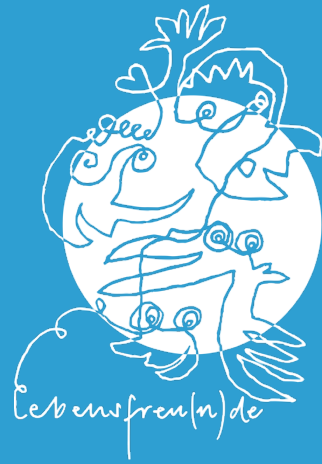




**jungwacht
blauring
aargau**

Jubla als Safer Space

Ein Projekt der Fachgruppe Prävention von
Jungwacht Blauring Aargau

Jubla als Safer Space

Ein Projekt der Fachgruppe Prävention von Jungwacht Blauring Aargau

Dieser Leitfaden richtet sich an alle Leitungspersonen von Jungwacht Blauring. Ziel des Leitfadens ist es, euch Leitungspersonen Anregungen zu geben, wie ihr euer Jubla-Angebot möglichst inklusiv gestalten könnt. Der Leitfaden dient als Konkretisierung der Haltungspapiere und baut auf ihnen auf.

Es liegt in der Verantwortung des gesamten Leitungsteams, ein Jubla-Angebot als Safer Space¹ zu gestalten und für Kinder und Jugendliche mit den unterschiedlichsten Hintergründen und Charaktereigenschaften eine gute Atmosphäre zu schaffen. Die unterschiedlichen Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen sollen respektiert und beachtet werden. So kann gegenseitige Wertschätzung aufgebaut und Vorurteile können abgebaut werden. Das Ziel ist, die Jubla als einen Raum ohne Diskriminierung¹ zu gestalten. Dadurch fühlen sich nicht nur neue Mitglieder, sondern auch Alteingesessene wohler. Dank einem Safer Space¹ können die Kinder und Jugendlichen gefördert werden, wachsen und Freude an der Jubla haben.

Es empfiehlt sich, pro Leitungsteam mindestens eine Person zu definieren, die für Präventionsthemen in der Schar verantwortlich ist, das Wohlbefinden aller im Auge behält und sich speziell für die Umsetzung dieses Leitfadens engagiert.

Wir wollten einen praktischen Leitfaden erstellen, der konkrete und umsetzbare Massnahmen enthält. Wir wissen, wie viel Energie und Zeit in die Vorbereitung und Durchführung von Sitzungen und Jubla-Angeboten fließt. Es ist uns klar, dass nicht alle Anregungen sofort umgesetzt werden können. Das Ziel ist es, dass ihr in eurem Leitungsteam einige Punkte auswählen könnt und je nach vorhandenen Ressourcen das umsetzt, was euch am wichtigsten ist und umsetzbar erscheint.

Dieser Leitfaden erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Wenn ihr Verbesserungen oder Umsetzungsideen habt, schickt sie uns doch an praevention@jublaaargau.ch. Innovative Ideen sind immer gefragt und erwünscht. Über Rückmeldungen zu diesem Leitfaden sind wir dankbar.



Inhaltsverzeichnis

1. Begriffe und Definitionen	4
2. Kommunikation und Atmosphäre.....	6
<i>Grundlegendes</i>	<i>6</i>
<i>Vorausschauende Kommunikation.....</i>	<i>6</i>
<i>Gespräch in Gruppen.....</i>	<i>7</i>
<i>Inklusive Sprache</i>	<i>7</i>
3. Umgang im Leitungsteam	9
<i>Zusammenarbeit und Wertschätzung.....</i>	<i>9</i>
<i>Feedbackkultur.....</i>	<i>9</i>
<i>Aufgabenverteilung und Ämtli</i>	<i>10</i>
<i>Ressourcen</i>	<i>11</i>
<i>Weiterentwicklung</i>	<i>12</i>
<i>Regeln.....</i>	<i>12</i>
<i>Neuleiter*in werden/ Wer wird Leitungsperson?.....</i>	<i>13</i>
4. Umgang mit Kindern und Jugendlichen.....	14
<i>Umgangston und Sprechen</i>	<i>14</i>
<i>Nähe und Distanz</i>	<i>14</i>
<i>Wohlfühlen.....</i>	<i>15</i>
<i>Regeln.....</i>	<i>15</i>
5. Umgebung und Räumlichkeiten	17
<i>Zustand der Räumlichkeiten.....</i>	<i>17</i>
<i>Barrierefreier¹ Zugang.....</i>	<i>17</i>
<i>Toiletten/Waschanlagen/Duschen.....</i>	<i>17</i>
<i>Rückzugsort.....</i>	<i>18</i>
<i>Schlafmöglichkeiten</i>	<i>19</i>
6. Programm	20
<i>Rahmen</i>	<i>20</i>
<i>Motto/ Roter Faden</i>	<i>21</i>
<i>Programmblöcke/ Aktivitäten</i>	<i>21</i>
<i>Programmfreie Zeit</i>	<i>22</i>
7. Ernährung.....	23
8. Was tun, wenn jemand sich nicht wohl fühlt/Grenzen verletzt wurden?	24
<i>Themenbereich psychische Gesundheit.....</i>	<i>24</i>
<i>Themenbereich Diskriminierung¹</i>	<i>24</i>

1. Begriffe und Definitionen

Hier werden einige Begriffe erklärt, die im Verlauf dieses Leitfadens erwähnt werden. Die Definitionen von grundlegenden Begriffen sind in den Haltungspapieren der Jubla zu finden.

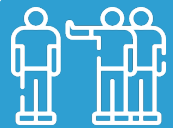
Wenn du im Text eine hochgestellte Eins¹ siehst, kannst du in diesem Kapitel mehr über den gekennzeichneten Begriff erfahren.



Barrierefreiheit

Ein zentraler Fokus von Inklusion ist das Abbauen von Barrieren. Barrieren sind Hindernisse, die Menschen daran hindern, gewisse Angebote wahrzunehmen oder an gesellschaftlichen Anlässen teilnehmen zu können. Es gibt fünf Arten von Barrieren: räumliche Barrieren (z.B. Rollstuhlgängigkeit, genderneutrale Toiletten), sprachliche Barrieren (z.B. Informationen nur in einer Sprache oder in nicht geschlechtersensibler Sprache), institutionelle Barrieren (z.B. hohe Mitgliederbeiträge, Ausschluss von Mädchen), aktivitätsbezogene Barrieren (z.B. keine beeinträchtigtengerechte Anpassung im LS, nur geschlechtergetrennte Aktivitäten), soziale Barrieren (z.B. Berührungsängste, Diskriminierung). Mehr Details zum Thema findest du im Lehrmittel «Inklusion und Vielfalt», welches am Ende dieses Dokuments verlinkt ist.

Diskriminierung



Von Diskriminierung wird gesprochen, wenn eine ganze Gruppe von Menschen wegen einer gemeinsamen Eigenschaft benachteiligt wird. Die Benachteiligung ist strukturell, also in der Gesellschaft und im System verankert. Eigenschaften, die zu Diskriminierung führen können, sind zum Beispiel: sexuelle Orientierung, Geschlecht, soziale Schicht oder Beeinträchtigung. Diskriminierung schränkt Betroffene in ihrem alltäglichen Leben ein.

SHE/HER



Pronomen

Pronomen sind Begleitwörter für Substantive. Im Gender-Kontext werden die Wörter gemeint, die den eigenen Namen ersetzen (er, ihm, sie, ihr). Beispiele für gängige queere Pronomen sind: they, dey oder xier. Es können alle Menschen selbst entscheiden, mit welchen Pronomen sie angesprochen werden möchten.



Queer

Queer ist ein Sammelbegriff für alle Menschen, die sich in ihrer sexuellen Orientierung oder Geschlechtsidentität von der etablierten Mehrheit unterscheiden.

Safer Space



Ein Safer Space bezeichnet eine möglichst inklusive Umgebung, in der sich so viele Menschen wie möglich sicher, verstanden und dazugehörig fühlen. Ebenso soll die Umgebung so diskriminierungsfrei wie möglich sein. Es wird bewusst die Formulierung Safer Space und nicht Safe Space gewählt, da eine 100%ige Inklusion kaum erreicht werden kann. Das Ziel ist nicht Perfektion, sondern die Annäherung daran.



Stigmatisierung

Stigmatisierung bezeichnet das Erschaffen von Vorurteilen. Es beschreibt das «Anders-Machen» von Menschen. Somit steuert Stigmatisierung zu Ausgrenzung und Diskriminierung bei.

Stereotyp



Stereotype sind Vorurteile, also in der Gesellschaft verbreitete Bilder von bestimmten Personengruppen. Diese sind meistens negativ, da Menschen einer solchen Personengruppe mit bestimmten Eigenschaften abgestempelt werden, die gar nicht zwingend auf sie zutreffen. Ein Beispiel wäre: «Aargauer*innen können nicht Autofahren».

2. Kommunikation und Atmosphäre

Offenheit und respektvolle Kommunikation sind Voraussetzungen für eine inklusive Atmosphäre.

