

Abschlussbericht

Name: Hauke

Name des Projekts und der Partnerorganisation: Cyrenians, Peer Mentor at Farm Community

Dauer des Freiwilligendienstes (von / bis): August 2022 bis Februar 2023 (6 Monate)

1. Was hast du durch deinen Freiwilligendienst „gewonnen“ (z.B. Sprachkenntnisse, Einstellungen, Erfahrungen, ...)?

Ich habe in dieser Zeit vieles über mich selbst gelernt. Da man soziale Events für die Community organisieren kann und auch das Haus vor allem durch Freiwillige am Laufen gehalten wird, lernt man die Aufgaben eine Woche zu managen und den Überblick behalten. Dabei ist auch der Teamaspekt sehr wichtig, da man im Freiwilligenteam sich viel aufeinander stützt. Kommunikation ist da ein großer Bestandteil eines erfolgreichen Teams. Auch habe ich gelernt, mit unterschiedlichsten Situationen klarzukommen. Beim Wohnen mit den jungen, eingeschränkten und/oder vorbelasteten Erwachsenen (Residents) kommt es immer wieder zu unvorhersehbaren Problemen oder Forderungen, auf die man meist ziemlich schnell reagieren muss. Natürlich hat man noch das Staff, welches man tagsüber befragen kann und die mit allen Freiwilligen wöchentlich eine Sitzung abhalten. Insgesamt lernt man flexibel zu sein und trotzdem seine Grenzen zu bewahren. Das ist sehr schwer und raubt auch mental viel Kraft, aber man findet seinen persönlichen Rhythmus. Ich persönlich habe auch sehr viel über das Einschätzen und Verstehen von Personen und deren Motivation und Gedankengänge gelernt. Jeder Resident hat seine eigenen Schwierigkeiten und man sollte bei jedem ungefähr wissen, wie man damit umgeht. Man kann zwar nicht mit jedem sehr vertraut sein, aber eine grobe Einschätzung sollte man schon haben.

Wer kein gutes Englisch spricht, muss es hier schnell lernen, da man durchgängig mit allen Englisch spricht und sich gut verständigen muss, um alles gemäß darzustellen.

Da man wöchentlich mindestens eine Mahlzeit für alle kochen und alle paar Wochen den Großeinkauf tätigen muss, lernt man hier auch einiges.

Zuletzt möchte ich noch erwähnen, dass jeder Freiwillige ganz individuelle Sachen lernen kann, da man viel Freiraum in seiner Arbeit hat. Oftmals hat man die Möglichkeit die Beschäftigung mit den Residents frei zu wählen und jeder Resident macht unterschiedliche Dinge mit dir zusammen. Ich habe z.B. angefangen, mit einigen Residents zu backen.

2. Was denkst du hatte dein Projekt von dir? Mit wie vielen Menschen hattest du (direkt oder indirekt) zu tun? Wie haben diese Personen deinen Einsatz angenommen?

Das Projekt stützt sich schon sehr auf die Freiwilligen, da diese die „Überwachung“ am Abend und in der Nacht sind. Auch kann das Staff nicht alles im Haus mitbekommen und interagiert mit den Residents auf einem ganz anderen Level, sodass viele Verhaltensweisen im Alltag für das Staff nicht eindeutig werden. Man ist sozusagen die Augen und Ohren im Haus und berichtet dies dem Staff, wodurch diese auch merken, was sich verbessert.

In meiner Zeit dort hatten wir 6-8 Residents, 4-6 Freiwillige und 3 Staff in meiner Community. Dazu kamen noch Angestellte/Vorgesetzte, die in regelmäßigen Abständen vor Ort waren und die Angestellten der Farm. Auf der Farm gibt es auch öfter Workshops, jedoch hat man keinen (kaum) Kontakt mit dessen Teilnehmern. Man hat noch mit allen Freiwilligen der anderen Communities mindestens Trainingseinheiten zusammen und manchmal auch mit den Residents aus den anderen Communities Interaktionen.

3. Warst du mit deinen Arbeitsbedingungen zufrieden? Wie bewertest du den Umfang der Arbeit in deinem Projekt und in weiteren Projekten, die du dir ggf. gesucht hast?

Man hat seine wöchentlichen 37,5h, die im Arbeitsplan stehen und zu denen man auch definitiv anwesend bzw. mit Residents unterwegs sein muss. Dabei bestand bei mir tagsüber die Möglichkeit längere Pausen zu nehmen, solange das mit dem Staff abgesprochen war, und bedingt auch kürzere Pausen im Zimmer zu haben, solange alle im Haus Bescheid wussten. Manchmal hat man noch etwas beendet oder sich mit dem Freiwilligenplan außerhalb der "Arbeitszeit" auseinandergesetzt. Wenn es Socialising gab, konnte jeder freiwillig entscheiden daran teilzunehmen oder es auszulassen. Oftmals hat man viele spaßige Dinge unternommen, wo es sich auch gelohnt hat in der Freizeit mitzugehen, aber es ist nicht erforderlich (auch wenn es erwünscht ist).

