Die Überschwemmungen Lass uns darüber reden!



Dieses Heft gehört

Ein kleines Vorwort für die Erwachsenen

Wir haben kürzlich eine schwierige und unerwartete Situationen erlebt. Viele Gefühle haben sich angestaut und bedrücken uns. Wir brauchen jetzt einen Ausgleich zur Wiederherstellung unseres Gleichgewichts: z.B. durch körperliche Aktivitäten, Entspannungsmomente, Gespräche und Austausch mit anderen,...

Die Kinder brauchen jetzt ebenfalls unsere Unterstützung, um das Erlebte, die Eindrücke, das was sie gesehen haben und immer noch fühlen in Worte zu fassen. Ich möchte zu der Situation meinen Beitrag leisten, indem ich dieses kleine Heft zum Ausmalen und zum Ergänzen zur Verfügung stelle.

Es muss nicht alles auf einmal gemacht und ausgefüllt werden. Der Austausch mit den Kindern kann auch mündlich stattfinden.

In diesem Heftchen werden folgende Punkte angesprochen:

Zuhören und ausdrücken der Gefühle und des Erlebten:



Hören Sie dem Kind zu, ohne seine Aussagen zu werten oder zu mindern. Wenn Sie dem Kind mit Interesse zuhören, wird es Ihnen seine Gefühle vertrauensvoll mitteilen und so seinen Stress nach und nach abbauen, Zögern Sie nicht, für die Größeren, die es manchmal viel schwerer haben sich anzuvertrauen, andere Erwachsene zu Rate zu ziehen. Wenn Sie merken, dass das Kind sich Ihnen verweigert, können andere Menschen an Ihrer Stelle zuhören und mit ihm reden.



Viele Fragen: Versuchen Sie, auf die Fragen des Kindes zu antworten, um es zu beruhigen und Sicherheit zu vermitteln, auch wenn Sie ihm nicht versprechen können, dass so etwas nicht mehr passieren wird. Zeigen Sie ihm, dass Sie seine Fragen ernst nehmen. Wenn Sie spüren, dass es für das Kind wichtig ist, suchen Sie gemeinsam bei anderen Menschen oder über das Internet nach Antworten.



Die Haltung: Wie auf eine schwierige Situation reagieren? Am Beispiel verschiedener Tiere werden dem Kind unterschiedliche Verhaltensweisen der Menschen in schwierigen Situationen vorgestellt.* Anhand dieser Beispiele kann es dann Menschen benennen, die ähnlich agieren wie im Tierbeispiel. Dadurch kann das Kind sich, auch dank Ihrer einfühlsamen Empfehlungen, für die eine oder andere persönliche Haltung entscheiden.



Positive Betrachtung: Wenn Sie sich dazu bereit fühlen, nehmen Sie sich Zeit! Überlegen Sie gemeinsam mit dem Kind, was gut ist und wofür es trotz des Erlebten dankbar sein kann. Planen Sie gemeinsam neue Projekte, wie klein diese auch sein mögen. So zeigen Sie dem Kind, dass es wieder Vertrauen ins Leben haben und weiter auf Sie zählen kann. Dann wird es ebenfalls spätere Erlebnisse besser bewältigen können.

Ich wünsche Ihnen das Beste für die Zukunft! Geneviève Aldenhoff-Pire

^{*}Persönliche Bearbeitung des Werkzeugs : « La croix des animaux » du programme « Graines de médiateurs » ASBL Université de Paix

Es war zuviel Wasser da – viel zu viel!
Und das hat Schäden angerichtet...
Schreibe oder male, was du gesehen, gehört und/oder erlebt hast...

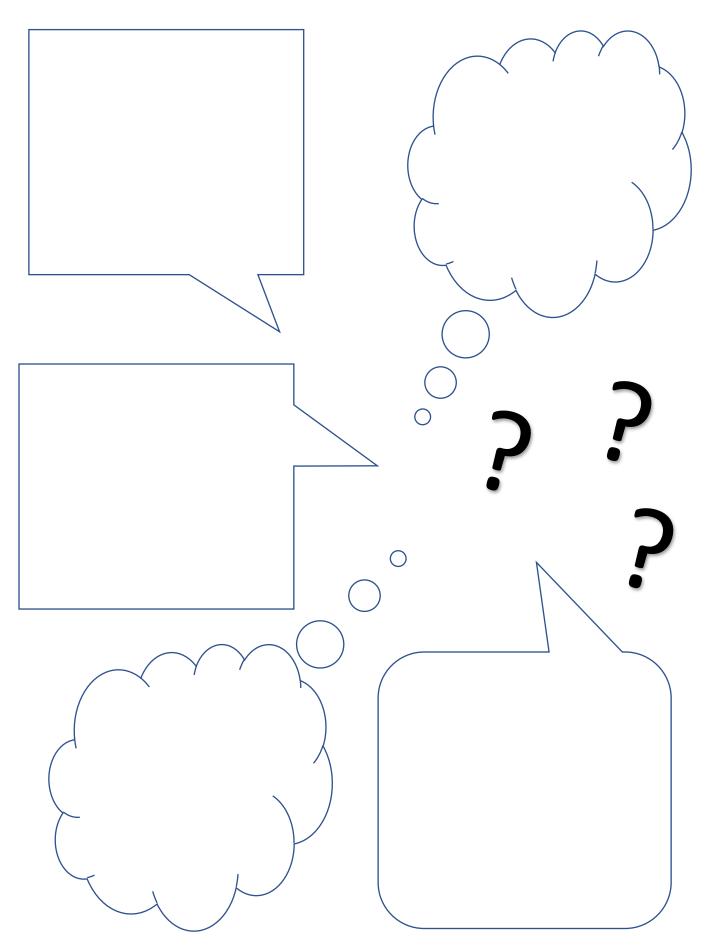
Welches waren und sind deine Gefühle...



