfolgreiche Bewältigung einer Krise oder von belastenden Situationen bedingt, dass eine Person über ein Repertoire an persönlichen und sozialen Ressourcen oder, anders ausgedrückt, «Widerstandskräften» verfügt. Bildlich kann man sich dafür eine **Resilienz-Waage** vorstellen. **Im Idealfall stehen dabei Belastungen und Widerstandskräfte im Gleichgewicht.**

Bei vielen Kindern und Jugendlichen in unseren Projekten ist diese Waage im Ungleichgewicht, da die Belastungen schwerer wiegen als die Widerstandskräfte. **Mit der gezielten Stärkung ihrer persönlichen und sozialen Ressourcen unterstützt Vivamos Mejor die Kinder und Jugendlichen dabei, die Resilienz-Waage besser im Gleichgewicht zu halten bzw. infolge von Krisen und chronischer Überbelastung durch multiple Stressfaktoren wieder in ein Gleichgewicht zu bringen.**

Die Resilienz-Waage



ZIEL JEDER PSYCHOSOZIALEN INTERVENTION IST DIE KOGNITIVE, SOZIALE UND EMOTIONALE UNTERSTÜTZUNG EINER PERSON SOWIE DIE STÄRKUNG IHRES SOZIALEN NETZWERKS.

«Die psychosoziale Unterstützung hilft einer Person, unter Berücksichtigung von ihren Lebenserfahrungen, ihrem Umfeld und ihren zwischenmenschlichen Beziehungen, eine Konfliktsituation zu überwinden. Dies, indem man ihr Werkzeuge und Möglichkeiten bietet, um den besten Weg selbst zu finden.» (I. F., Psychologin in einem Berufsbildungsprojekt von Vivamos Mejor in Kolumbien)

Vivamos Mejor legt besonders viel Wert auf die Förderung von Fähigkeiten, die Kinder und Jugendliche **in ihrem Handeln ermächtigen.**

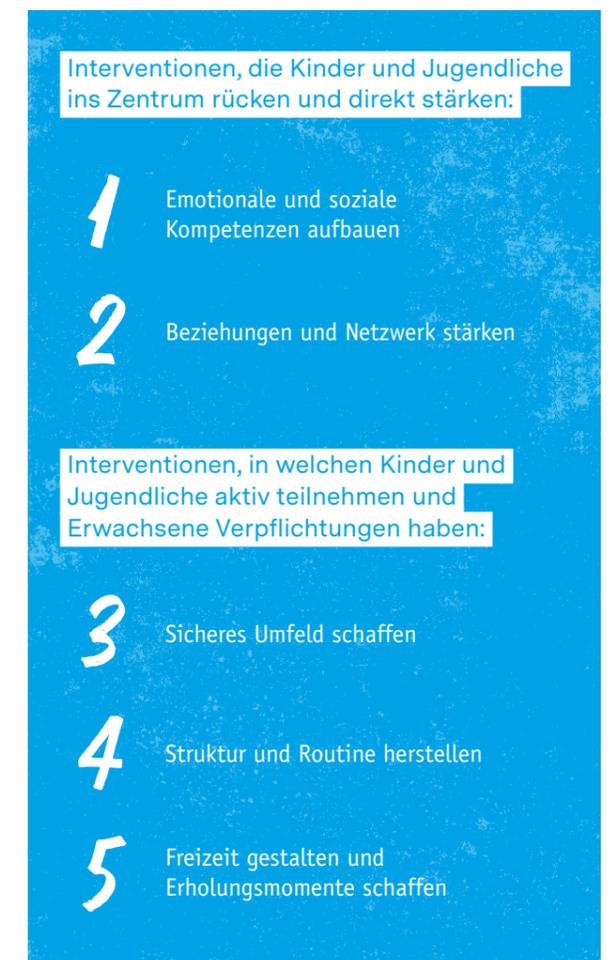
Dazu gehören:

- **Soziale Kompetenzen:** Verantwortung übernehmen, positive Beziehungen bilden, Zusammenarbeiten, Empathie entwickeln, effektiv kommunizieren, Diversität respektieren, Ziele setzen, Entscheidungen treffen
- **Emotionale Kompetenzen:** Selbstwirksamkeit erfahren und Selbstvertrauen entwickeln, mit eigenen Emotionen umgehen, sich zugehörig fühlen, Probleme bewältigen, kreative Lösungen suchen

3.4 Unsere fünf PSS-Grundelemente

Der psychosoziale Ansatz, durch den wir die sozialen und emotionalen Ressourcen der Kinder und Jugendlichen stärken, lässt sich nicht als Therapie oder spezifische Tätigkeit beschreiben. Viel eher verstehen wir darunter ein Zusammenspiel verschiedener Interventionselemente.¹⁰