Die Art und Weise der Kommunikation prägt die Beziehung zwischen Menschen. Sie beeinflusst, ob wir uns wohlfühlen und wie wir unsere Umgebung wahrnehmen. Kurz gesagt: Sprache kreiert Wirklichkeit. Wenn wir also wollen, dass sich mehr Menschen in der Jubla wohlfühlen, müssen wir uns überlegen, wie wir kommunizieren. Neben Offenheit und Respekt ist auch Klarheit von grosser Bedeutung. Es ist wichtig, sich klar und altersgerecht auszudrücken und nachzufragen, ob alles verstanden wurde. Alles, was nicht erklärt wird, muss interpretiert werden und kann zu Missverständnissen oder Stress führen. Durch angepasste Kommunikation kann eine Atmosphäre geschaffen werden, in der der respektvolle Umgang miteinander und die gegenseitige Wertschätzung gewährleistet sind.

Grundlegendes

Wir sprechen miteinander meistens Schweizerdeutsch. Das ist für Nicht-Deutschschweizer*innen schnell sehr schwierig zu verstehen. Wenn zu einer grossen Gruppe gesprochen wird, ist es oft sinnvoll, Hochdeutsch zu sprechen oder erst zu fragen, ob alle Schweizerdeutsch verstehen.

Sich mit einfachen Worten und kurzen Sätzen auszudrücken, ist generell sehr wichtig. In der Jubla arbeiten wir mit Kindern, die noch nicht die gleichen sprachlichen Fähigkeiten haben wie wir Erwachsenen. Unerklärte Abkürzungen und Fremdwörter können Kinder verwirren und verunsichern. Indem wir uns sprachlich einfach ausdrücken, können wir beispielsweise die Jubla auch Kindern mit Beeinträchtigungen oder Migrationshintergrund zugänglicher machen.

Es ist wichtig, darauf zu achten, in welcher Lautstärke gesprochen wird. Eine laute Stimme kann manchmal sehr nützlich sein, in anderen Situationen kann es Kinder aber auch einschüchtern. Neben der Lautstärke ist auch allgemein der Tonfall und die in der Stimme verpackte Emotion wichtig. Ein übermässig harscher oder bestrafender Tonfall kann für gewisse Kinder traumatisierende Erinnerungen hervorrufen und kann ein Grund sein, nicht mehr an Jubla-Aktivitäten teilzunehmen.

Ein wichtiger Aspekt zugunsten einer inklusiveren Atmosphäre ist die Förderung eines respektvollen Humors. Humor ist ein sehr wichtiger Aspekt von Kommunikation, kann grossen Zusammenhalt erschaffen und kann gleichzeitig auch spalten. Es gilt vor allem, eine «Humor-Kultur» ohne Stereotypen¹ und zwischenmenschlichen Spott zu pflegen.

Auf Mobbing, Grenzverletzungen und diskriminierendes Verhalten sollte klar reagiert werden (siehe Kapitel 8).

Vorausschauende Kommunikation

Vorausschauende Kommunikation ist besonders wichtig, damit die Kinder und Jugendlichen gut auf die kommenden Programmpunkte und Erfahrungen vorbereitet und eingestellt sind. Wenn genügend im Voraus kommuniziert wird, gibt das Zeit, sich mit dem Inhalt auseinanderzusetzen, Fragen zu stellen und um sich rechtzeitig anmelden zu können. Viele Menschen (insbesondere Kinder) fühlen sich wohler, wenn sie wissen, was auf sie zukommt.

Es ist immer wichtig, sich zu fragen, wen man mit der Kommunikation erreichen will, und den Inhalt auf die Zielgruppe anzupassen. Den Kontakt zu den Eltern der Kinder gut zu pflegen, ermöglicht dabei, besser über die Befindlichkeiten und Bedürfnisse der Kinder Bescheid zu wissen.

Umsetzungsideen

- Genügend im Voraus alle Informationen zur Aktivität verschicken (Treffpunkt, Ablauf, benötigtes Material, Ernährung usw.). Wie viel im Voraus die Information erfolgen soll, kommt auf die Aktivität drauf an. Bei Scharanlässen sollten die ersten Informationen circa 1 bis 2 Monate vorher kommuniziert werden, bei Lagern ein halbes Jahr im Voraus. Es macht auch Sinn, ein Jahresprogramm zu erstellen, durch das alle Anlässe bereits anfangs Jahr kommuniziert werden.
- Medizinische Informationen und deren gewünschte Vertraulichkeiten (beispielsweise nur Sani-Ämtli, nur Gruppenleitung, gesamtes Leitungsteam) im Vorherein einholen (siehe Beispielfragen dafür auf dem medizinischen Datenblatt im Anhang dieses Leitfadens).
- Kontakt mit den Eltern aktiv pflegen, sodass die Kommunikation auch über das blossе Weiterleiten von Informationen hinausgeht.

Gespräch in Gruppen

Es ist wichtig, darauf zu achten, dass alle Kinder, Jugendliche und Leitungspersonen Raum erhalten, sich aktiv an Gesprächen zu beteiligen. Ihre Wortmeldungen sollten wertgeschätzt und durch positive Rückmeldung bestärkt werden. Es ist zudem besondere Vorsicht bei der Verwendung von Ironie und Sarkasmus geboten, da solche (aufgrund von Altersunterschieden oder sprachlichen Barrieren!) leicht missverstanden werden können.

Umsetzungsideen

- Gezielt die Kinder mit Namen ansprechen, z.B. «Was möchtest du nun gerne tun (Name)?»
- Verhindern, dass ruhigere Personen von lauterer Personen unterbrochen werden.
- Immer nur die Person mit dem Ball in der Hand darf sprechen
- Für gewisse Themen ist ein Gruppengespräch vielleicht gar nicht notwendig. Überlege dir, was für eine Methode gerade sinnvoll ist: z.B. Briefkasten aufstellen zur Frage «Was brauche ich, um mich wohlfühlen?». So können die Kinder zu Beginn einer Aktivität einbringen, was sie benötigen (z.B. Ruhe in den Zelten nach der Nachtruhe).

Inklusive Sprache

Inklusive Sprache im Allgemeinen

Inklusive Sprache bedeutet eine Form der Kommunikation, die alle Menschen respektvoll einbezieht, unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Alter, sexueller Orientierung, Behinderung oder anderen persönlichen Merkmalen. Ziel ist es, Diskriminierung zu vermeiden und ein Gefühl der Zugehörigkeit zu vermitteln.

Es empfiehlt sich, sich als Leitungsteam mit dem Thema Inklusive Sprache auseinanderzusetzen (weitere Informationen dazu findest du beim Projekt «BreakFree!», das am Ende dieses Dokumentes verlinkt ist). Eine Voraussetzung für ein solches Gespräch ist, dass im Leitungsteam eine respektvolle Feedback-Kultur herrscht (siehe Kapitel 3). Das bedeutet, dass unter den Leitungspersonen ein gegenseitiges Vertrauen herrscht, welches es ermöglicht, Rückmeldungen konstruktiv anbringen und annehmen zu können.

Umsetzungsideen

- Das Leitungsteam über das Thema Inklusive Sprache informieren und diskutieren, wie damit umgegangen werden soll. Gleichzeitig den Wissensaustausch untereinander fördern.
- Von «Leitenden/ Leitungspersonen/ Leitungsteam» und nicht von «Leitern» sprechen oder schreiben, wenn nicht nur männliche Leitungspersonen gemeint sind.
- Das Geschlecht muss nicht immer das verbindende Merkmal in einer Gruppe sein. Aussagen wie «Jungs, kommt» oder «Seht da, die Mädchen» können beispielsweise durch «Leute, kommt» oder «Seht da, die Kinder» ersetzt werden.

Pronomen und Geschlechteridentität

Jeder Mensch benutzt Pronomen¹ als Bestimmung des eigenen Geschlechts (Beispiele finden sich im Kapitel 1). Die meisten Menschen identifizieren sich entweder als weiblich oder männlich, aber es gibt auch viele, die sich nicht mit einem dieser beiden Geschlechter identifizieren können. Es kann also nicht einfach vom Äusseren einer Person auf deren Geschlechtsidentität geschlossen werden. Eine andere Geschlechtsidentität ist mit grossen gesellschaftlichen Vorurteilen verbunden. Wenn die Geschlechtsidentität einer Person nicht respektiert wird, ist das oft sehr verletzend und führt dazu, dass sich die Person ausgeschlossen fühlt. Dies kann dann auch zum Ausschluss oder Rückzug aus dem Vereinsgeschehen führen. Wenn sich ein Kind oder eine Leitungsperson zur eigenen Geschlechtsidentität und/oder den eigenen Pronomen äussert, ist dies zu akzeptieren und umzusetzen. Es ist wichtig, Kindern und Leitungspersonen ungezwungen Gelegenheit zu geben, über die eigene Geschlechtsidentität zu informieren (z.B. bei Vorstellungsrunden oder Befindlichkeitsrunden).

Umsetzungsideen

- Zu Beginn des Anlasses eine Vorstellungsrunde machen, in der Namen und Pronomen genannt werden können (z.B. bei älteren Kindern kann das so erklärt werden: «Wir möchte nicht vom Äussern darauf schliessen, mit welchem Pronomen ihr angesprochen werden, wollt, daher nennen wir nach unserem Namen auch unser Pronomen. Ich heisse Anna und benutzte die Pronomen sie/ihr.»)
- Einen LA-Diskussionsblock zum Thema Geschlechteridentität durchführen.
- Geschlechterstereotypen¹ und Vorurteile gegen queere¹ Personen nicht wiederholen. Vielleicht kann man sie sogar aufweichen. Z. B. kann in einem Theater auch ein Junge eine weibliche Rolle ganz normal spielen, ohne übertriebenes Makeup oder stereotypische Bewegungen.



