



BYMBE

Bringing Young Mothers back to education

BYMBE STÄRKUNGSSET 105

ANHANG

Erasmus+: KA2 – Cooperation for Innovation and the Exchange
of Good Practices – Strategic Partnerships for adult education
[Agreement N° 2017-1-AT01-KA204-035007]



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BYMBE

Bringing Young Mothers back to education

BYMBE STÄRKUNGSSET IO5

ANHANG

Erasmus+: KA2 – Cooperation for Innovation and the Exchange of

Good Practices – Strategic Partnerships for adult education

[Agreement N° 2017-1-AT01-KA204-035007]



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Projekt Information

Projektname	Bringing young mothers back to education
Projekt Akronym:	BYMBE
Project Nummer:	No. 2017-1-AT01-KA204-035007
Beneficiary organization (Projekt Koordinator)	Frauen im Brennpunkt, Austria
Projekt Partner	CESIE, Italy Bimec Ltd., Bulgaria Social Innovation Fund, Lithuania Exchange House International, Ireland Magenta Consultería Projects S.L.U., Spain

Dokument Information

Dokument Titel:	BYMBE Support Pack Annex
Dokument AutorIn:	All Partners
Version:	1.1
Datum:	27.05.2019

Inhaltsverzeichnis

PROJEKT INFORMATION	1
DOKUMENT INFORMATION	1
1. EINLEITUNG	3
2. ZIELE DES BYMBE STÄRKUNGSSETS	4
3. FEEDBACK ZUR VERWENDUNG DER METHODEN – BEITRÄGE	6
3.1. ERFAHRUNGEN	6
3.1.1 ERFAHRUNGEN IN ÖSTERREICH:	6
3.1.2 ERFAHRUNGEN IN BULGARIEN:	6
3.1.3 ERFAHRUNGEN IN IRLAND	7
3.1.4 ERFAHRUNGEN IN ITALIEN	7
3.1.5 ERFAHRUNGEN IN LITAUEN	8
3.1.6 ERFAHRUNGEN IN SPANIEN	8
3.2. HERAUSFORDERUNGEN, EMPFEHLUNGEN UND ANPASSUNGEN DER METHODEN.....	9
3.3. KOMMENTARE UND SCHLUSSFOLGERUNGEN.....	20
3.3.1 DER ÖSTERREICHISCHE PARTNER.....	20
3.3.2 DER BULGARISCHE PARTNER	21
3.3.3 DER IRISCHE PARTNER	21
3.3.4 DER ITALIENISCHE PARTNER.....	21
3.3.5 DER LITAUISCHE PARTNER	22
3.3.6 DER SPANISCHE PARTNER.....	22

1. Einleitung

Ziel des BYMBE Projekts ist die Förderung der beruflichen Inklusion von NEETS (nicht in Beschäftigung, Bildung oder Training), insbesondere von jungen, aus dem Bildungssystem fallenden Müttern. Einerseits soll ihre Motivation zur Wiederaufnahme und Abschluss der Berufsbildung erhöht werden, andererseits möchten wir sie mit weiterführenden Unterstützungsleistungen (einschließlich professioneller Berufsorientierung, Motivations- und Soft Skills Training) versorgen.

Auch wenn sich nach der Kampagne (IO2) junge Mütter der Bedeutung des Abschlusses der Berufsausbildung bewusster sind, werden sie weitere Unterstützung bei der Planung ihrer nächsten Schritte und Berufsberatung benötigen, um die richtigen Entscheidungen für ihr Berufsleben treffen zu können. Verlässliche Netzwerke müssen zur Gewährleistung des Abschlusses der Berufsausbildung aufgebaut werden. Das bedeutet nicht nur die Verfügbarkeit von Kinderbetreuung sicherzustellen, sondern auch die Vermittlung von Kenntnissen zum Aufbau eigener Unterstützungsnetzwerke für Zeiten der Frustration und Stress bei Rückschlägen. Diese Fähigkeiten sind oft nicht vorhanden, da sie weder in der Schule unterrichtet noch in ihrem sozialen Umfeld gelebt werden.

IO4 – IO6 ist ein umfassendes, auf die besonderen Bedürfnisse junger Mütter zugeschnittenes Paket. Es ist wichtig, sie miteinzubeziehen, zu bestärken und zu motivieren, Abschlüsse zu machen und Abbrüche zu vermeiden. Die Hauptverantwortung für die einzelnen Aufgaben ist auf die unterschiedlichen Projektpartner, je nach ihren Stärken aufgeteilt. Letztendlich baut aber ein Paket auf das andere auf.