Dabei konzentriert sich Vivamos Mejor, in Anlehnung an die «Mental Health and Psychosocial Support Guidelines» von UNICEF (2019) und dem «International Network for Education in Emergency» (INEE, 2016), auf folgende **fünf PSS-Grundelemente:**



Alle Aktivitäten dienen dazu, **den Kindern und Jugendlichen Sicherheit, Halt und Hoffnung zu geben.** Sie stärken ihre Resilienz und entwickeln nötige Fähigkeiten, um mit individuellen Belastungsfaktoren besser umzugehen. **Erst mit einer Resilienz-Waage im Gleichgewicht wird effektives Lernen möglich.** Kinder und Jugendliche können dem Unterricht folgen und erlangen bessere Zukunftsaussichten und Berufschancen.

¹⁰ «Psychosocial support refers to the actions that address both the psychological and social needs of individuals» (IFRC, 2009).

4

Wie Vivamos Mejor die fünf PSS-Elemente umsetzt

Das wichtigste Ziel für Vivamos Mejor ist, die Kinder und Jugendlichen im Erlernen **emotionaler und sozialer Kompetenzen** zu stärken. In Einzel- und Gruppenaktivitäten unterstützen wir sie darin, sich ihrer Fähigkeiten bewusst zu werden und Selbstvertrauen zu entwickeln. Durch spielerische Übungen lernen die Kinder und Jugendlichen, eigene Gefühle wahrzunehmen, einzuordnen und mitzuteilen, Empathie zu entwickeln und Beziehungen zu knüpfen. Um trotz schwieriger Bedingungen hoffnungsvoll in die Zukunft zu blicken, entwickeln die Jugendlichen in unserem Berufsbildungsprogramm persönliche Lebensprojekte und setzen sich kurz-, mittel- und längerfristige Ziele, an welchen sie sich orientieren können.

Unsere Projektmitarbeitenden informieren die Kinder und Jugendlichen ausserdem über ihre persönlichen Rechte und Pflichten und fördern dadurch ihr Autonomiebewusstsein und ihr Streben nach einem selbstbestimmten Leben.

FRÜHFÖRDERUNG MIT PSS IN KOLUMBIEN

In einem Frühförderungsprojekt in Kolumbien erzählen Kita-Betreuerinnen den Kindern die Geschichte des «Monsters der Emotionen», das von einem Gefühlschaos geplagt ist. Indem die Kinder jede Emotion einer Farbe zuordnen, helfen sie dem Monster, seine verschiedenen Gefühle zu erkennen und zu benennen. Die Geschichte regt die Kinder dazu an, sich auch mit ihrer eigenen Gefühlswelt auseinanderzusetzen und diese als etwas Natürliches wahrzunehmen, das weder gut noch schlecht, aber allen Menschen gemeinsam ist. Gleichzeitig lernen sie dabei, sich in andere Personen hineinzuversetzen und Mitgefühl zu entwickeln.

4.1 Systemisches Arbeiten

In allen Projekten setzt Vivamos Mejor den psychosozialen Ansatz **systembasiert** um. Dies bedeutet, dass nicht nur die Resilienz der einzelnen Kinder und Jugendlichen gestärkt wird, sondern auch ihre Rolle innerhalb ihres persönlichen **Netzwerks**.

Brücken in die Schule

In Elternzirkeln oder bei Hausbesuchen sensibilisieren Sozialarbeitende und Psycholog*innen die nahen **Bezugspersonen** (engl. caregivers) der Kinder für entwicklungsrelevante Themen wie liebevolle Erziehung, Vorschulbildung, Hygiene, Gesundheit und eine ausgewogene Ernährung.

«Die Bindung zwischen den Eltern und ihrem Kind versuchen wir bereits während der Schwangerschaft zu fördern und legen Vater und Mutter ans Herz, ab Geburt einen respektvollen Umgang mit ihrem Baby zu pflegen. Wir sensibilisieren die Bezugspersonen darauf, wie wichtig Zuneigung und Zärtlichkeit für die frühkindliche Entwicklung sind und animieren sie, die Kinder stets ihrem Alter entsprechend zu fördern ohne Druck auszuüben.» (B.R., Projektkoordinator Bildung und Soziales, Asociación Vivamos Mejor Guatemala)



Ist das Monster heute wütend oder zufrieden? Über Geschichten setzen sich die Kita-Kinder in Kolumbien mit verschiedenen Emotionen auseinander.



Weil Zuneigung und Zärtlichkeit für die frühkindliche Entwicklung wichtig sind, fördern wir die Eltern-Kind-Bindung in Guatemala bereits während der Schwangerschaft.

