



In der Familie eigene Lösungen finden



«Familienkonferenzen» sind eine innovative Methode, die es Familien ermöglicht, eigene Lösungen für ihre Probleme zu finden und die Verantwortung zu übernehmen, diese auch umzusetzen. Alle Familienmitglieder, egal welchen Alters, haben ein Mitspracherecht. Die Methode hat sich in über dreissig Ländern etabliert. Seit 2016 wird sie auch von Amica Educa angeboten.

Wenn eine Familie schon Schwierigkeiten damit hat, ihre Grundbedürfnisse zu erfüllen, ist es oft nur ein kleiner Schritt zu weiteren Problemen; die Kinder werden vernachlässigt und entwickeln psychische Auffälligkeiten und Suchttendenzen, Gewalttätigkeiten sind keine Seltenheit. Aus Scham wird darüber nicht geredet, auch nicht mit der erweiterten Familie. Leider sind sich die meisten Familien nicht bewusst, dass sie selber genügend Fähigkeiten besitzen, um gewisse familiäre Probleme zu lösen. In einer «Familienkonferenz» bei Amica Educa lernen sie, wie das funktioniert.

Die Themen, die in einer Familienkonferenz behandelt werden, sind vielfältig. Von sozialer Isolation von Kindern durch häufigen Schulwechsel oder Mobbing über unregelmässigen Schulbesuch, Mangel an Zusammenarbeit von Eltern und Schule, Gewalt gegen Kinder, Aufmerksamkeits- und Kommunikationsschwierigkeiten bis zu finanziellen Schwierigkeiten der Familien kann alles behandelt werden. Allerdings wird pro Konferenz immer nur an einem zentralen Thema gearbeitet. Wird

ein «Initiator» – eine Sozialarbeiterin aus dem Beratungszentrum von Amica Educa, vom Sozialamt oder eine dafür ausgebildete Fachperson aus der Schule – auf eine betroffene Familie aufmerksam, schlägt er oder sie eine Familienkonferenz vor.

In drei Schritten zu einem Plan

Eine unabhängige Koordinatorin ist verantwortlich für die Organisation an einem neutralen Ort, zu dem die Familie auch Mitglieder der erweiterten Familie vorschlagen kann. Das Treffen startet mit einem informativen Teil, in dem der Initiator, die unabhängige Koordinatorin und andere Fachleute der Familie alle nötigen Informationen und Anweisungen, also die Spielregeln vermitteln. Im zweiten Teil, der «Familienzeit» ohne weitere Anwesende, entwickelt die Familie gemeinsam einen Plan. Alle – auch die Kinder – dürfen ihre Meinung äussern und Vorschläge machen. Im Plan mit den detaillierten Schritten übernimmt jeder Teilnehmer eine bestimmte Rolle. Anschliessend überprüft der Initiator im dritten Teil, ob der Plan im besten Interesse der Familie ist und nicht gegen das Gesetz verstösst. Nach

zwei Monaten führt die Koordinatorin ein Interview mit einigen Familienmitgliedern durch, um die Umsetzung zu überprüfen.

Finanzierung noch nicht gesichert

Implementiert wurde das Projekt Familienkonferenzen bei Amica Educa in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für soziale Arbeit in Tuzla. Mittlerweile bestehen Partnerschaften mit sieben Grund- und Oberstufenschulen und Kooperationen mit vielen NGOs und anderen wichtigen Institutionen wie dem Mental Health Center oder dem Educational Center. Seit 2016 hat Amica Educa siebenundzwanzig Familienkonferenzen mit mehr als dreihundert Teilnehmerinnen und Teilnehmern durchgeführt. Laut Evaluationen wurden mehr als 75 % der erstellten Pläne vollkommen umgesetzt. Dieses Projekt wird in Bosnien-Herzegowina vertreten durch IN Fondacija, die Stiftung zur Förderung der sozialen Inklusion von Kindern und Jugendlichen in Bosnien-Herzegowina. IN Fondacija ist Mitglied des europäischen FGC-Netzwerks. Die Stiftung finanziert das Projekt bei Amica Educa von 2016 - 2019. Danach ist die Finanzierung noch nicht gesichert.