3. Umgang im Leitungsteam

Als Leitungsperson habt ihr automatisch eine Vorbildfunktion gegenüber den Kindern und Jugendlichen. Es ist wichtig, nicht nur auf die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen zu achten, sondern auch die eigenen Bedürfnisse nicht zu vernachlässigen. Dies senkt auch die Hemmschwelle für die Kinder und Jugendlichen, für ihre eigenen Bedürfnisse einzustehen. Ausserdem ist es förderlich für eine gute Atmosphäre, wenn sich die Leitungspersonen selbst wohl fühlen und nicht ausserhalb ihrer Komfortzone und am Limit sind. Es ist sinnvoll, das Thema «Jubla als Safer Space¹» gemeinsam im Leitungsteam zu thematisieren und eine gemeinsame Haltung zu erarbeiten.

Zusammenarbeit und Wertschätzung

Bereits die Zusammensetzung des Leitungsteam ist entscheidend. Ein möglichst vielfältiges Leitungsteam ermöglicht, dass sich möglichst viele Teilnehmende mit dem Leitungsteam identifizieren und verschiedene Interessen eingebracht werden. Eine einzelne Leitungsperson muss nicht alles können. Es ist auch sehr wertvoll, Leitungspersonen zu haben, die spezifische Interessen oder besondere Stärken haben. Spezialist*innen und Generalist*innen sind beide wichtig. Auch wenn jemand aus beruflichen Gründen nicht immer dabei sein kann, sollte das kein Grund sein, diese Person nicht ins Leitungsteam aufzunehmen.

Für eine funktionierende Zusammenarbeit ist auch die Stimmung im Team entscheidend. Wenn sich das Leitungsteam gut kennt, funktioniert oft auch die Zusammenarbeit besser. Also empfiehlt es sich, offizielle Teambuilding-Anlässe einzuplanen und zu betonen, dass es wichtig und schön ist, dass alle dabei sind. Sodass alle Lust haben daran teilzunehmen, ist es wichtig, dass die geplante Aktivität den Bedürfnissen aller entspricht.

Ausserdem ist für eine gute Zusammenarbeit förderlich und wichtig, wenn so oft als möglich positive Rückmeldung gegeben wird. Dies kann in Form von Loben, lieben Worten, Dankesgeschenken etc. geschehen.

Umsetzungsideen

- Dankeskarten nach Lager/ Ende vom Jahr/...
- Leitendenausflüge (z.B. Wanderung, Skiweekend, Oktoberfest, Minigolf, ...)
- Angemessenes Abschiedsgeschenk (hier können auch Regeln aufgestellt werden, wie viel man für jedes Jahr/ Amt bekommt)
- Auf verschiedene Hilfsmittel (der Jubla) zurückgreifen: Methodenstark, im Team, ...
- Als Leitungsteam zu Anlässen anderer Scharen zu gehen, fördert den eigenen, aber auch den regionalen Zusammenhalt

Feedbackkultur

Wenn Gefässe etabliert werden, in denen Probleme angesprochen werden können und eine konstruktive Besprechung folgt, ist es oft einfacher Dinge anzusprechen und die Rückmeldung auch anzunehmen. Überlegt euch jeweils, was für eine Methode gerade passend ist. Es empfiehlt sich, im Leitungsteam bei Neuzusammensetzung jeweils wieder einen kurzen Input über die gelebte Feedbackkultur und -regeln zu machen. Es ist wichtig, mit den Leitungspersonen Selbstreflexion zu üben, so dass sie ihre eigenen Ressourcen und Grenzen kennen und mitteilen können und dann auch angepasste Rückmeldung an die anderen Leitungspersonen geben können.

Umsetzungsideen

- Briefkasten
- Regelmässige und strukturierte Feedbackrunden
- Rückmeldungen von Anlässen aufteilen in Anlass und Persönliches/ Leitungsteam
- Verschiedene Varianten von Feedback ausprobieren (Hier auf Hilfsmittel zurückgreifen: Methodenstark, Im Team, ...)
- Jährliches Gespräch zwischen Scharleitung und Leitungspersonen. Es ist eine zeitintensive Umsetzungsidee, jedoch ist sie sehr flexibel und kann den Wünschen/Umständen angepasst werden. Hier ein paar Ideen für Gesprächsfragen;
 - Wie stehen deine (zeitlichen) Ressourcen dieses Jahr?
 - Wie wohl fühlst du dich im Moment?
 - Wie funktioniert es mit den Gruppenstunden?
 - Wie ist die Einarbeitung der Neuleitenden geglückt?
 - Was war dein Lieblingsanlass, wieso?
 - Welchen Anlass mochtest du nicht so gerne, wieso?
 - Was fällt dir leicht und was eher schwer?
 - Was möchtest du vermehrt oder neu machen im kommenden Jahr?
 - Feedback an Scharleitung?
 - ...

Aufgabenverteilung und Ämtli

Es sollte darauf geachtet werden, besonders engagierte Personen nicht zu überfordern. Dies trägt dazu bei, eine ausgewogene Verteilung der Aufgaben und den Wissenstransfer sicherzustellen. Um bei der Ämtliaufteilung den Überblick zu behalten und sich selbst nicht zu übernehmen, empfiehlt es sich eine Übersicht zu erstellen und die Zeitaufwände der Ämtli abzuschätzen. Am besten prüfen die Leitungspersonen vorgängig zur Aufgabenverteilung ihre verfügbaren Ressourcen (Zeit, Energie, Motivation). Während des Jahres ist es dann wichtig, regelmässig nach der Befindlichkeit und der Auslastung zu fragen. Dies ermöglicht es, rechtzeitig Aufgaben umzuteilen, oder wo notwendig Unterstützung zu bieten.

Neue Mitglieder sollen bei der Aufgabenverteilung einbezogen werden, damit sie in verschiedenen Bereichen mitmachen können. Erfahrene Leitungspersonen sollten helfen, aber es soll auch Platz für neue Ideen geben. Es gibt unterschiedliche Wege, um Ideen zu sammeln, wobei je nach Situation eine andere Methode geeignet ist. Auch neuen, eher schüchternen Leitungspersonen soll die Möglichkeit gegeben werden, ihre Inputs zu geben und Verantwortung zu übernehmen.

Die Übergabe von Aufgaben sollte sorgfältig geplant und unter der Anleitung der Scharleitung oder einer erfahrenen Leitungsperson erfolgen.

Umsetzungsideen

- Die Ämtliverteilung/ GV sorgfältig planen und zum Beispiel die Ämtliauswahl mit verschiedenfarbigen Post-it machen (rot = dieses Ämtli möchte ich unbedingt; gelb = dieses Ämtli könnte ich mir vorstellen).
- Die Zeitaufwände der Ämtli können grob eingeschätzt werden und drei Kategorien gebildet werden: aufwändiges Ämtli; mittleres Ämtli; kleines Ämtli.
- Mit dem Leitungsteam ansprechen, was das Ziel der Ämtliverteilung ist und weshalb eine geteilte Verantwortung wichtig ist.

Es ist sinnvoll, bei der Rollen- und Aufgabenverteilung im Leitungsteam darauf zu achten, wenige bis keine typische Rollenbilder zu reproduzieren. Dabei ist es schön, wenn die Personen, die nicht typisch nach Rollenbild handeln, darin bestärkt und unterstützt werden. So werden auch die anderen Personen dazu ermutigt, Neues zu wagen.

Umsetzungsideen

- Beispiele von Ämtli, bei denen darauf zu achten ist, keine Stereotypen¹ zu bestärken, sondern Wissen und Können an alle weiterzugeben: Festzelt aufbauen, Feuer machen, Kochen und Tischen, Materialverantwortung, Gutenachtgeschichten erzählen, Bündelknüpfen betreuen, ...
- Das Ämtli Sanität soll von Personen verschiedener Geschlechter geführt werden, sodass die Kinder und Jugendlichen frei eine Ansprechperson auswählen können.

Ressourcen

Die Anzahl, die Dauer und der Zeitpunkt der Sitzungen sollte, wenn möglich, den zeitlichen Ressourcen angepasst werden.

Das Einschätzen der eigenen Ressourcen ist eine wichtige Voraussetzung für das Leiten, besonders in Bezug auf den Umgang mit Kindern und Jugendlichen. Es müssen nicht alle Leitungspersonen eine Kindergruppe übernehmen. Die Gruppenleitungen sind enge Bezugspersonen und Ansprechperson für die Kinder und Jugendlichen (und auch für die Eltern). Sollten diese Leitungspersonen nicht die Ressourcen haben, sich allfälligen Anliegen anzunehmen, sollten sie rechtzeitig die Scharleitung oder andere Leitungspersonen um Unterstützung bitten.