Brücken ins Berufsleben

Auch in unserem Berufsbildungsprogramm ist die Familienarbeit eine zentrale Komponente. Viele Jugendliche stehen aufgrund der prekären finanziellen Situation ihrer Familien unter Druck, ihre Berufsausbildung abzubrechen, um schnellstmöglich Geld zu verdienen. Unsere Projektmitarbeitenden sensibilisieren deshalb die Familienangehörigen auf die Wichtigkeit und den Stellenwert der Berufsausbildung.

«Im Rahmen von Familienanlässen ermutigen wir systematisch Familienmitglieder und Freunde dazu, die Jugendlichen zu unterstützen, ihre Ausbildung abzuschliessen und so ihre Chancen auf eine Anstellung und ein Einkommen erheblich zu steigern. Darüber hinaus bieten diese Anlässe den Familien die Möglichkeit, sich auszutauschen und gemeinsam positive Erholungsmomente zu erleben.» (A.P., Berufsbildnerin, Volver a la Gente, Kolumbien).

4.2 Psychologische Sicherheit und sichere Orte

Vivamos Mejor legt bei der Arbeit mit Jugendlichen und Kindern grossen Wert auf **psychologische Sicherheit**. Darunter verstehen wir das Vertrauen jedes Einzelnen, dass die Gruppe niemanden auslacht, zurückweist oder bestraft, der sich äussert.¹¹ Ein vertrauensvolles Klima herzustellen, in dem sich alle wohlfühlen, ist Aufgabe der Betreuungspersonen. Durch das Schaffen von Orten und

Momenten, bei welchen sich die Kinder und Jugendlichen unterstützt fühlen und ihre Gedanken frei zum Ausdruck bringen können, geben wir ihnen Halt, ein Gefühl von Geborgenheit und stärken ihr Selbstvertrauen.

Solche sicheren Räume (engl. Safe Spaces) können in unterschiedlichen Bereichen entstehen:

- in der **Vorschule oder Kita** durch eine kinderfreundliche Einrichtung, positive und vertrauensvolle Beziehungen zwischen Kindern und Betreuungspersonen sowie spielerische, anregende Lernaktivitäten
- in der **Berufsausbildung** durch einen offenen und wertschätzenden Umgang der Leiter*innen mit den Jugendlichen und durch kreative Gruppenaktivitäten zur Persönlichkeitsentwicklung
- in **Gemeinschaftszentren** durch ein spielerisches und kreatives ausserschulisches Angebot für Kinder und Jugendliche
- im **Elternhaus** durch die Stärkung der Beziehung zwischen Eltern und Kindern und die Förderung liebevoller Erziehungsmethoden

Unser Ziel ist, dass sich die Kinder, Jugendlichen und ihre Bezugspersonen als akzeptierter, wertgeschätzter und aktiver wahrnehmen und ihre Stärken und Ressourcen kennen.



Auch sportliche Gruppenaktivitäten sind Teil der Soft-Skills-Workshops, an denen die Jugendlichen in unserem Berufsbildungsprogramm regelmäßig teilnehmen.

4.3 Strukturen und Routinen schaffen

Kinder und Jugendliche brauchen zudem einen **strukturierten Alltag** und eine tägliche **Routine**, um Halt zu finden. Durch den regelmäßigen Besuch des Kindergartens, der Schule oder der Berufsschule mit fixen Unterrichtsblöcken, täglichen Ritualen sowie geregelten Pausen und Ruhemomenten, können sie sich in ihrem Leben orientieren und erfahren Stabilität.

Wichtig für die ganzheitliche Entwicklung der Kinder und Jugendlichen ist auch eine **sinnvolle Freizeitgestaltung**. In verschiedenen Projekten organisieren wir Theater- und Tanzübungen, Vorlesezirkel oder Quartieranlässe mit spielerischen Aktivitäten. Zudem feiern wir prägende Lebensereignisse, wie beispielsweise den Übertritt vom Kindergarten in die Primarschule oder den erfolgreichen Abschluss einer Berufsausbildung.

KINDER UND JUGENDLICHE BRAUCHEN EINEN STRUKTURIERTEN ALLTAG UND EINE TÄGLICHE ROUTINE, UM HALT ZU FINDEN.

EIN TYPISCHER TAG IN EINEM CEIBI-KINDERGARTEN IN GUATEMALA

Die CEIBI-Kindergärtnerinnen in Guatemala halten sich an einen strukturierten Tagesablauf. Von 8 bis 8:30 Uhr empfangen sie die Kinder. Diese spielen während der Ankunftszeit frei. Danach starten alle gemeinsam mit einem Begrüßungslied, gefolgt von einer kleinen Zwischenmahlzeit. Um 9 Uhr beginnt ein inhaltlicher Block, während dem sich die Kinder durch spielerische Übungen mit einem alltagsbezogenen Thema befassen.