AMICA-Aktualitäten

Fortsetzung «In der Familie eigene Lösungen finden»

Den Abschluss schaffen

Ein 18-jähriger junger Mann bekam Probleme in der Schule, als er der Erpressung beschuldigt wurde, die aber nie bewiesen wurde. Er wurde depressiv und begann eine Gruppentherapie in der Universitätsklinik in Tuzla. Die Antidepressiva, die er verschrieben bekam, hatten einen negativen Einfluss auf seine bisher guten Schulleistungen; er schwänzte die Schule, schlief während des Unterrichts und entwickelte ein selbstzerstörerisches Verhalten. Das Hauptziel dieser Familienkonferenz (Eltern und Schwester) war, dass der junge Mann seine Abschlussprüfungen in der vierten Klasse des Gymnasiums bestehen würde. Er sollte auch psychologische Unterstützung erhalten und sich wieder sozial integrieren. Nach der Familienkonferenz schaffte es der junge Mann, sich mit Unterstützung vieler Lehrer des Gymnasiums auf die Abschlussprüfungen vorzubereiten. In der Zwischenzeit besuchte er regelmässig einen Psychotherapeuten bei Amica Educa. Seine geistige Gesundheit und seine Haltung verbesserten sich, sodass die Antidepressiva reduziert werden konnten. Auch die Zusammenarbeit von Familie und Schule verbesserte sich. Es wurden nicht nur alle Ziele innerhalb des Zeitrahmens erreicht, sondern die involvierten Personen in der Schule konnten auch miterleben, dass diese Methode sehr hilfreich sein kann.



Aida Vrabac Trnačević

Aida ist Sozialarbeiterin bei Amica Educa und sowohl als Initiatorin für Familienkonferenzen als auch als unabhängige Koordinatorin ausgebildet. «Familienkonferenzen werden bisher in Tuzla von keinen anderen NGOs angeboten. Die Arbeit in Partnerschaften mit Institutionen stärkt die

bereichsübergreifende Zusammenarbeit, von der ich glaube, dass sie der einzige Weg ist, um bedürftige Familien ausreichend unterstützen zu können. Familien dabei zu helfen, sich auf ihre eigenen Kapazitäten zu besinnen, bringt langfristige Resultate: Die Familie wird sich ihrer eigenen Ressourcen sowie der Ressourcen in der lokalen Gemeinschaft bewusst und integriert sie in ihren Alltag. Dadurch wird sie weniger bis gar nicht mehr von der Sozialhilfe abhängig. Für mich persönlich ist es ein befriedigendes Gefühl, jemandem in Not helfen zu können und Teil zu sein einer Veränderung zum Besseren.»

Editorial



Ich-Botschaften senden und aktiv zuhören. Das habe ich – die bald 70-jährige – in den siebziger Jahren bei der Kindererziehung gelernt. Sind Sie jünger, sind Ihnen diese Umgangsformen und Verhaltensregeln vielleicht vertraut oder wenigstens bewusst erstrebenswert. Ich denke, die damals von Thomas Gordon als Familienkonferenz entwickelte «niederlagelose Konfliktlösung», auch als Win-Win-Strategie bekannt, hat nichts von ihrer Aktualität eingebüsst. Insbesondere in einem Land, von dessen Familien über-

durchschnittlich viele nahe Angehörige fern im Ausland leben, ist dieses Angebot umso dringlicher. Es freut mich deshalb sehr, dass Amica Educa seit 2016 auch Familienkonferenzen anbietet. Gestartet wurde dieses Projekt in Zusammenarbeit mit dem Sozialamt in Tuzla. Aida Vrabac Trnačević, Sozialarbeiterin und Koordinatorin der Familienkonferenzen, stellt die Methode in unserem Hauptartikel vor.