Es empfiehlt sich jeweils in der Planungsgruppe/ Gruppenleitungsgruppe abzumachen, bei wem man sich melden kann, wenn man mit seinen Aufgaben nicht durchkommt. So kann man kurzfristigem Stress und unangenehmen Situationen aus dem Weg gehen.

Speziell im Lager

Im Lager spezifisch empfiehlt es sich, ein Ämtli «Offenes Ohr» einzuplanen (z. B. 1 Person pro Tag). Diese Person nimmt sich dann sofort Zeit für die unvorhersehbaren Anliegen der Kinder und Jugendlichen, aber auch Leitungspersonen. So wird die Programmleitung nicht zusätzlich belastet. Natürlich soll dies nicht heissen, dass alle anderen Leitungspersonen den Kindern nicht auch zuhören sollen und dürfen (insbesondere die Gruppenleitenden als Bezugspersonen). Je nach Thema braucht es viel Überwindung es anzusprechen und die Kinder tun dies vielleicht eher, wenn sie wissen, dass eine Person spezifisch dieses Ämtli hat und sich Zeit nimmt.

Sofern das Leitungsteam genügend gross ist, empfiehlt es sich pro Leitungsperson einen Pausenblock (oder mehrere) einzuplanen. Während diesen Pausen, darf sich die Leitungsperson dann wirklich zurückziehen und selbst wieder Energie sammeln.

Weiterentwicklung

Traditionen, Regeln und Aufgabenverteilungen sollten regelmässig hinterfragt und bei Bedarf angepasst werden. Was früher sinnvoll war, ist heute möglicherweise nicht mehr zeitgemäss. Mit der Zeit können sich Muster einschleichen, die einzelne Personen benachteiligen oder verletzen – oft unbewusst. Offenheit für Veränderung zeigt Respekt und fördert ein faires Miteinander.

Auch hier empfiehlt es sich wieder, regelmässig Gefässe zur Reflexion und Auswertung einzuplanen, so dass Themen dann einfacher angesprochen werden können, sich alle darauf einlassen können und schwierige, grundlegende Diskussionen nicht zu möglicherweise unpassenden Momenten aufkommen.

Umsetzungsideen

- Die Auswertung von Anlässen nicht immer auf die gleiche Art und Weise machen. So können andere Ideen kommen.
- Den Austausch mit anderen (externen Personen zu Anlässen suchen (z.B. auch in J+S Kursen)).
- [Leitfaden «Rituale und Traditionen»](#) von Jubla Schweiz durchgehen.
- 4 Sitzungen pro Jahr nur für die Quartalsauswertung einplanen und dann eventuell mit einem Teamanlass verbinden, so dass Raum zum Austausch geschaffen wird

Regeln

Besonders der Umgang mit Suchtmitteln (auch Social Media, Handynutzung, Alkohol, Süssgetränke vor den Kindern...) soll im Leitungsteam thematisiert werden und gemeinsame Regeln festgelegt werden. Diese sollen als «Suchtmittelkonzept» im Sicherheitskonzept aufgenommen werden.

Es gilt, einen reflektierten, bewussten und verantwortungsvollen Umgang mit legalen Suchtmitteln zu leben und zu fördern. Das Leitungsteam sollte auch hier eine Vorbildfunktion wahrnehmen. Der gewählte Umgang soll auch offen vor den Eltern und Kindern vertreten werden können.

Seid euch eurer Vorbildfunktion bewusst und haltet euch an die vereinbarten Regeln. Ausnahmen sollten immer gut begründet sein, sonst verlieren die Regeln an Wirkung.

Umsetzungsideen

- Alternativen bieten für Personen im Leitungsteam, die keinen Alkohol trinken und auch nicht rauchen (Spassgetränke und Snacks).
- Auf Trinkspiele verzichten oder nicht jeden Tag spielen. Genügend andere lustige Spiele bereit halten.
- Ein Leitendenprogramm planen, das auch ohne Alkohol Spass macht.

Neuleiter*in werden/ Wer wird Leitungsperson?

Es empfiehlt sich vor dem Wechsel ins Leitungsteam, mit der ältesten Gruppe ihre Jubla-Zukunft zu besprechen und ihnen transparent aufzeigen, was für Aufgaben und Verantwortungen auf sie zukommen werden als Leitungsperson. So können Missverständnissen z.B. über nicht bekannte Aufwände vorgebeugt werden. Allerdings ist hier auch darauf achten, dass das nicht abschreckend wirkt. So sollen zum Beispiel auch flexible und auf die Wünsche der neuen Leitungspersonen ausgelegte Lösungen thematisiert und ermöglicht werden (z.B. keine Kindergruppe übernehmen).

Bei einem Gespräch sollten also die Interessen und Motivation der neuen Leitungspersonen abgeholt werden und ihnen dann aufgezeigt werden, wie sie sich damit im Leitungsteam einbringen können.

Begriffe, gängige Abkürzungen, Traditionen und spezielle Räumlichkeiten sollten den Neuleitenden erklärt werden, um Blossstellung oder Ausschluss zu vermeiden. Menschen trauen sich oft nicht von sich aus nachzufragen.

Es empfiehlt sich ein Plan für die Einarbeitung der neuen Leitenden zu erstellen, der dem ganzen Leitungsteam bekannt ist.

Umsetzungsideen

- Gotti-/ Götti-System für Fragender Neuleitenden
- Neuleitende in den Kurs (GK) schicken
- Die älteste Gruppe einen Anlass planen und durchführen lassen, um sie langsam an die Verantwortung und Aufwände heranzuführen. Dabei die Begleitung bieten, die sie benötigen.
- Scharinterne Aus- und Weiterbildungstage für Neuleitende planen
- Neuleitenden-Quote bei der OK-Bildung einführen.



4. Umgang mit Kindern und Jugendlichen

Die Jubla soll offen sein für alle Kinder und Jugendlichen. Speziell zeichnet sich das Angebot der Jubla dadurch aus, dass kein Leistungsdruck herrscht und die Kinder und Jugendlichen viel Neues lernen. Sie sollen an ihrem individuellen Punkt in der Entwicklung so gefördert werden, wie sie es wollen. Die natürliche Neugier der Kinder und Jugendlichen soll genutzt und gesteigert werden. Die Kinder und Jugendlichen sollen bestärkt und ermutigt werden, Neues auszuprobieren. Es ist aber wichtig, die individuellen Grenzen der Teilnehmenden zu erkennen und zu respektieren.

Umgangston und Sprechen

Kinder wollen grundsätzlich von sich aus zuhören. Schreien oder ein autoritärer Ton ist häufig nicht notwendig, um als Leitungsperson die Aufmerksamkeit der Kinder zu erhalten oder zu behalten. Kinder übernehmen den Umgangston der Leitungspersonen: Ein rauer Umgangston schadet der Atmosphäre. Ein positiver und freundlicher Ton, ist positiv für die Atmosphäre. Die Art und Weise des Sprechens ist dem Alter der Kinder anzupassen. Die Kommunikation sollte auf Augenhöhe und nicht «herabschauend» passieren. Dies gilt im übertragenen und auch im wortwörtlichen Sinn.

Um Missverständnisse oder unklare Situationen zu vermeiden, sollten Abkürzungen oder spezielle Begriffe (vor allem) den jüngeren Kindern erklärt werden und Fremdwörter insbesondere englische Wörter vermieden werden.

Umsetzungsideen

- Um auf sich aufmerksam zu machen, ein Symbol/ Klatsch/ Spruch definieren, um nicht immer «Ruhe» schreien zu müssen. Diese Dinge können oft gut dem Motto angepasst werden. Nebenbei stärkt ein solcher Spruch/ Symbol die Zugehörigkeit und das Gruppengefühl.
- Die Kinder und Jugendliche so nahe zusammenrufen, dass möglichst nicht geschrien werden muss. Megafone sollten, wenn möglich, vermieden werden, da diese sehr unpersönlich und aggressiv wirken.
- Fragen, ob alle Kinder Schweizerdeutsch/ Dialekt verstehen, sonst auf Schriftsprache wechseln.

Nähe und Distanz

Als Leitungsperson dürfen und sollten eigene Grenzen gegenüber Kindern und Jugendlichen auch klar kommuniziert werden. Dabei ist wichtig, klar, ehrlich, respektvoll und gegenüber den Kindern wertschätzend zu bleiben. Auch diesbezüglich ist man als Leitungsperson ein Vorbild.

Es ist schön, wenn man als Leitungsperson «nahbar» ist und wenn passend auch mal von eigenen Erfahrungen und Ängsten erzählt. Allerdings sollten sich die Leitungspersonen bewusst sein, dass es trotz Kommunikation auf Augenhöhe immer ein Machtgefälle zwischen Leitenden und Teilnehmenden gibt. Wir versuchen in der Jubla, dieses Gefälle möglichst klein zu halten. Trotzdem ist wichtig, darüber Bescheid zu wissen und wenn es um körperliche und emotionale Nähe geht, eine gewisse Distanz zu wahren und dieses Gefälle auf keinen Fall auszunutzen.