Vor und nach dem Mittagessen lernen sie durch Lieder und Verse grundlegendes Hygieneverhalten wie Händewaschen und Zähneputzen. Gemeinsam räumen sie auf. Mit einem Abschiedslied endet der Unterricht nach dem Mittagessen.

WOCHENRHYTHMUS IN EINEM BERUFSBILDUNGSPROJEKT IN KOLUMBIEN

Dreimal pro Woche besuchen die Jugendlichen vormittags von 8 bis 12 Uhr den fachlichen Berufsunterricht. Nach dem Unterricht reinigen sie ihr Klassenzimmer und kehren entweder zurück zu ihren Familien oder bereiten ihr Mittagessen gemeinsam zu.

Einmal pro Woche nehmen sie ganztags an einem Soft-Skills-Workshop teil. Durch kreative körperliche Aktivitäten, wie beispielsweise Bewegungs- und Tanzübungen oder Rollenspiele, lernen sie, sich frei auszudrücken. Sie arbeiten auch an ihrem «Lebensprojekt», bei welchem sie sich kurzfristige, mittel- und längerfristige Ziele setzen, die sie erreichen wollen. Im Friedensunterricht reflektieren sie über soziopolitische Themen und über respektvollen Umgang mit ihren Mitmenschen.

4.4 Spielerischer Ansatz

In allen Bereichen verfolgt Vivamos Mejor einen spielerischen Ansatz, weil das Spiel eine natürliche und wesentliche Aktivität im Leben von Kindern ist. Im Spiel erkunden Kinder die Welt, erwerben soziale Kompetenzen, entwickeln ihre Fantasie und Kreativität und drücken ihre Gefühle aus. «Das Spiel ermöglicht ihnen, durch Erfahrungen zu lernen, Erfolg und Misserfolg auf sichere Weise zu erleben und Beziehungen zu anderen aufzubauen.» (K. C., Regionalkoordinatorin, Fundación Apoyar, Kolumbien)

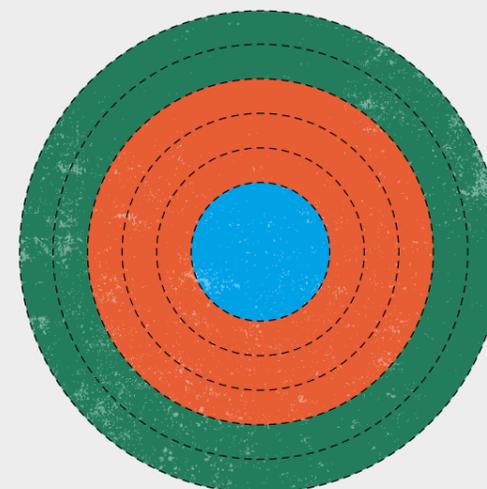
In Rollenspielen oder auch im freien Spiel erproben Kinder Handlungsmöglichkeiten, versetzen sich in die Position ihres Gegenübers und lernen dadurch neue Perspektiven kennen. Sie werden dazu animiert, Initiative zu ergreifen und Unbekanntes auszuprobieren. Spielerische Aktivitäten eignen sich zudem hervorragend, um eigene Interessen zu entdecken und zu schärfen. **Kinder erfahren im Spiel ihre Selbstwirksamkeit, stärken ihr Urteilsvermögen und entwickeln Vertrauen in ihre Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen.** Letztlich helfen spielbasierte Übungen auch, Lernerlebnisse positiv zu verankern und längerfristig abzuspeichern.

«SPIELEND LERNEN» IN HONDURAS

In unserem Projekt «Vorschulbildung gegen Bildungslücken» in Honduras lassen die Kindergärtner*innen die Kinder täglich wählen, wie sie gerne begrüßt werden möchten – mit einer liebevollen Umarmung, einem kräftigen Händedruck, von Fuss zu Fuss oder mit einem lässigen Handschlag. Je nach Gemütslage entscheiden die Kinder selbst, was für sie gerade passt. Und wenn sie Lust haben, können sie am folgenden Tag auch eine andere Grussform ausprobieren. Diese tägliche kleine Geste fördert ihre Autonomie, das Erkennen und Mitteilen der eigenen Gefühlsverfassung und regt zugleich ihre Kreativität an.

Sollten unsere PSS-Interventionen in spezifischen Situationen nicht ausreichen, um das Stresslevel der Kinder und Jugendlichen zu senken und schwierige Erfahrungen zu verarbeiten, beispielsweise bei akuten Traumata, werden diese an professionelle psychologische Dienste überwiesen.