Mit grossem Enthusiasmus arbeitet unser Team in Tuzla Tag für Tag daran, vor allem Frauen, Kinder und Jugendliche zu stärken, damit sie ihr Leben aktiv mitgestalten können. In den kommenden Ausgaben der AMICA-Aktualitäten stellen wir Ihnen deshalb je eine Mitarbeiterin von Amica Educa vor. Natürlich beginnen wir mit der Hauptverantwortlichen, der Direktorin Selma Aličić (Seite 3).

Im Juni haben wir zu einer speziellen Jahresversammlung eingeladen: Wenn wir uns schon für Frauen in Bosnien ein-

setzen, so ist es auch mal interessant zu erfahren, wie wir uns durch kleine Tipps und Achtsamkeiten vor ungewünschten Annäherungen schützen können oder was im Falle eines Angriffs in unseren Möglichkeiten liegt. Jürg Schenk, erfahrener Kursleiter und Coach in Selbstverteidigung für Frauen, hat uns nicht nur Tipps und Tricks vermittelt, sondern uns auch gleich zum Üben eingeladen. Maja Jäggi berichtet darüber auf Seite 4. Dort finden Sie auch einen kurzen Rückblick auf die Jahresversammlung 2018.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre und bedanke mich, dass Sie uns begleiten bei der Stärkung und Entwicklung von Amica Educa.

Andrea von Bidder, Präsidentin

Professional Profile Selma Aličić



Seit 2003 bei Amica Educa, seit 2008 Geschäftsführerin. Leitet die Seminare und Trainings «Familiendynamik», «Kreatives Ausdrucks malen» und «Personal Business Skills». Abschluss als Sprachtherapeutin, Master der Universität Tuzla im Bereich Behandlung von Hörbehinderungen, Ausbildung zur Fachfrau in systemintegrierter Familientherapie sowie zusätzliche Ausbildungen in den Bereichen Management, psychosoziale Arbeit, Erwachsenenbildung und Gleichstellung.

Fields of Expertise:

- Family Systemic Therapy
- Speech and Language Pathology

Education:

- Master of Science in Rehabilitative Audiology, Faculty for Special Education and Rehabilitation, University of Tuzla, Bosnia and Herzegovina (2012)
- Bachelor in Speech and Language Pathology, Faculty for Special Education and Rehabilitation, University of Tuzla, Bosnia and Herzegovina (2002)

Certifications/Training:

- Family Systemic Therapy Counselor; expected certification for Family Systemic Psychotherapist in 2019
- EMDR supervisor (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)
- Certified trainer in Xpert Personal Business Skills

Professional Affiliations:

- Association for Systemic Practice and Therapy in B&H
- Association of EMDR Therapists in B&H

Most recent publications:

- Erdeljac I, Salihbegović M, **Aličić S**, Selimović S (2016) Amica Educa – 20 years of work, Monograph, Amica Educa, Tuzla (Articles: Family Dynamics and Personal Business Skills)
- Ibrahimagić A, Duranović M, Junuzović Žunić L, Mrkonjić Z, **Aličić S**, Ibrahimagić OĆ (2012) Oral and General Motoric Abilities of Children with Secondary Language Disorders, Defektologija 18 (2): 125-132
- **Aličić S**, Iličković M, Ibrahimagić A, Heđever M i Salihović N (2003) Acoustic Characteristic of Pre-school children voices as Prerequisite for Successful Occupational Orientation. Proceedings. 1st Bosnia and Herzegovina Congress of Occupational Medicine with International Participation Occupational Medicine in Europe, Tuzla, 169-170.
- Ibrahimagić A, Heđever M, Salihović N, **Aličić S** i Junuzović L (2003) Smoking as Causes of Somatic and Vocal Changes in Future Vocal Professional Workers. Proceedings. 1st Bosnia and Herzegovina Congress of Occupational Medicine with International Participation Occupational Medicine in Europe, Tuzla, 223-224.
- Ibrahimagić A, Ibrahimagić O, **Dželalagić S**¹, Smajlović Dž i Salihović N (2003) Speech Therapy and Piracetam in the Treatment of Aphasia. Medical Journal, 1-2: 87-91.