Umsetzungsideen

- Falls ein Kind einem zu nahe kommt, sagen: «es ist mir ein bisschen viel und ich brauche gerade etwas Ruhe und gehe daher in den Leitendenbereich, um wieder Energie zu sammeln.»
- Den Grund für die eigene Grenzsetzung erklären. Ruhig, positiv und klar formulieren. Zum Beispiel anstatt «Schrei nicht rum», sagen «wir können gut leise miteinander sprechen.»; «Ich verstehe, dass du wütend bist, aber ich lasse nicht zu, dass du mich oder andere Kinder schlägst.»
- Nachfragen, bevor körperlicher Kontakt mit einem Kind gemacht wird: «Soll ich dich hochheben oder dir einen Stuhl bringen?»; «Willst du alleine gehen, oder soll ich dich an der Hand halten?»

Wohlfühlen

Es empfiehlt sich, bewusste Befindlichkeitsrunden mit den Kindern und Jugendlichen zu machen. Ausserdem kann mit den Kindern gemeinsam ein Vorgehen definiert werden, wie für eine gute Atmosphäre gesorgt werden kann, und was die Konsequenzen sein können, wenn diese gestört wird.

Wenn sich ein Kind gerade sichtlich unwohl fühlt, ist es wichtig, die Emotionen der Kinder und Jugendlichen zu benennen und zu validieren. Das bedeutet, wenn ein Kind weint, weil es einen Streit gab, nicht zu sagen: «Hör auf zu weinen, das war nicht so schlimm». Vielmehr ist es gut, zu sagen: «Ich weiss, das tut weh, was würde dir jetzt gerade helfen?». Gleiches gilt auch für eine körperliche Verletzung.

Um raus zu spüren, welche Aktivitäten die Kinder gerne machen, kann gut mit ihnen nach dem Anlass/Block eine kurze Auswertung gemacht werden. Das Meinungsabfragen ist wichtig, um die Kinder mitbestimmen zu lassen und zeigt auch Wertschätzung.

Umsetzungsideen

- Fragebogen nach Anlass an die Kinder und an die Eltern schicken (Rückmeldung zu Anmeldungsprozess, Informationsfluss, Angebote etc. einholen).
- Im Ausstieg eine kreative Variante anwenden, um das Feedback einzuholen.
- In den Gruppenstunden nachfragen, wie es den Kindern gefallen hat
- Ritual im Lager: Beim (Abend-)Essen oder Zubettgehen, bei den Kindern nachfragen, wie der Tag war, was ihnen gefallen hat...

Regeln

Wenn Kinder bei der Definierung von Regeln beteiligt sind, verstehen sie diese besser und können sich oft leichter daran halten. Sinnvolle Regeln sollen dazu dienen das Zusammenleben zu erleichtern und schlussendlich einen Safer Space fördern. Dabei ist wichtig, dass die Regeln eben sinnvoll sind und erklärt werden. Zum Beispiel bei der Nachtruhe-Regel sagen: Nachtruhe hilft, dass dann ruhig ist und geschlafen werden kann. Schlaf ist wichtig, dass alle genügend Energie haben. Im Schlaf stört man einander nicht, da es etwas sehr Persönliches ist und man sich im Schlaf nicht wehren kann).

Handy – Was hat das Handy mit Safer Space¹ zu tun?

Handys können einen grossen Einfluss auf die Atmosphäre und Gruppendynamik haben. Einige Kinder haben ein Handy, andere Kinder nicht. Dies kann aufgrund von verschiedenen Erziehungsentscheiden der Eltern oder aus finanziellen Gründen sein. Kinder können ausgeschlossen werden, weil sie kein Handy haben. Auch kann sich Mobbing in den digitalen Raum ausweiten oder verschieben (Cyber-Mobbing).

Es ist wichtig, dass die Kinder in der Jubla echte Erfahrungen zu machen, echte Freundschaften aufbauen können und auch einen gesunden Umgang mit digitalen Medien und Hilfsmitteln lernen.

Umsetzungsideen

- Klare und sinnvolle Regeln zum Umgang mit Mobiltelefonen sind notwendig. Die Leitungspersonen sollen auch hierzu gute Vorbilder sein.
- Als Leitungsteam gemeinsam eine Haltung, Regeln und Konsequenzen bei Regelverstössen definieren.

Regelverstösse

Sollte es zu einem Regelverstoss kommen, sollte nicht auf eine blossе Bestrafung beharrt werden, sondern mit dem Kind das Problem besprochen und dabei erneut die Gründe für die gebrochene Regel erklärt werden. Es soll sich nicht um eine unnötige Bestrafung, sondern um eine logische Konsequenz handeln. Das Kind soll das eigene Verhalten reflektieren und somit längerfristig verändern können.

Bei schweren Regelverstössen soll das Leitungsteam gemeinsam über die Situation sprechen. Es empfiehlt sich auch mit erfahrenen Begleitpersonen (Präses, J+S Coach, Krisentelefon) Kontakt aufzunehmen, um die Situation zu spiegeln.

Das Nach-Hause-Schicken von Kindern kann ebenfalls eine mögliche Konsequenz darstellen, wenn das Leitungsteam die Situation nicht mehr verantworten kann oder will – jedoch als letzte Konsequenz. Diese Konsequenz im Vorfeld gegenüber den Eltern klar kommuniziert und auch gegenüber dem regelverstossenden Kind ausdrücklich angekündigt werden. Es ist wichtig, die Situation anhand von konkreten Beispielen zu erfassen und zu rapportieren. Die aktive Kommunikation mit den Eltern ist essentiell, um auch die Sorgfaltspflicht auf dem Heimweg zu gewährleisten.



5. Umgebung und Räumlichkeiten

Die Umgebung und die Räumlichkeiten können beeinflussen, ob sich jemand wohlfühlt oder nicht oder ob jemand überhaupt am Programm teilnehmen kann. Jede Person hat unterschiedliche Ansprüche, auf die im Jubla-Alltag so gut wie möglich eingegangen werden soll. Privatsphäre, barrierefreier Zugang, Zugang zu Toiletten/ Duschen etc. können eine grosse Rolle spielen, wenn es um den Safer Space¹ geht. So kann sich beispielsweise eine Person im Rollstuhl nur willkommen fühlen, wenn die Räume rollstuhlgängig (und damit barrierefrei¹) sind.

Zustand der Räumlichkeiten

Die Räume sollten regelmässig und gut gelüftet werden. Sie sollten grundsätzlich gut in Stand gehalten und sauber hinterlassen werden.

Barrierefreier¹ Zugang

Bei der Anmeldung zu Gruppenstunden/ Anlässen/ Lagern kann abgeholt werden, ob es Teilnehmende z. B. mit einer eingeschränkten Mobilität, einer Beeinträchtigung oder einer psychischen Belastung gibt und welche Bedürfnisse daraus entstehen.

Die Räumlichkeiten oder der Ort, wo Gruppenstunden/ ein Anlass/ ein Lager stattfinden, sollen, wenn möglich, barrierefrei zugänglich (z. B. rollstuhlgängig, mit Symbolen angeschrieben, zugänglich für Personen mit eingeschränkter Sehfähigkeit etc.) sein oder es soll geschaut werden, wie Kinder und Jugendliche mit einer Beeinträchtigung teilnehmen können.

Bei der Planung und im konkreten Fall kann überlegt werden, wie und ob eine barrierefreie Lösung gefunden werden kann. Dabei spielen mehrere Faktoren eine Rolle (zur Verfügung stehende Räumlichkeiten, Ressourcen im Leitungsteam usw.).

Eine Barriere kann zum Beispiel auch sein, wenn die Kinder und Jugendlichen zum Ort des Anlasses eine lange oder komplizierte Anreise haben. Familien, die nicht so viel Geld oder Zeit haben, können dann ihre Kinder nicht an den Treffpunkt bringen und die Kinder werden dann nicht teilnehmen können.

Umsetzungsideen

- Überlegt euch, welche Hindernisse eure Räumlichkeiten stellen könnten und wie ihr diese umgehen könntet.
- Berücksichtigt die Barrierefreiheit in der Planung (z.B. Wahl des Ortes für einen Anlass oder ein Lager).
- Möglichst immer den gleichen Treffpunkt vereinbaren oder bei einem anderen Treffpunkt die Möglichkeit eines Transports durch eine Leitungsperson anbieten.
- Plant Anlässe/ Aktivitäten, bei denen alle mit einem Hindernis konfrontiert sind, um die Kinder für Einschränkungen zu sensibilisieren. Z.B. Tiramisu-Spiel, Barfussweg, Verstecken (blindes Suchen anhand von Geräuschen). Einige Ideen gibt es auf dem Jublanetz. Seid kreativ!
- Setzt auch für individuelle Lösungen ein, indem ihr auf die Bedürfnisse der betroffenen Personen eingeht und eure Möglichkeiten berücksichtigt.
- Weiterbildung der Leitenden durch den Besuch des Wahlmoduls Vielfalt und Inklusion

Toiletten/Waschanlagen/Duschen

Es empfiehlt sich, zu Beginn der Gruppenstunde/ des Anlasses/ des Lagers einen Durchgang durch die Räumlichkeiten respektive über das Gelände machen, sodass auch neuen Kindern klar ist, wo sich die Toiletten etc. befinden.

In den Toiletten/ Waschanlagen/ Duschen sollte die Privatsphäre der Personen möglichst gewahrt sein. Dieser Aspekt wird am besten schon in der Planung berücksichtigt.