IO4, das BYMBE Trainingspaket Berufsorientierung (IO4 – verfügbar unter <https://bymbe.eu/de/projektergebnisse/>), ist das erste Paket der Unterstützungsinstrumente für junge Mütter. Die Hauptziele sind:

- Stärkung der sozial-kognitiven Fähigkeiten;
- Förderung des Umgangs mit Gefühlen, hinsichtlich deren Wahrnehmung und Verständnis;
- Bessere Selbstkontrolle;
- Bessere Planung bei der Lösung kognitiver Aufgaben;
- Planen und dann Handeln – Konsequenzen abschätzen lernen;
- Wirksamere Konfliktlösungsstrategien;
- Durch die Zusammenarbeit schaffen einer positiven Atmosphäre im Seminarraum.

Für dieses Ziel arbeiten wir im Projekt mit innovativen Instrumenten, in einer Kombination aus Seminaren, individueller Beratung, Unterstützungstreffen in der Peergroup, Entscheidungsfindung und Planung der Umsetzung unter Anwendung der Projektmethode sowie Brainstorming – Treffen zum Überwinden von Hindernissen.

In der Berufsberatung verwenden wir leicht verständliche Instrumente wie die Symbolarbeit, welche wie unsere Erfahrungen in einem anderen Projekt zeigt einen guten Ansatz für die Arbeit mit jungen Müttern, welche übliche Beratungssettings nicht gewohnt sind, liefert. Die Methode der Symbolarbeit ermöglicht das Sichtbarmachen und Aussprechen verborgener Anliegen und Vorstellungen und dadurch deren Lösung sowie das Entdecken persönlicher Motivationsstrategien.

Hauptnutzen: Die Gewährleistung einer gesamtheitlichen Unterstützung bei der Berufsorientierung und -entscheidung zugeschnitten auf die Bedürfnisse der jungen Mütter; nach dem Training werden die Teilnehmerinnen zum Treffen einer schulischen/beruflichen Entscheidung passend zu ihrer derzeitigen Situation und zur Verbesserung ihrer späteren Beschäftigungs- und Einkommenschancen befähigt sein.

2. Ziele des BYMBE Stärkungssets

Auch wenn junge Mütter die Entscheidung treffen, eine Berufsausbildung aufzunehmen ist es ratsam, als Vorbereitung die jungen Mütter an einem Stärkungstraining teilnehmen zu lassen, um sicherstellen zu können, dass die Aufnahme der Ausbildung entspannt eingeleitet wird und auch, damit die Chancen der Beendigung der Ausbildung der NEET Mütter höher wird.

Viele junge Menschen, die keine Anstellung haben, keine Ausbildung oder Training machen, machten in ihrem Vorleben schlechte Erfahrungen während der Ausbildung. Man wird sie bestärken müssen sich in der Zukunft für lernen zu engagieren.

Junge Menschen sollten lernen, die häufigsten Barrieren zu überschreiten, welche auf sie zukommen werden, zum Beispiel: Inhalte und Ablauf der Kurse und Ausbildungen, Verhalten, Aufmerksamkeit und Einstellung.

Dieses Stärkungssset zielt darauf ab, diese Probleme zu lösen. Es basiert auf der Entwicklung Emotionaler Intelligenz, da diese ihnen lehrt Mit ihre Gefühle und verhalten zu verstehen und damit umzugehen genauso wie es wichtig ist, dass sie die Menschen in ihrem Umfeld verstehen und mit Ihnen sinnvoll und erfolgreich interagieren in ihrer Peergruppe sowohl wie in ihrer Umgebung.

Das Handbuch beinhaltet praktische Trainingsmethoden, um oben genanntes umsetzen zu können mit über 80% Trainingsmethoden, bei denen die jungen Mütter teilnehmen können (Aktivität). Die Methoden des Trainings sind Präsentation/Vortrag (nicht mehr als 20% der Trainingszeit in kleinen Portionen) und verschiedenen Anwendungen und Methoden, um aktiv und interaktiv zu lernen, zum Beispiel:

1. Kenntnis der eigenen Gefühle. Sich selbst kennen, die volle Erkenntnis der Gefühle, ist immer noch der Schlüssel der emotionalen Intelligenz. Unserer Fähigkeit unserer Gefühle zu beobachten, in jeder Situation, ist vor allem wichtig für die Entwicklung der eigenen Skills und Selbsterkenntnis. Wenn wir unsere echten Gefühle nicht aufmerksam betrachten, werden wir ihre Sklaven. Menschen, welche sich ihrer Gefühle

gewahr sind, sind im Stande ihr Leben besser zu führen, weil sie eine klare Haltung gegenüber ihren eigenen Entscheidungen haben – von der Entscheidung für eine/n Partner/in bis hin zur Berufsentscheidung