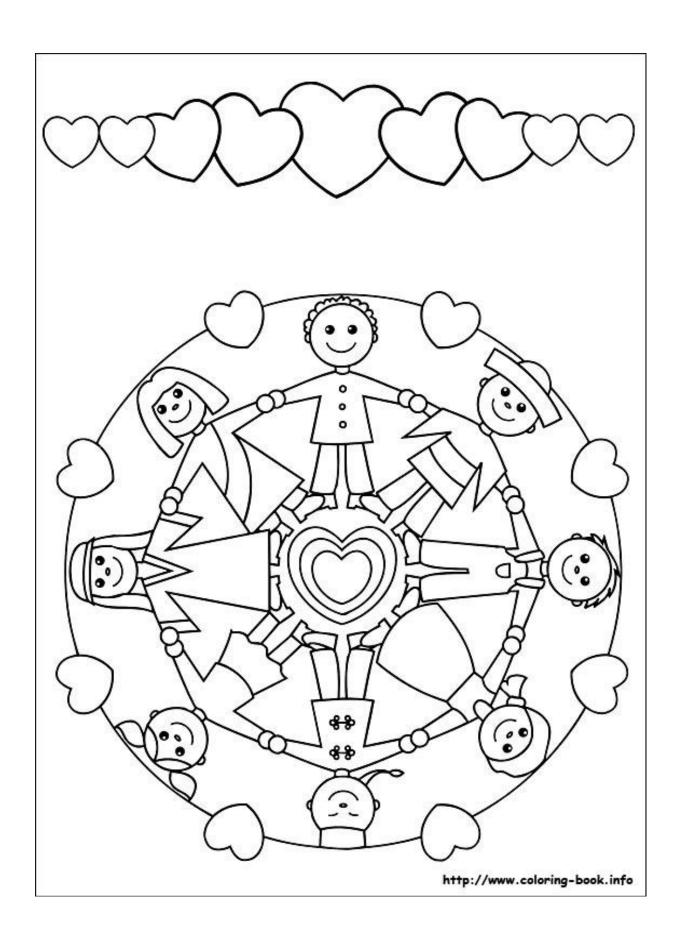
Was würdest du dir jetzt wünschen? Umkreise und /oder vervollständige!

| lch möchte kuscheln | Ich möchte schreien | Ich möchte über etwas anderes reden |
|-----------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| Ich möchte | Ich möchte wiedersehen | Ich möchte nach/zu(m)gehen |
| lch möchte spielen | Ich möchte nach Hause gehen | Ich möchte |
| Ich möchtewiederfinde | en Ich möchte in meinem Zimmer se | ein Ich möchte mitsein |

Hast du Fragen? Was möchtest du wissen?



Viele Menschen haben geholfen! Wusstest du das?



Ich habe LÖWEN gesehen

Löwenmenschen sind Menschen, die ihren ganzen Mut und ihre Kraft eingesetzt haben, um Sperren zu bauen, um das Wasser umzuleiten, um alles wegzuräumen, was kaputt ist, um das zu reparieren, was repariert werden kann,...

Die Löwen müssen gut auf ihre eigene Sicherheit aufpassen und gut überlegen bevor sie losrennen.



Und du? Hast Du Löwenmenschen gesehen? Schreibe hier ihre Namen/Berufe auf!

Ich habe DELPHINE gesehen

Delphinmenschen sind Menschen, die für andere sorgen, wenn es ihnen nicht gut gehl Sie bringen zu Essen und zu Trinken, sie besorgen Kleider oder Möbel,...
Sie hören, was nicht geht und sprechen liebe Worte, um zu trösten.

Und du? Hast du Delphinmenschen gesehen? Schreibe hier ihre Namen/Berufe auf!

Ich habe SCHILDKRÖTEN gesehen

Schildkrötenmenschen sind Menschen, die sich in ihre Schildkrötenpanzer zurückziehen und dort ruhig verweilen. Sie warten bis die Hilfe da ist, die sie brauchen. Sie können sich auch selbst zur Seite stellen und schauen, was geschieht, ohne die anderen zu stören. Manchmal hat die Schildkröte so große Angst, dass sie sich nicht mehr bewegt und vergisst zu gucken, sich in Sicherheit zu bringen.