Die geschlechtsspezifische Einteilung von Toiletten oder Gemeinschaftsduschen können für Unwohlsein sorgen. Überlegt euch, wie ihr diese Thematik in eurer Schar handhaben wollt. Sprecht auch mit den Kindern und Jugendlichen darüber und fragt sie, was ihre Bedürfnisse sind.

Umsetzungsideen

- Sucht bevorzugt Räumlichkeiten mit Einzelkabinen bei Toiletten und Duschen
- Ihr könnt geschlechtsneutrale Toiletten definieren oder alle Toiletten für alle zugänglich machen, unabhängig vom Geschlecht. Ihr könnt sie z.B. auch mit Symbolen beschriften, die angeben, was sich in den Toiletten befindet (Pissoirs, Toiletten, Abfalleimer, Tampons, Binden...) anstatt auf die 'klassischen' Menschenpiktogrammen zurückzugreifen.
- Stellt Hygieneartikel zur Verfügung (z.B. Tampons, Binden, Deo, Feuchttücher, Shampoo...).
- Bei den Duschen könnt ihr z.B. Duschzeiten festlegen oder ein Schild hinhängen, das gedreht werden kann (offen/ besetzt).
- Lasst die Kinder und Jugendlichen selbst wählen, ob sie nackt oder im Badeanzug/ in der Badehose duschen wollen.

Rückzugsort

Ständig von anderen Leuten umgeben zu sein kann anstrengend sein. Es kann helfen, wenn man sich kurz zurückziehen oder frische Luft schnappen kann. Erklärt den Kindern und Jugendlichen, wie sie reagieren können, wenn sie einen Moment für sich möchten, oder weist bei einer Aktivität darauf hin, wenn das gerade nicht möglich sein sollte.

Umsetzungsideen

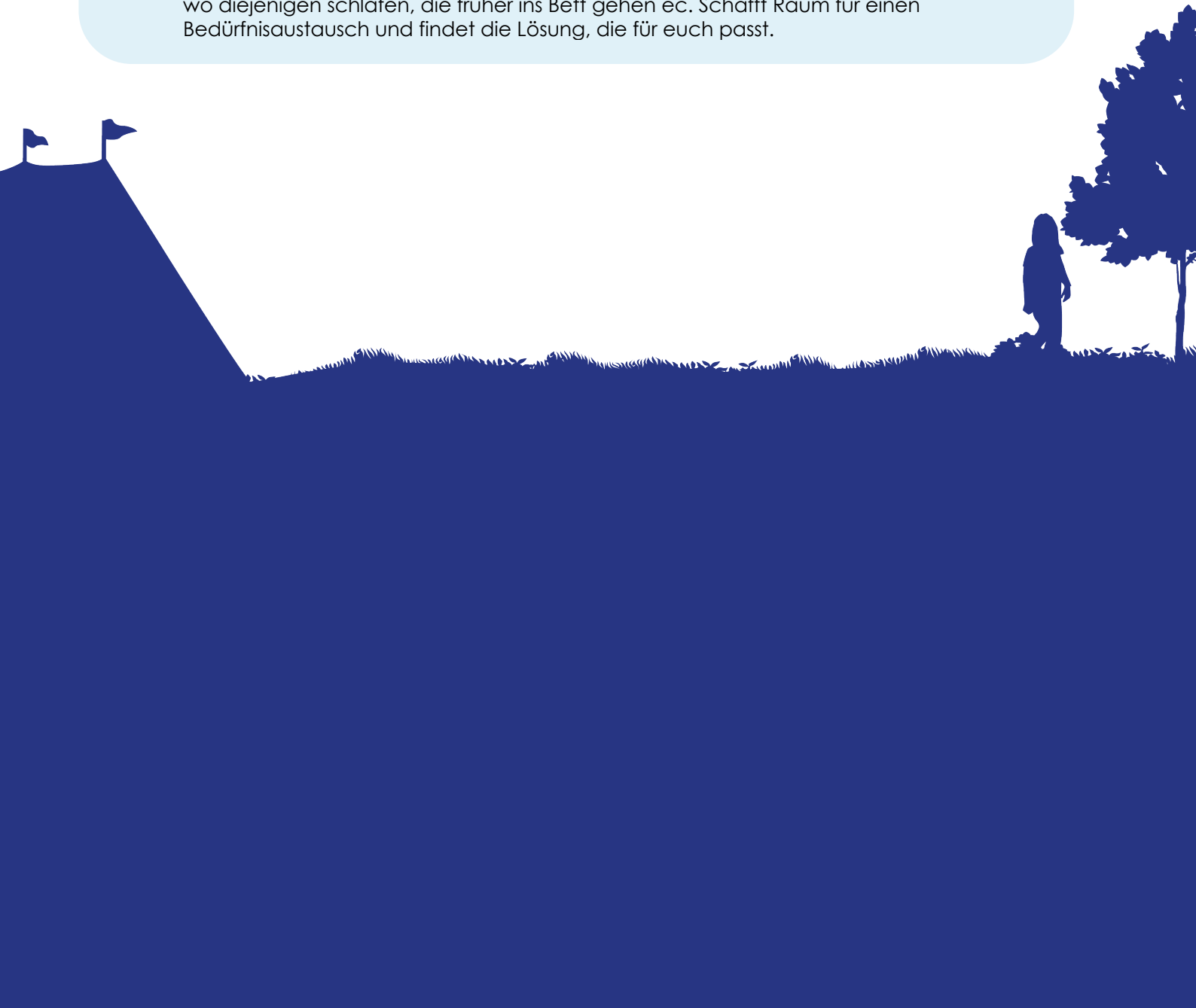
- Richtet einen Ruhe- und Entspannungsraum/ -ecke ein (z.B. mit Decken, Kissen, Mandala, Büchern...)
- Erlaubt Kindern und Jugendlichen, sich vom Programm zu entfernen, wenn sie kurz einen Moment für sich möchten (auch eine WC-Pause kann so ein Moment sein).
- Codewort für «ich brauche Zeit für mich» abmachen.

Schlafmöglichkeiten

An Anlässen mit Übernachtung oder in einem Lager verbringen die Kinder und Jugendlichen auch viel Zeit an ihrem Schlafplatz. Umso wichtiger ist es, dass sie sich an diesem Ort wohl fühlen können.

Umsetzungsideen

- Plant genügend Zelte/ Schlafzimmer ein (idealerweise mehr als die Anzahl Kinder und Jugendlicher), damit alle einen Schlafplatz finden, an dem sie sich wohlfühlen und damit ihr bei Krankheiten, Streitigkeiten etc. flexibler reagieren können.
- Achtet beim «Einpuffen» darauf, dass alle Kinder und Jugendlichen eine für sie passende Schlafmöglichkeit finden. Die Leitungspersonen sollen ansprechbar sein während der Phase des «Einpuffens» und auf die Stimmung achten. Dieser Moment kann für die Kinder und Jugendlichen eine Stresssituation sein.
- Auch bei den Leitenden ist es wichtig, dass alle einen geeigneten Schlafplatz finden. Macht euch z.B. Gedanken, ob ihr gemischte oder getrennte Zelte/ Schlafräume wollt; wo diejenigen schlafen, die früher ins Bett gehen etc. Schafft Raum für einen Bedürfnisaustausch und findet die Lösung, die für euch passt.



6. Programm

Die Aktivitäten in der Jubla sollen abwechslungsreich sein, damit alle ihre Stärken erleben und weiterentwickeln und an ihren Schwächen arbeiten können. Das geforderte Niveau muss an die Kinder und Jugendlichen und deren Bedürfnisse angepasst sein. Bei der Planung der Aktivitäten sollte besonders berücksichtigt werden, dass jede Person ihre Grenzen anders setzt. Berührungen und Gesprächsthemen, die für eine Person normal sind, können für eine andere Person bereits unangenehm sein oder sogar eine Grenzverletzung darstellen. Es ist wichtig, die individuellen Grenzen aller Beteiligten zu respektieren.

Rahmen

Vor einem Anlass/ einer Gruppenstunde/ einem Lager empfiehlt es sich, nochmals abzuholen, ob alle Teilnehmenden das notwendige Material und die notwendige Ausrüstung haben oder auftreiben können. Sollte dies nicht der Fall sein, sollte vom Leitungsteam Unterstützung geboten werden. Wenn möglich sollten Aktivitäten geplant werden, die kostengünstig und so allen zugänglich sind. Der jeweilige Treffpunkt sollte auch gut und von den Kindern möglichst selbstständig erreichbar sein.

Die Gruppendynamik und das Energielevel sind in der Planung des Programms zu beachten und das Programm, wenn nötig, nach den Bedürfnissen und der Verfassung der Kinder und Jugendlichen anzupassen. Pausen einzuplanen und zu machen ist wichtig. Während der Durchführung des Programms sollen die Bedürfnisse und Grenzen der Kinder und Jugendlichen durchwegs mitbedacht werden und durch Fragen sollen sie ermutigt werden, ihre Bedürfnisse zu kommunizieren.