Viel schwieriger war der Aspekt, dass man im Projekt wohnt und man leicht dazu verfällt irgendwo zu helfen. Da man ja auch mit den Residents eine Bindung aufbaut und auch muss, kommt es auch schnell dazu, dass diese von dir etwas wollen/erwarten, wenn man in den geteilten Bereichen ist. In diesen Situationen muss man sehr gut seine eigenen Grenzen kommunizieren und auch durchsetzen. Trotzdem gilt es dann dem Resident zu helfen, indem man sie an Verantwortliche weiterleitet.

Ich muss auch sagen, dass durchgängig vom Staff auf unser Arbeitspensum und auch unser mentale Kraft geachtet wurde und teils für uns Zusatzarbeiter eingesetzt wurden, damit wir mal gemeinsam als Fw-Team einen Abend entspannen konnten. Dementsprechend wird viel für das Wohlbefinden und die mentale Regeneration gesetzt und allgemein war es für einen FWD ein sehr positives Beispiel.

4. Würdest du zukünftigen Freiwilligen empfehlen, in dein Projekt zu gehen? Welche Vorteile bzw. Nachteile siehst du?

Definitiv! Das System mit den Freiwilligen im Haus hat während meiner Zeit sehr gut funktioniert. Das wird auch noch dauerhaft weiterentwickelt und verbessert. Freiwillige haben auch viele Möglichkeiten eigene Stärken einzubringen und viel mitzugestalten. Man kann sein Englisch üben und man muss viele Haushaltsaufgaben bewältigen, was immer gut ist. Ich hatte das Gefühl, dass die Atmosphäre sehr unterstützend und verzeihend ist.

Als Nachteil sehe ich die Belastung der man standhalten muss und dass man resilient, aufgeschlossen und selbstsicher sein muss. Zumindest muss eine Grundbasis dieser Charakterzüge vorhanden sein, um als Person im Projekt nicht unterzugehen.

Persönlich wäre ich mit mentaler Vorbelastung bzw. Einschränkung vorsichtig. Da im Haus viele Traumata und Störungen in den Residents vertreten sind, können diese teils eigene Erfahrungen/Ängste/Probleme triggern. Wenn man mit sich selbst sicher ist und damit umgehen kann, sollte man keine Probleme haben und trotzdem würde ich dann vorschlagen mit dem Staff und möglichst auch das Fw-Team zu informieren, damit diese adäquat reagieren können. Für Freiwillige ist da kaum Raum zu heilen, da alle sich mit den Residents beschäftigen. Ein weiteres sensibles Thema ist jegliche Form des Drogenkonsums, da im Haus teils auch Vergangenheiten von Residents diesbezüglich bestehen und Freiwillige Vorbildfunktion haben.

Es ist schwierig vorher zu wissen, welche Person zu dem Projekt passt, aber wenn man sich da sieht und auch einem selbst zutraut, kann das ein wirklich schöner Dienst werden.

5. Wie bewertest du deine Unterbringung, dein Sozialleben, deine Freizeit? Hat dir etwas gefehlt?

Das Haus auf dem Farmgelände, in dem die Community untergebracht ist, ist sehr schön mit einem Innenhof, großem gemeinschaftlichen Wohnzimmer & Esszimmer & Küche. Um den Innenhof gibt es drei Korridore, wobei sich ein vierter als zweiter Stock über dem hintersten befindet, in dem sich aufgeteilt 14 Zimmer mit jeweils einem gemeinschaftlichen Bad befinden. Alle Freiwilligen und Residents haben eigene Zimmer, die man sich frei gestalten darf für den Zeitraum.

Für mich hat der Platz komplett ausgereicht und ich bin damit sehr gut zurechtgekommen. Auf der Farm ist man über eine Bushaltestelle, die 6 min zu Fuß entfernt ist, an die Stadt angebunden. Dort fahren drei Buslinien regelmäßig in die Stadt, wovon man für eine Bustickets von der Organisation bekommt (außer man ist jung genug für freien Busverkehr). Man braucht ca. 35-45min bis zum Stadtzentrum. Von dort aus kann man gehen oder einen weiteren Bus.

Man hat eigtl genügend Freizeit, die jedoch nicht über gleich ist. Das hängt davon ab, wie man als Team den Arbeitsplan schreibt. Ich hatte mich entschieden einem Laufverein beizutreten, aber es gibt noch viele weitere Möglichkeiten in der Stadt. Damit konnte ich mir außerhalb der Freiwilligen-Bubble noch eine Sozialleben aufbauen, aber man kann auch genügend mit anderen Freiwilligen unterwegs sein. Es ist absolut empfehlenswert und meiner Meinung nach essentiell sich etwas zu suchen, da das sehr hilft von dem Projekt abzuschalten und für sich selbst etwas zu tun. Jeder muss das finden, was für einen passt. Wir hatten z.B. auch über Cyrenians die Möglichkeit ins Fitnessstudio zu gehen.