Zusammengefasste Beispiele der PSS-Grundelemente



Kinder und Jugendliche

Soziale und emotionale Kompetenzen aufbauen: Aktivitäten zur Stärkung des Selbstbewusstseins, Kennen der eigenen Rechte und Pflichten, Erstellen eines Lebensprojekts, selbstständige Organisation von Aktivitäten, Führungsaufgaben übernehmen

Familie und Gemeinschaft

Beziehungen stärken: Elterngruppen, Hausbesuche, Elternschule, generationsübergreifende Besuchstage, Chatgruppen, Hilfe bei Einschreibungen in Schul- und Gesundheitsbehörden

Strukturen und Routine herstellen: fixer Tagesablauf (Begrüßungsritual, feste Zwischenmahlzeit), fixe Unterrichtsblöcke bei den Jugendlichen inklusive fester Aufgaben, regelmäßige Elternschule (z.B. Training zur positiven Erziehung)

Freizeit gestalten und Erholungsmomente schaffen: Theater- und Tanzaufführungen, Sportanlässe, Ausflüge, Quartieranlässe, Feste und wichtige Lebensereignisse feiern

Gesellschaft

Sicheres Umfeld schaffen: Vertrauensbasis zwischen Kindern und Betreuungspersonen aufbauen, spielerische und kreative Lernmethoden anwenden, sichere und kindgerechte Umgebung schaffen in der Schule, Familie und Gemeinschaft, Aktivitäten zu Konflikt- und Gewaltprävention

Aus dem geschützten Rahmen der Schule in die Gesellschaft: Jugendliche aktiv beim Übergang ins Berufsleben begleiten, Kompetenzen und Profile erarbeiten

4.5 Geschlechtergleichstellung

In unserem PSS-Ansatz ist das Erkennen und Berücksichtigen von gleichberechtigten, geschlechterspezifischen Bedürfnissen und Möglichkeiten zentral. In unseren Programmen stellen wir sicher, dass Mädchen und Jungen die gleichen Chancen und Fähigkeiten haben, ihre Meinungen und Ideen zu äussern, und an Aktivitäten teilzunehmen.

Auch bei der Familienarbeit setzen wir uns für eine **geteilte elterliche Verantwortung** ein und versuchen Rollenverteilungen zu durchbrechen, die von ungesunden Machtstrukturen geprägt sind. Wir sensibilisieren die Eltern darauf, dass eine starke Beziehung der Kinder und Jugendlichen zu ihren Vätern genauso wichtig ist, wie jene zu ihren Müttern. Wir animieren insbesondere auch männliche Bezugspersonen dazu, ihren Kindern gegenüber Zuneigung zu zeigen und sie in ihrer Entwicklung zu unterstützen.

4.6 Interkulturelles Verständnis

In unseren Projekten fördern wir soziales, emotionales und kognitives Lernen durch kulturell relevante Referenzen, ohne einem unreflektierten Traditionalismus zu folgen. Kinder, Jugendliche, Familien, Lehrpersonen und die Gemeinschaft werden dabei unterstützt, ihre Identität zu verstehen und wertzuschätzen.

KULTURELL ANGEPASSTER VORSCHULUNTERRICHT FÜR MAYA-KINDER IN GUATEMALA

In unserem Vorschulprojekt in Guatemala besuchen indigene Kinder täglich einen zweisprachigen Kindergarten. Sie kommen dort spielerisch mit der spanischen Sprache in Kontakt und eignen sich wichtige kognitive, motorische und soziale Fähigkeiten an. So sind sie besser auf den Übertritt in die Schule vorbereitet. Unterrichtet werden sie von ebenfalls indigenen Lehrpersonen, welche die zweisprachige Methodik erlernt haben und sie im täglichen Unterricht anwenden können. In CEIBI-Kindergärten gibt es zudem spezielle Spielecken, welche den Kindern eine Auseinandersetzung mit ihrer Kultur ermöglichen und ihre Kreativität fördern.



Oben: Positive Eltern-Kind-Erlebnisse in Kolumbien stärken die Bindung.
Unten: Spielerisches Wahrnehmungstraining in einem CEIBI-Kindergarten in Guatemala.

5 Lessons Learned

5.1 Herausforderungen unseres PSS

Die Zusammenarbeit mit den Familien bleibt eine Herausforderung. Nicht immer gelingt es, die Eltern zur Mitarbeit zu motivieren und ihr Interesse für die Vorschul- und Berufsbildung der Kinder zu wecken. Das kann daran liegen, dass sie vom täglichen Überlebenskampf zu sehr belastet sind, ihnen die aktive Beteiligung an Gemeinschaftsaktivitäten schwerfällt oder sie selbst die Schule kaum oder gar nicht besucht haben und daher der Bildung wenig Bedeutung beimessen. Einige Familien setzen die Jugendlichen in der Berufsausbildung aus finanziellen Nöten weiter unter Druck, ihre Ausbildung abzubrechen, um sofort mitzuerdienen.