Das Programm muss nicht immer nach Plan stattfinden, sondern kann und muss gegebenenfalls auch der Situation angepasst werden oder abgesagt werden, wenn keine Kapazitäten und Alternativen vorhanden sind

Den Beginn und das Ende der Gruppenstunde, des Anlasses oder des Lagers können durch Rituale und abrundende Worte markiert werden. Dies hilft, dass die Kinder in der Jubla ankommen, sich wieder an den in der Jubla gelebten Umgang erinnern und dann den Übergang in den Alltag wieder finden. Oft denkt man an einen ausführlichen Einstieg, aber der Abschluss erfolgt manchmal in Eile (Müdigkeit, Putzen, Eltern warten ...). Ein klarer Anfangs- und Schlusspunkt, eine klare Erklärung des Ablaufs und der Rollen der anwesenden Personen sind wichtig, dass Kinder und Jugendliche angemessen begleitet werden.

Ein geplanter Einstieg erleichtert für zurückhaltende Kinder und Jugendliche, die noch niemanden kennen, das Ankommen in der Jubla (z.B. Kennenlernspiel und zufällige Gruppenbildungsmethoden helfen). Wenn neue Kinder in die Jubla kommen, soll darauf geachtet werden, dass die gemachten Rituale erklärt werden.

Umsetzungsideen

- Inhalte des Einstiegs können sein: Gruppenklatschspiele oder andere (Sprech-)Rituale, Vorstellungsrunden, Befindlichkeitsrunden, Umgangsregeln mitteilen: Bewusst machen, dass eigene Grenzen ≠ Grenzen anderer Personen, die Person vorstellen, die das Ämtli «offenes Ohr» hat (also Ansprechperson für Anliegen ist), Überblick über den Ablauf des Anlasses geben.
- In den Pausen kann die Postenleitung oder Gruppenleitung fragen: «Fühlt ihr euch wohl? Macht das Spiel Spaß?». Die Rückmeldungen können dann gleich in eine Regelanpassung einfließen.
- Inhalte des Ausstiegs können sein: Abschlussritual, Hosensackspiel, Befindlichkeitsrunde, Feedbackrunde, Ausblick auf das nächste Treffen oder das weitere Programm.

Motto/ Roter Faden

Bei der Entwicklung des Mottos und des roten Fadens sollte darauf geachtet werden, dass Diskriminierung¹ keinen Platz darin findet und möglichst wenig Stereotypen¹ und Geschlechterrollen wiedergegeben werden.

Umsetzungsideen

- Durch das Einbauen von queeren¹, weiblichen, beeinträchtigten Charakteren diverser Herkunft in Motto und Geschichten können für die Kinder und Jugendlichen neue Vorbilder entstehen.
- Zum Beispiel kann in einer Geschichte einmal ein Mann weinen, eine Frau die Bösewichtin und eine blinde Person eine Held*in sein, eine gleichgeschlechtliche Liebesbeziehung vorkommen

Programmblöcke/ Aktivitäten

Es hilft, bereits bei der Programmplanung die individuellen Interessen, Stärken und Schwächen der Kinder und Jugendlichen im Blick zu haben und schauen, dass bei einem Jubla-Anlass für alle etwas dabei ist. So entsteht ein möglichst vielfältiges und abwechslungsreiches Programm. Dabei ist es auch sinnvoll, Kinder und Jugendliche in die Planung des Programms so gut es geht mit einzubeziehen (Stichwort mitbestimmen). Sollten ältere Kinder ihr Programm selbst planen dürfen, ist es wichtig, sie während dieser Ideenfindungs- und Planungsphase zu betreuen und einen Rahmen zu bieten.

Dabei ist wichtig, darauf zu achten, ob eine spezifische Aktivität für einige Kinder und Jugendliche vielleicht grenzverletzend sein könnte (z.B. Sitzkreis, Massagekreis, Tanzen, Kämpfen und Raufen, Nachtaktivitäten). Dann sollten bereits von Anfang an Alternativen eingeplant werden. Diese Alternativen sollten dann nicht als «Alternativen» sondern einfach als gleichwertige Aktivität angepriesen werden. Kinder und Jugendliche sollen sich nicht schämen müssen, nicht am «richtigen» Programm teilnehmen zu können / wollen. Eine Auswahlmöglichkeit zu bieten ist ebenfalls eine Anwendung des Grundsatzes «mitbestimmen».

Es ist ebenfalls wichtig, die Regeln und den Ablauf von Spielen gut zu erklären, sodass die Kinder und Jugendlichen wissen, was auf sie zu kommt und welche Spielvariante sie wählen sollen.

Umsetzungsideen

- Bewegungsformen während sportlichen Aktivitäten variieren (laufen, springen, kriechen, schwingen, tanzen, zielen, rollen usw.)
- Bei Wanderungen ist darauf zu achten, dass die Länge, Marschgeschwindigkeit und die Grösse/ das Gewicht des Gepäcks auf das Alter der Kinder angepasst werden.
- Neue Spiele ausprobieren und nicht nur die Lieblingsspiele der lauten Mehrheit spielen.
- Einen Teil des Lagerschlussabends kann zum Beispiel von den einzelnen Gruppen oder von freiwilligen Kindern gestaltet werden. Darauf achten, dass sie bei der Planung unterstützt werden und ein klarer Rahmen vorgegeben wird.
- Die Kinder und Jugendlichen können ihre eigenen Gruppenstunden planen oder deren Inhalt wünschen (je nach Alter). Dabei klar machen, welche Wünsche aus welchen Gründen berücksichtigt werden können oder eben nicht.
- Alternative Spiele bieten oder alternative Regeln im gleichen Spiel anbieten (z.B. Altersmarkierungen beim Bändelkampf, Sammeln anstatt Kämpfen, auf den Rücken klopfen und dann Guggelkampf anstatt Bändeli rupfen, Bereich des Spielfelds definieren, in dem eine Spielvariante durchgeführt wird, Pausenblache)
- Die Regel Stopp heisst Stopp immer wieder erwähnen.
- Keine «obligatorischen» Aktivitäten (z.B. Herzblatt, Wildsau, Schweinchen in der Mitte, «Schätzli Schätzli liebsch du mich no», Story of my body...) planen, bei denen einzelne Kinder oder Jugendliche blossgestellt werden könnten. Bereits bei der Planung die Leitenden darauf aufmerksam machen, dass Unwohlsein entstehen kann bei solchen Spielen und identifizieren, was genau diese Emotionen hervorrufen

Programmfreie Zeit

Die programmfreie Zeit soll beaufsichtigt und begleitet werden. So werden auch Kinder und Jugendliche eingebunden, die zurückhaltend oder neu sind. Achtet darauf, hierfür genügend Leitungspersonen einzuteilen.

Es ist wichtig, dass die Kinder und Jugendlichen in der programmfreien Zeit ausspannen können und zum Ausruhen und Energietanken kommen.

Umsetzungsideen

- Unterhaltungskiste für die Pausen zwischen den Blöcken bereitstellen (Spiele, Rätsel, evtl. Aktivität mit Mottobezug...)
- Die Nachtruhe dem Alter und den Energieressourcen anpassen. Z.B. auch nach einer Nachtaktivität eine Erholungszeit von mind. 8 Stunden einplanen.
- Die Nachtruhe-Regelung kann bei älteren Kindern und Jugendlichen auch offen gestaltet werden: «Bis spätestens 22:00 Uhr müsst ihr schlafen gehen, überlegt auch selbst, ob ihr noch wach bleiben wollt bis dann, oder schon müde seid.» So können die eigenen Grenzen erlernt werden.

7. Ernährung

Essen ist ein grundlegendes Bedürfnis, für manche ist es jedoch auch mit Stress verbunden. Unverträglichkeiten, Intoleranzen, Allergien, Essstörungen, Diäten oder kulturelle oder religiöse Verbote können dazu führen, dass gemeinsame Mahlzeiten als belastend erlebt werden. Um Rücksichtnahme auf und Wohlbefinden für alle zu ermöglichen, ohne dass individuelle Ernährungsweisen bei jeder Mahlzeit erneut thematisiert werden müssen, ist eine sorgfältige Vorbereitung und Sensibilität im Umgang mit dem Thema erforderlich. Kommentare über das Essverhalten (z.B. zu Menge oder Auswahl) können den Stress erhöhen und Unwohlsein hervorrufen. Essgewohnheiten sollten konkret benannt werden (z.B. vegan, laktosefrei, glutenfrei, kein Schweinefleisch...) und nicht als «normal» oder «Spezialmenu» betitelt werden. Werden zum Beispiel alle Speisen gut sichtbar und klar beschriftet, wissen alle, aus welchem Topf sie Essen dürfen, ohne dass es gross zum Thema gemacht wird und die Personen mit Intoleranzen ständig nachfragen müssen. Generell ist eine abwechslungsreiche, gesunde Ernährung in ausreichender Menge wichtig.

Dies gilt nicht nur für Lager. Auch bei Gruppenstunden ist wichtig, darauf zu achten, dass genügend Verpflegung vorhanden ist (Zvieri, Znüni, etc.).