Most recent presentations:

- Family Dynamics – Training for SOS Kinderdorf professionals, 2018
- Women's Mental Health – Round table public presentation, Tuzla, 2017
- Lifelong Learning and Possibilities for Personal and Professional Development – Round table public presentation, Srebrenica, 2016

¹ Dželalagić is my maiden name

Vier Fragen an Selma Aličić

Warum bist du gerade in diesem Bereich tätig?

Von den eingeschränkten Möglichkeiten während des Krieges passte der Bereich Sprachtherapie am besten zu meinen persönlichen Interessen. Als Teenager versuchte ich auch, das Verhalten meiner Familienmitglieder zu verstehen und interessierte mich während meines Studiums für alle möglichen psychologischen Themen. Nach etlichen Jahren nicht offizieller Ausbildungen in diesem Bereich habe ich bei Amica Educa Angebote zu Familiendynamik eingeführt.

Welches ist dein geographischer Fokus?

Der ist momentan eng verbunden mit dem Gebiet, auf dem Amica Educa tätig ist, also der Kanton Tuzla und die Stadt Tuzla.

Wie erweiterst du momentan deine Expertise in deinem Fachbereich?

Um meine Führungs- und Beratungsfähigkeiten zu verbessern, habe ich eine vierjährige Ausbildung in systemischer Familientherapie angefangen (z.Zt im dritten Jahr). Bei allen Seminaren und individuellen Familienberatungen, die ich vorbereite und leite, achte ich darauf, dass ich durch die direkte Arbeit mit Menschen neue Erfahrungen mache und meine Beratungspraxis verbessern kann. Ausserdem versuche ich, das Wissen, das ich mir in der Familientherapie aneigne, im Alltag anzuwenden und zu praktizieren.

Was sind deine langfristigen Ziele in Bezug auf deine Expertise?

Um die Qualität und Vielfältigkeit in den Bereichen Psychologie, Familientherapie und der EMDR-Technik sicherzustellen, bilde ich mich laufend weiter. Die vierjährige Ausbildung (Abschluss voraussichtlich im 2019) eröffnet mir Möglichkeiten, meinen Tätigkeitsbereich auszudehnen. Ich glaube auch, dass meine Expertise in diesem Bereich helfen kann, neue Projekte bei Amica Educa zu entwickeln.

Jahresversammlung AMICA Schweiz vom 21. Juni 2018

Crashkurs Selbstverteidigung

von Maja Jäggi

In einer Paneldiskussion zum Thema «Ending Gender-Based Violence» wurde Vorstandsmitglied Elisabeth Partyka auf eine Sprecherin aufmerksam, die Flüchtlingsfrauen in Selbstverteidigung unterrichtet. Neben dem Erlernen der Techniken gewinnen die Frauen zusätzlich mehr Selbstvertrauen und werden in ihrer eigenen Wahrnehmung positiv



gestärkt. Frauen durch Stärkung ihres Selbstbewusstseins zu helfen, ist ein Hauptanliegen unserer Partnerorganisation Amica Educa. Elisabeth war so beeindruckt von der Kurzdemo am Panel, dass sie vorschlug, unseren Mitgliedern an der GV ebenfalls eine kurze Einführung in die Selbstverteidigung zu bieten. Jürg Schenk (5. Dan Dipl. Judolehrer SJV, J+S Experte Judo und Ju-Jitsu, 1. Dan Ju-Jitsu), langjähriger Kursleiter und Coach in Selbstverteidigung, hat sich bereit erklärt, uns einige grundlegende Tricks und Tipps zu verraten.