5.2 PSS und Familienarbeit ist ein Must-have

Respektvoller Umgang seitens der engsten Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen spielt für die Verbesserung ihrer Lebenssituation und den schulischen Erfolg eine zentrale Rolle. Daher ist die Eltern- und Familienarbeit ein wichtiger Bestandteil jedes Projekts.

UNSERE RCT-WIRKUNGSSTUDIE AUS KOLUMBIEN BELEGT WISSENSCHAFTLICH, DASS PSS-INTERVENTIONEN GEEIGNET SIND, UM DAS STRESSLEVEL VON KINDERN UND JUGENDLICHEN ZU SENKEN.

5.3 Kostengünstige, gruppenbasierte Interventionen wirken

Aufgrund begrenzter Ressourcen und des Kostendrucks ist es in der Entwicklungszusammenarbeit selten möglich, allen Begünstigten psychologische Einzeltherapien anzubieten. Unsere RCT-Wirkungsstudie aus Kolumbien¹³ belegt wissenschaftlich, dass gruppenbasierte, spielerische PSS-Interventionen geeignet sind, um das Stresslevel von Kindern und Jugendlichen zu senken, ihr Wohlbefinden zu verbessern und ihre Resilienz zu stärken.

5.4 Wissenschaftlich belegte Wirkung von PSS

Als evidenzbasierte und lernende Organisation lassen wir die Wirkung unserer Interventionen regelmässig mit unabhängigen Studien von renommierten Universitäten überprüfen. Eine 2022 abgeschlossene **RCT-Studie belegt wissenschaftlich die Wirkung von PSS für die positive Lebensbewältigung von armutsbetroffenen Jugendlichen in Kolumbien**. Sie zeigt, dass junge Menschen in einer Berufsausbildung, die während der Pandemie auf psychosoziale Begleitung zählen konnten, die Krise statistisch signifikant besser gemeistert haben als Jugendliche, die ausschliesslich eine berufliche Ausbildung absolvierten. Auch erzielten die Jugendlichen mit psychosozialer Begleitung nach zwei Jahren höhere Einkommen als die Jugendlichen der Kontrollgruppen.



Mehr Informationen zur Wirkungsstudie finden Sie auf unserer Website unter www.vivamosmejor.ch/youth-empowerment-wirkt

5.5 PSS institutionell verankern

Dieses Dokument systematisiert unsere Erfahrung mit psychosozialer Unterstützung in Bildungsprogrammen und soll allen Interessierten konkrete Interventionsempfehlungen bieten.

Vivamos Mejor wird auf dieser Basis den Erfahrungs- und Wissensaustausch zwischen Partnerorganisationen in den nächsten Jahren verstärken und ermutigt alle Bildungsakteure, PSS als tragendes Element in ihre Programme zu integrieren.

6 Fazit

Psychosoziale Unterstützung ist ein zentrales Element, um das Wohlbefinden, eine potenzialausschöpfende Entwicklung und die Lernvoraussetzungen von armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen nachhaltig zu verbessern. **Dabei sind relativ kostengünstige gruppenbasierte, strukturierte, spielerische Interventionen möglich und zeigen belegbare Wirkung.**

Es braucht sowohl Interventionen, welche direkt auf die Primärzielgruppen Kinder und Jugendliche ausgerichtet sind, als auch solche für ihre engen Bezugspersonen (caregivers). Für die Entwicklung und Umsetzung von psychosozialen Interventionen braucht es Fachpersonal, das einen wertschätzenden Umgang vorlebt und fördert.

In unseren Projekten unterstützen deshalb erfahrene Fachpersonen in Frühförderung, Psychologie und Sozialarbeit die Kinder und Jugendlichen durch ressourcenorientierte Workshops, Fähigkeiten zu entwickeln, um sowohl den Alltagsstress als auch traumatische Erlebnisse besser zu bewältigen. Durch spielerische, kreative und anregende Aktivitäten tragen wir zu positiven kognitiven, sozialen und emotionalen Erfahrungen der Kinder und Jugendlichen bei und fördern damit ihre mentale Gesundheit und Resilienz.



Wir bieten jungen Menschen einen geschützten Raum, um neben ihrer Berufsausbildung ihre sozialen Fähigkeiten zu stärken und Resilienz aufzubauen. Diese Fähigkeiten helfen ihnen dabei, langfristig im Arbeitsleben Fuss zu fassen.

Begleitend wirken wir durch unsere Projektinterventionen auf das schulische und familiäre Umfeld der Kinder und Jugendlichen ein und helfen, bessere Rahmenbedingungen für sie zu schaffen. Wir bieten ihnen eine tägliche Routine, die es ihnen erlaubt, sich in ihrem Alltag zu orientieren und an den individuellen Problemen zu arbeiten. Sie trainieren ihr Sozialverhalten, lernen ihre Handlungsmöglichkeiten kennen und kommen durch bewusst geschaffene Erholungsmomente zur Ruhe.