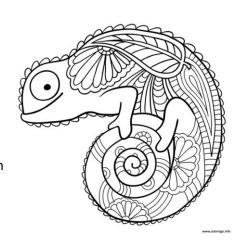


Ich habe CHAMÄLEONS gesehen

Chamäleonmenschen passen sich an und verstecken sich in ihrem Umfeld. Diese Menschen folgen denen, die für sie entscheiden.

Sie kommen und fragen bei der Feuerwehr oder beim Roten Kreuz, wie sie helfen können.

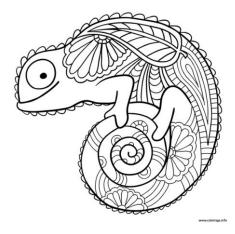
Manchmal lassen sie sich beeinflussen und tun Dinge, die sie nicht wirklich tun wollten. Sie folgen manchmal falschen Freunden und lassen sich anstiften, beispielsweise zu stehlen, oder etwas zu zerstören..

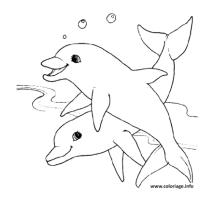


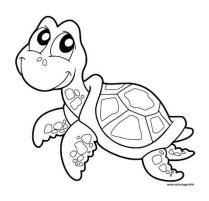
Und du? Hast Du Chamäleonmenschen gesehen? Schreibe hier ihre Namen/Berufe auf!

Und du? Wie welches Tier hast du gehandelt? Wähle dieses Tier aus und färbe es bunt!





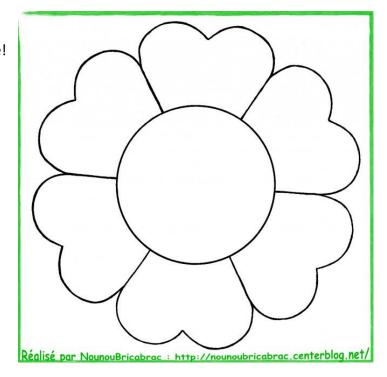




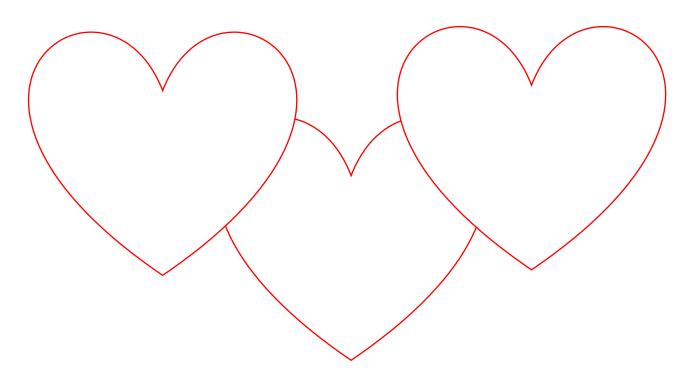
Du bist nicht allein!

Erwachsene werden dir helfen und dich beschützen!

Schreib deinen Namen in das Herz der Blume!
Schreib auf die Blütenblätter die Vornamen der
Personen, die dir geholfen haben oder mit
denen du rechnen kannst, wenn es schwierig
wird – Personen die immer für dich da sind!



Und zum Schluss kannst du hier positive Dinge aufschreiben oder malen, die passiert sind oder bald passieren werden.



Nachwort

Dieses Heft wurde von **Geneviève Aldenhoff-Pire** - Sozialarbeiterin in einem PMS Zentrum in der Wallonie – erstellt. Es soll den Kindern helfen, die die schweren Überflutungen und deren Konsequenzen im Juli 2021 erlebt haben.

Wir danken Frau Aldenhoff-Pire sehr dafür, dass sie über Facebook, dieses Heft geteilt und dessen Veröffentlichung erlaubt hat.

Sie hat ohne Zögern ihre Zustimmung zur Übersetzung ins Deutsche gegeben, damit das Heft auch in Ostbelgien ausgeteilt werden kann.

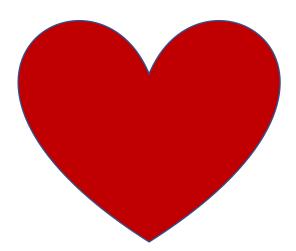
Ihr gebührt ein ganz lieber Dank.

Ein besonderer Dank geht an Karin Schneider für ihre wertvolle Unterstützung bei der Übersetzung. Danke an die Personen, die die deutsche Übersetzung nachgelesen haben. Geneviève Aldenhoff-Pire hat uns mitgeteilt, dass eine englische Version in Vorbereitung ist.

Dieses Heft darf verbreitet und kopiert werden.

August 2021

Zusammen sind wir stark!



Marie-Noëlle Weber-Schmetz

Diplom Psychologin – Trauma-Therapeutin

<u>genevievealdenhoff@outlook.com</u> (französichsprachige Person) weber.schmetz@siebenstern.be