Das erste Ziel sollte sein, es einem allfälligen Angreifer durch eine klare Haltung und die Ansage «Ich will das nicht.» von Anfang nicht leicht zu machen. Ausserdem ist jemand, der buchstäblich mit beiden Beinen auf dem Boden steht, nicht

so leicht aus dem Gleichgewicht zu bringen wie jemand, der beim Stehen lässig die Beine überkreuzt hat. Und sollte es zu einem Angriff kommen, ist das Ziel nicht, den Angreifer zu besiegen, sondern sich einen Moment zu verschaffen, um fliehen zu können. Im praktischen Teil zeigte Jürg Schenk anhand verschiedener Situationen, wie das gelingen kann. Will einem ein Angreifer zum Beispiel von vorne umfassen, ist es wirkungsvoll, die Handflächen zusammenzulegen, sie zwischen die Arme des Angreifers zu strecken und dann die Arme auseinanderzureissen. Aus einem Griff ums Handgelenk kann man sich befreien, indem man die Hand zur Faust macht und so dreht, dass der Daumen unter den Daumen des Angreifers zu liegen kommt, denn dort ist die Kraft am geringsten. Wird man von hinten umklammert, sorgt ein kräftiger Tritt mit dem Absatz – hier sind High Heels am wirkungsvollsten – auf den Fuss des Angreifers für den nötigen Schreckmoment. Den kann man ausnützen, indem man sich mit voller Wucht fallen lässt. Auch der Ellbogen ist eine kräftige Waffe. Handtaschen sollten immer gegen die Hauswand getragen werden, nicht strassenseitig. Hat man im Aufzug ein ungutes Gefühl mit einem Fremden, empfiehlt Jürg, sofort den Knopf für das nächste Stockwerk zu drücken und dort auszusteigen. Auf dem dunklen Heimweg empfiehlt es sich, mit jemandem zu telefonieren und konstant den eigenen Standort durchzugeben. Jürg Schenk ist es in dieser kurzen Demonstration gelungen, uns bewusst zu machen, dass es auch nicht trainierten oder schwächeren Personen möglich ist, sich effektiv vor einem Übergriff zu schützen oder ihn abzuwenden. Ist frau sich ihrer Möglichkeiten bewusst, braucht es manchmal gar nicht viel, um sich wehren zu können.

Am 21. Juni 2018 fand die Jahresversammlung von AMICA Schweiz im Café Spitz in Basel statt. Besonders erfreulich war der Besuch von Sandra Takács von Amica Freiburg GmbH, Deutschland.

Dieses Jahr starteten wir mit dem informellen Teil (siehe nebenstehenden Bericht). Im statuarischen Teil wurden das Protokoll der letztjährigen Versammlung, der Jahresbericht und die Jahresrechnung genehmigt. Nach Verlesen des Revisorenberichts wurde dem Vorstand Décharge erteilt. Der Mitgliederbeitrag wird bei Fr. 60.-- belassen. In den Vorstand wiedergewählt wurden Antje Hafner, Nadja Möschli, Elke Oehme, Elisabeth Partyka und Andrea von Bidder. Andrea von Bidder wird das Präsidium auf die Jahresversammlung 2019 abgeben. Die Arbeit und Unterstützung der Buchhalterin Angelika Torrie, der PR-Fachfrau Sabina Haas und des Revisors Thomas Briellmann wurden verdankt.

Beim anschliessenden Abendessen fand die Jahresversammlung einen gemütlichen Abschluss.

Impressum

Redaktion	Sabina Haas,
dieser Ausgabe	Andrea von Bidder
Layout	Ueli Gröbli, advertas
Druck	Discount Print, Basel
Auflage	500
Anschrift	AMICA Schweiz CH-4102 Binningen
E-Mail	info@amica-schweiz.ch
PC-Konto	40 - 343638 - 2 CH73 0900 0000 40343638 2
Erscheint	Zweimal jährlich
Red.-Schluss	Dezember 2018