Den Kindern und Jugendlichen wird durch die offene und einfühlsame Betreuung der Fachpersonen und durch **die Schaffung von sicheren Räumen ermöglicht, ihre psychologische Sicherheit zu festigen.** Mit dem Einbezug der Familien fördern wir auch die Kompetenzen ihrer engsten und wichtigsten Bezugspersonen. Wir sensibilisieren für gewaltfreie Erziehungsmethoden und unterstützen die Kinder und Jugendlichen bei der Stärkung ihres sozialen Netzwerks.

Erst wenn die Kinder genügend Vertrauen in ihre sozio-emotionalen Fähigkeiten und ihr soziales Unterstützungsnetzwerk aufgebaut haben, können sie sich auf die Schule, die Ausbildung und damit verbundene Lernprozesse konzentrieren. Wir sind überzeugt, dass nur so der Schritt in eine erfolgreiche und unabhängige Zukunft gewährleistet ist.

7 Literatur und Inputs

Literatur

Antunes, A. Esposito, E., Lalive, R., Moya, (2022). Promoting Opportunities for Vulnerable Youth in Colombia: Evidence from a Randomized Controlled Trial Evaluating Combining Job Training with a Youth Empowerment Program: An impact evaluation of Vivamos Mejor in Colombia, Université de Lausanne

Amnesty (2018). Die Menschenrechtslage in Kolumbien. Online <https://www.amnesty.ch/de/laender/amerikas/kolumbien/dok/2018/die-menschenrechtslage-in-kolumbien>

Betcherman, G., K. Olivás & A. Dar (2004). Impacts of Active Labour Market Programs: New Evidence from Evaluations with Particular Attention to Developing and Transition Countries. World Bank Social Protection Discussion Paper 0402, Washington, DC

Brüstle, M.A. (2015). Resilienz, ein Überblick. Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit. https://ofpg.ch/wp-content/uploads/Ueberblick-Resilienz_M.A.Bruestle2015.pdf

Card, D. Ibararán P. Regalia F. Rosas D. & Soares Y. (2011). The Labor Market Impacts of Youth Training in the Dominican Republic. Journal of Labor Economics

Costandi, M. (2015). Stress und das Gehirn. In: 50 Schlüsselideen Hirnforschung. Springer Spektrum, Berlin, Heidelberg.

DFAE (2016). SECURITY GUIDELINES para Ciudad de Guatemala

Edmondson AC (1999). Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams. *Admim Sci Q* 44(2):350-383

FIDEG (2015). Encuesta de hogares para medir la pobreza en Nicaragua. Online http://fideg.org/wp-content/uploads/2017/02/INFORME_DE_RESULTADOS_DE_LA_ENCUESTA_2015_-_Versin_WEB_270616.pdf

Fundación Apoyar (2018). Proyectos Jóvenes Planeación.

Gabriel, T. (2005): Resilienz – Kritik und Perspektiven. In: Zeitschrift für Pädagogik 51 (2), S. 207-217.

GIZ (2018). Online <https://www.giz.de/de/weltweit/397.html>

Guzman, V. (2018). Online <https://amerika21.de/2018/02/195614/umsetzung-friedensabkommen-kolumbien>

Höke, Julia (2011). Die Bedeutung des Spiels für die kognitive Entwicklung. Online https://www.kita-fachtexte.de/uploads/media/KiTaFT_Hoeke_2011.pdf

IFRC (2009). Community-based psychosocial support: Participant's book. Online http://pscentre.org/wp-content/uploads/CBPS_ENParticipant.pdf

IFRC (2014). Psychosocial Support for Youth in Post-Conflict Situations: A trainer's handbook. Online https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/1679_rcy_youth_manual_T2.pdf

INEE (2016). Background Paper on Psychosocial Support and Social and Emotional Learning for Children and Youth in Emergency Settings. Online <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/INEE.pdf>

Stamm, M. (zusammen mit I. Halberkann)(2013). Resilienz – eine kritische theoretische Begriffsanalyse. Zeitschrift für Sozialpädagogik, 11, 2, 116-128.

Transparency (2018). Online https://www.transparency.org/news/feature/corruption_perceptions_index_2017

UNHCR (2017). Global Trends. Forced displacement in 2016. Online <http://www.unhcr.org/5943e8a34.pdf>

UNICEF (2005). Programming for Psychosocial Support Frequently Asked Questions.

UNICEF (2019). Mental Health and Psychosocial Support Guidelines.