Umsetzungsideen

- Allergien, Unverträglichkeiten und Essgewohnheiten im Vorhinein abfragen und notieren
- Das Angebot einer vegetarischen Ernährung vermeidet religiöse Stigmatisierung¹, fördert die Gesundheit, ist gut für den Planeten und senkt Kosten.
- Um Konflikte zwischen Vegis und Fleischessenden zu vermeiden: statt automatisch Fleisch einzuplanen, kann bei der Anmeldung aktiv danach gefragt werden, wer nicht auf Fleisch verzichten möchte oder kann.
- Auf der Webseite von Famigros oder Hello Family findet ihr einfache, für Kinder geeignete Rezepte; die Webseite Ottolenghi bietet vielfältige vegetarische und vegane Rezeptideen an.
- Rückzugsort fürs Essen schaffen
- Neben Hauptmahlzeiten auch Zvieri und Znüni anbieten, sichtbar bereitstellen
- Bei gemeinsamen Tischrituale überlegen, ob sie die Stimmung vor dem Essen auflockern oder unnötig Stress bereiten können



8. Was tun, wenn jemand sich nicht wohl fühlt/Grenzen verletzt wurden?

Gehe aufmerksam, offen und sensibel mit schwierigen Situationen um - Ein ungutes Gefühl ist oft Grund genug zu handeln!

Du bist nie allein: Hol dir Hilfe aus deinem Netzwerk (bei Mitleidenden, Präses, Erziehungsberechtigten, Krisentelefon, Ehemaligen oder einer Person deines Vertrauens) und sprich an, wenn dir etwas auffällt oder du in einer Situation nicht weiterweist oder Rücksprache halten willst.

Themenbereich psychische Gesundheit

Sollte eine Person psychisch belastet sein und dies ansprechen, gilt es anzuerkennen, dass sich die Person jemandem anvertraut hat. Es wird aufmerksam zugehört, aber nicht zum Erzählen gedrängt. Mit persönlichen Informationen wird diskret, ruhig und überlegt umgegangen. Du kannst die Person fragen, was sie aus der «Krise» führen könnte. Oft wissen die betroffenen Personen selbst gut, was ihnen gerade helfen könnte. Wären weitere Handlungen notwendig, soll das Vorgehen mit einer Fachperson besprochen werden. Es kann immer gefragt werden, wie es einer anderen Person geht. Wenn die Person nicht sprechen will, soll das aber respektiert werden.

Falls du dir Sorgen um jemanden machst, dir aber nicht selbst zutraust, eine Person deswegen anzusprechen, kannst du eine andere geeignete Person fragen, dies zu tun.

Themenbereich Diskriminierung¹

Diskriminierendes Verhalten lässt sich nicht (allein) durch Strafen verändern. Es braucht Aufklärungsarbeit, Gesprächsbereitschaft und Reflexion. Dabei gilt: Der Schutz und das Wohlbefinden der diskriminierten Person stehen an erster Stelle. Menschen aus Gruppen, die diskriminiert werden, sollten nicht ständig Fragen beantworten oder aufklären müssen. Informiere dich selbst. Das Entstehen für Gerechtigkeit und Gleichberechtigung sind dabei essenziell. Alle sollen ermutigt werden, Diskriminierung und Mobbing in jedem Fall anzusprechen. Direkte oder indirekte Diskriminierung und Abwertung erfordern immer eine sofortige Reaktion! Nicht-Reagieren wird als Akzeptanz der Diskriminierung aufgefasst. Fehler sind in Ordnung, solange man sie anerkennt, Verantwortung übernimmt, sich entschuldigt und daraus lernt. So entsteht ein Klima, in dem auch Kinder und Jugendliche lernen, konstruktiv mit Fehlverhalten umzugehen.

Umsetzungsideen

- Die diskriminierende Aussage nicht ungewollt verstärken (z.B. nicht sagen «Schwul sagt man nicht», sondern «schwul benutzt man nicht als Beleidigung»).
- Nach diskriminierendem Verhalten: Das Gespräch suchen. Je nach Situation mit der/den betroffenen Person(en), der/den verursachenden Person(en) oder allen.
- Rassistische oder diskriminierende Aussagen klar benennen und erklären, warum sie nicht akzeptiert werden – auch wenn sich niemand direkt verletzt fühlt.
- Bei provokativen Aussagen nicht in Diskussionen verstricken. Stattdessen Gefühle anerkennen, Wirkung erklären und zum sachlichen Thema zurückkehren.

Abschliessend:

Wir werden in Bezug auf Vielfalt und Inklusion nie perfekt sein. Das Bewusstsein für diese Themen und die Lernwilligkeit ist wichtig.

Nach dem jeweiligen Anlass können die Aspekte «Jubla als Safer Space¹» ausgewertet werden. Wir freuen uns über Fragen, Rückmeldungen zur Nützlichkeit dieses Leitfadens und um Umsetzungsideen von euch. Vielen Dank für euer Engagement.

Meldet euch gerne via praevention@jublaaargau.ch.

Dieser Leitfaden entstand in Zusammenarbeit der FG Prävention von Jungwacht Blauring Kanton Aargau und einigen interessierten Personen aus den Scharen.



Anhang

Beispiel-Fragen zum Gesundheitszustand auf dem medizinischen Datenblatt

Damit wir während des Lagers unsere Aufsichts- und Sorgfaltspflicht wahrnehmen können, ist es notwendig, über den Gesundheitszustand von allen Teilnehmenden informiert zu sein.

Bekannte **Allergien** (Heuschnupfen, Bienenstich, Medikamente etc.) oder Sonstiges:

Gibt es eine Ernährungspräferenz oder Unverträglichkeit?

- ☐ Keine Präferenz
- ☐ vegetarisch
- ☐ vegan
- ☐ Kein Schweinefleisch
- ☐ kann nicht auf Fleisch verzichten
- ☐ Unverträglichkeit: _____

Muss das Kind regelmässig **Medikamente** einnehmen? Falls ja, kann das Kind dies selbstständig oder braucht es Unterstützung?

Gibt es wichtige Informationen über die **psychische Gesundheit** des Kindes?

Gibt es wichtige Informationen über die **physische Gesundheit** des Kindes?

Falls es **Gesundheitsinformationen** geben sollte, die **nicht auf diesem Blatt erfasst werden möchten**, können diese gerne direkt mit der Lagerhauptleitung *Vorname Name (Emailadresse / Telefonnummer)* besprochen werden.

Die auf dem medizinischen Datenblatt enthaltenen Informationen werden vertraulich behandelt. Das Datenblatt wird nach Abschluss des Lagers vernichtet.

Weiterführende Dokumente

Jubla

- Haltungspapiere: <https://jubla.atlassian.net/wiki/spaces/WISSEN/pages/1121714196/Haltungen>
- Gesundheitsförderung und Prävention in der Jubla: <https://jubla.atlassian.net/wiki/spaces/WISSEN/pages/1122730059/Gesundheitsf+rderung+und+Pr+vention+in+der+Jubla>
- Psychische Gesundheit: <https://jubla.atlassian.net/wiki/spaces/WISSEN/pages/1180008525/Psychische+Gesundheit>
- Suchtprävention: <https://jubla.atlassian.net/wiki/spaces/WISSEN/pages/1179811920/Suchtpr+vention>
- Grenzen: <https://jubla.atlassian.net/wiki/spaces/WISSEN/pages/1164050444/Grenzen>
- Merkblatt Widerstandsfähigkeit: <https://jubla.atlassian.net/wiki/spaces/WISSEN/pages/1180008525/Psychische+Gesundheit>
- Leitfaden zur Reflexion von Ritualen und Traditionen: <https://jubla.atlassian.net/wiki/spaces/WISSEN/pages/1909686279/Reflexion+von+Ritualen+und+Traditionen>

Pfadibewegung Schweiz

- Leitfaden Diversität und Inklusion in der Pfadi: https://pfadi.swiss/media/files/79/215101de-merkblatt_diversitaetundinklusioninderpfadi.pdf

Schweizerische Arbeitsgemeinschaft der Jugendverbände (SAJV)

- Leitfaden für Leitungspersonen erstellt vom Projekt "BreakFree!" der SAJV und Milchjugend zum Thema junge queere Personen in Jugendverbänden: https://sajv.ch/media/leitungspersonen_gzd_compressed.pdf
- Glossar LGBTQIA-Begriffe vom Projekt "BreakFree!": https://sajv.ch/media/glossar_gzd.pdf
- Erklärung Projekt «BreakFree!»: <https://sajv.ch/unsere-arbeit/projekte/>
- Lehrmittel Inklusion und Vielfalt: https://sajv.ch/media/lehrmittel_inklusion_und_vielfalt_de.pdf
- Beispiel Themenblöcke Inklusion und Vielfalt: https://sajv.ch/media/methoden_inklusion_und_vielfalt_de.pdf
- Gesundheitsförderung generell: <https://sajv.ch/positionen/gesundheitsfoerderung/>
- Inklusion und Vielfalt generell: <https://sajv.ch/positionen/inklusion-und-vielfalt/>

Allgemein

- Sucht, Beruf, Ernährung, Gewalt, psychische Gesundheit, Queer, Sexualität etc: https://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/jugendliche.cfm
- Suchtmittel in Jugendlagern: <https://tu-bois-quoi.ch/de/>
- Psychische Gesundheit: <https://www.wie-gehts-dir.ch>
- Psychische Gesundheit: <https://www.promentesana.ch>

Jungwacht Blauring Aargau
Feerstrasse 8
jublaaargau.ch | ast@jublaaargau.ch

Stand Mai 2026