6. Wie hat sich dein Eindruck von deinem Gastland verändert, nachdem du dort ein Jahr gelebt hast und nun zurück bist?

- wunderschöne Landschaft
- lustige, charmante Menschen; schottischer Charm
- leider einige Probleme (politisch, gesellschaftlich, ...)
- positive Einstellung bezüglich mentaler & körperlicher Gesundheit

Mein Eindruck hat sich grundsätzlich nicht geändert. Ich habe das Land besser kennengelernt und viele positive Ansichten vom dortigen Lebensstil hinzugewinnen können. Die Schönheit des Landes und die vielen Möglichkeiten für Aktivitäten draußen haben mich am meisten "überrascht" bzw. begeistert. Ich kann jedem Schottland nur empfehlen, der Natur und charakterstarke, historische Städte mag.

7. Wie war dein Verhältnis zum SCI und zur Partnerorganisation während deines Freiwilligendienstes?

Cyrenians:

Mit Cyrenians war man dauerhaft im Austausch. Dadurch, dass man mit unterschiedlichen Ebenen der Organisation in Kontakt war, konnte man auch immer jegliche Bedenken, Wünsche, Vorschläge oder einfach auch positive Erfahrungen äußern. Es wurde auch oft nach den Meinungen und Erfahrungen der Freiwilligenden gefragt. Man wurde auch oft in für uns relevante Prozesse einbezogen, wodurch man direkt Stellung nehmen konnte.

SCI:

Hier hatte ich während des Dienstes kaum Kontakt, was einerseits durch die hervorragende Hilfestellung von Cyrenians kam, aber auch durch das wenige Aufkommen von größeren Problemen. Ich hatte trotzdem immer mal wieder Kontakt zu meiner Mentorin, die mich an

wichtige Infos erinnert hat bzw. die mir einen Vergleichspunkt zu anderen FWD gegeben hat. Allgemein ist der Kontakt zum SCI ganz reibungslos.

8. Hattest du im SCI und in der Partnerorganisation für dich zuständige Mentor/innen? Hat die Zusammenarbeit mit diesen gut geklappt? Wie denkst du über die Idee einer Mentorin oder eines Mentors?

Cyrenians:

Alle Freiwilligenden haben vom SCI gemeinsame Trainingseinheiten, zwei-wöchentliche Supervision (allein) und Kontaktmöglichkeiten zu jeglichen Vorgesetzten bekommen. Dazu kam neben der Supervision noch das restliche Team der Community dazu, welche einem ebenfalls immer zur Seite standen. Das heißt, während des Aufenthaltes habe ich mich sehr von Cyrenians behütet und unterstützt gefühlt.

SCI:

Da meine Mentorin keine persönlichen Einblicke in das Projekt hatte, war hier etwas weniger Hilfestellung möglich, jedoch habe ich mich trotzdem über diese Kontaktmöglichkeit gefreut. Ich habe die Hilfe nicht oft benötigt, aber das ist ja ein gutes Zeichen allgemein und wäre Bedarf gewesen, hätte mir Julia definitiv Möglichkeiten mit dem SCI bereitgestellt. Für Dokumente hat der SCI ebenfalls geholfen, jedoch war durch den Brexit noch etwas Chaos mit Visa und manchen anderen Verträgen. Da vieles davon neu war, musste man sich oft selbst durchschlagen, denn bei allen Fraktionen war vieles neu.

9. Was sind deine Pläne nach dem Freiwilligendienst? In welcher Weise kannst du bei diesen von deinen Erfahrungen Gebrauch machen?

Ich nutze jetzt meine restlichen sechs Monate bis zum Studienbeginn im Herbst, um interessante Praktika zu machen, ein bisschen zu Reisen und zum Geldverdienen bei Jobs. Von dem FSJ nehme ich vor allem ganz viele soziale Skills und Eigenständigkeit mit. Ich habe sehr viel über das Verstehen von körperlicher Sprache und von versteckter Sprache gelernt. Dann konnte ich durch einen College Kurs noch die Fähigkeit, ein Gespräch zu leiten, vertiefen und habe unglaublich viel Bewusstsein für mentale Blockaden und Belastungen entwickelt. Das sind alles Dinge, die vielseitig anwendbar sind. Zuletzt habe ich einen Einblick in ein unterschätztes Arbeitsfeld bekommen und dabei sogar noch ganz viel über mich selbst gelernt.

10. Wo siehst du nun für dich Aufgaben im SCI oder in anderen Bereichen?

Ich kann mir vorstellen, weitere Freiwillige bei Cyrenians zu begleiten und vielleicht auch schon vorher darauf vorzubereiten.

Außerdem wird mich das Bewusstsein und die Thematiken rund um einen Auslandsdienst im Alltag begleiten. Ich habe durch diesen Aufenthalt mein Blickfeld nochmal deutlich vergrößert und sehe dadurch vieles entspannter, bzw. nimmt man vieles anders wahr.