Vargas, J. (2011). Los desplazados en Bogotá y Soacha: Características y protección. Online http://www.ugr.es/~revpaz/tesinas/pc_n4_2011_dea1.pdf

Wolf, O. (2018). Wie Stress unser Gedächtnis beeinflusst. Neueste Einsichten der Stressforschung. Online http://www.kath.ruhr-uni-bochum.de/mam/notfallseelsorge/downloads/wolf_stress.pdf

Weltbank (2018). Online <https://datos.bancomundial.org/pais/colombia>

Weltbank (2018b). Online <https://data.worldbank.org/country/nicaragua>

WKO (2017). Länderprofil Nicaragua. Online <https://wko.at/statistik/laenderprofil/lp-nicaragua.pdf>

Wunderlich, V. (2017). Nicaragua. Online <https://www.liportal.de/nicaragua/geschichte-staat/#c3437>



In diesem Kindergarten in Honduras starten die Kinder in einem Singkreis in den Tag.

Interviewpartner*innen

A.C., PSS-Projekt Koordinatorin, Fundación Apoyar, Kolumbien

M.P., Projektbegünstigter Berufsbildung aus Projekt mit Fundación Apoyar, Kolumbien

M.B., Projektbegünstigter Berufsbildung aus Projekt mit Volver a la Gente, Kolumbien

J.G., Psychologin, FEREMA, Honduras

D.L., Vorschullehrerin, aus Projekt mit Instituto de Promoción Humana Somoto, Nicaragua

J.C., Projektkoordinatorin, Fundación Apoyar, Kolumbien

N.S., Projektkoordinatorin, Fundación Apoyar, Kolumbien

J.G., Kita-Leiter aus Projekt mit Fundación Apoyar, Kolumbien

K.L., Bildungs- und Frühförderungsspezialistin, FEREMA, Honduras

L.M., Projektkoordinator, Asociación Vivamos Mejor Guatemala, Guatemala

J.M., Subkoordinatorin Bildungsprojekte, Asociación Vivamos Mejor Guatemala, Guatemala

K.C., Projektkoordinatorin, Fundación Apoyar, Kolumbien

M.P., Vorschullehrerin aus Projekt mit Asociación Vivamos Mejor Guatemala, Guatemala

Y.M., Kita-Leiterin aus Projekt mit Fundación Apoyar, Kolumbien

A.D., Projektbegünstigter Berufsbildung aus Projekt mit Volver a la Gente, Kolumbien

L.S., Projektbegünstigter Berufsbildung aus Projekt mit Fundación Apoyar, Kolumbien

A.P., Berufsbildnerin, Volver a la Gente, Kolumbien

B.R., Abteilungsleiter Bildungsprojekte, Asociación Vivamos Mejor Guatemala, Guatemala

E.R., Berufsbildnerin, Volver a la Gente, Kolumbien

K.S., Projektbegünstigter Berufsbildung aus Projekt mit Volver a la Gente, Kolumbien

N.A., Projektbegünstigter Berufsbildung aus Projekt mit Fundación Apoyar, Kolumbien

M.I., Vorschullehrerin aus Projekt mit Asociación Vivamos Mejor Guatemala, Guatemala

A.G., Projektkoordinator, Instituto de Promoción Humana Somoto, Nicaragua



Die Unterstützung ihrer engsten Bezugspersonen ist für die Verbesserung der Lebenssituation und den schulischen Erfolg von armutsbetroffenen Kindern und Jugendlichen zentral.

Vivamos Mejor
Thunstrasse 17, CH-3005 Bern

Geschäftsstelle Zürich,
Ausstellungsstrasse 41, 8005 Zürich

info@vivamosmejor.ch
www.vivamosmejor.ch
Tel. +41 (0)31 331 39 29

Berner Kantonalbank, CH-3011 Bern
IBAN CH34 0079 0016 8757 8007 3

Vivamos Mejor ist seit 1992 ZEWo zertifiziert.



**Ihre Spende
in guten Händen.**

Vivamos Mejor unterstützt durch zeitlich befristete «Hilfe zur Selbsthilfe» benachteiligte Gemeinschaften dabei, den Armutskreislauf zu durchbrechen. Die gemeinnützige Schweizer Stiftung konzentriert sich auf die Themen Bildung, Wasser und Nahrung. Sie macht Kleinkinder für die Einschulung fit, hilft jungen Menschen beim Eintritt ins Erwerbsleben und unterstützt Kleinbauernfamilien beim nachhaltigen Umgang mit Wasser und Boden.

IMPRESSUM Text: Ira Amin, Madeleine Colbert, Samantha Kuster, Sabine Maier; Lektorat: Bruno Meyer, Grafik: Martina Meier; Fotos: Charlie Cordero (Fairpicture), Vivamos Mejor; Druck: Dieser Druck wurde ermöglicht durch den Print Service der Credit Suisse AG.