2. Umgang mit Gefühlen. Kontrolle über Gefühle und sich auf adäquate Art ausdrücken zu können, sind Fähigkeiten, welche eng mit dem Verständnis der Gefühle verbunden ist. Was sind Möglichkeiten sich bei Angst, Traurigkeit oder Irritation zur Ruhe zu bringen – genauso wie was passiert, wenn wir im Umgang mit an diesen basalen Emotionen scheitern. Menschen mit schwachen Fähigkeiten auf diesem Gebiet kämpfen ständig mit Notlagen, während dieses, welche mit den Gefühlen sehr gut umgehen können sich in Ausnahmesituationen schnell erholen.
3. Fähigkeiten der Eigenmotivation. Die Gefühle hinsichtlich eines gesetzten Ziels steuern zu können, gebündelte Aufmerksamkeit, Motivation und Selbstmanagement, genauso wie kreative Stärken. Emotionale Selbstkontrolle (Abkoppelung der Belohnung auch Unterdrückung der Störungsmomente) ist der Grundpfeiler jeder Leitung. Dazu kommt die Fähigkeit, wie der Sportler sagen würde, in den Flow zu kommen – kompromisslos und bewusst – das führt zu außergewöhnlichem Resultat auf allen Gebieten. Menschen mit diesen Eigenschaften sind normalerweise produktiver und effizienter in allem das sie machen.
4. Wahrnehmen der Gefühle anderer. Empathie, eine weitere Fähigkeit welche eng mit Bewusstsein seinen Gefühlen gegenüber verbunden ist – ist wahrscheinlich eine basale menschliche Fähigkeit. Worin liegt Empathie, was ist der soziale Pries für Ungleichheiten und der Grund und Nächstenliebe hervorzurufen. Empathische Menschen sind sensibler in der Deutung soziale Signale welche Bedürfnisse und Wünsche aufzeigen. Darum sind sie häufig gut für bestimmte Bereiche, wie Medizin, Erziehung, Verkauf und Management geeignet.
5. Stabile Beziehungen. The Kunst des Beziehungsaufbau wird hauptsächlich als Fähigkeit mit den Gefühlen andere umzugehen angenommen. Sie nähren die Beliebtheit, Führungsfähigkeiten und effektive zwischenmenschliche Kommunikation. Menschen mit ähnlichem Talent gehen gut mit Situationen, die sanfte Kommunikation mit anderen erfordern, um – sie sind einfach “soziale Stars”

3. Feedback zur Verwendung der Methoden – Beiträge

Alle Partner haben die Methoden erprobt und Erfahrungen gemacht. Dieses Kapitel zeigt die Erfahrungen der TrainerInnen, Soziale ArbeiterInnen etc., die sie mit den jungen Müttern gemacht haben, als sie diese Methoden angewandt haben und genauso stellen die TrainerInnen und Sozial ArbeiterInnen ihre Erfahrungen zur Verfügung und machen Vorschläge, wenn sie welche zu machen haben.

3.1. Erfahrungen

3.1.1. Erfahrungen in Österreich:

In Österreich wurden die Methoden des Stärkungssets hauptsächlich im Einzelsetting ausprobiert. Wir wissen, dass genau diese Methoden sehr wichtig für junge Mütter wären und sie genau diese Methoden brauchen würden, jedoch in ländlichen Gebieten, gerade in Tirol, ist es schwierig junge Mütter zu motivieren sich mit sich selbst auseinanderzusetzen. Nachdem wir sie eingeladen hatten, versicherten sie ihr Kommen, jedoch erschienen sie trotzdem kaum zu den Workshops.

Wir machten die Erfahrung, dass es für uns sehr viel einfacher ist mit den jungen Müttern im Einzelsetting zu arbeiten. Gerade Emotionale Intelligenz ist immer ein wichtiger Punkt in der Beratung. Im ersten Schritt ist erkennbar, dass sie zuerst zurückgehen und die Situation mit einem gewissen Abstand betrachten aber sobald sie sich auf ihre Bedürfnisse besinnen und wenn sie beginnen der BeraterIn zu vertrauen ist es möglich konstruktiv zu arbeiten. Selbstsicherheit zu Erlangen und sich seiner Schwächen Bewusstsein ist der erste Schritt hin zum Finden einer passenden Berufsausbildung und in Einklang mit dem Kind und der Familie zu bringen.

3.1.2. Erfahrungen in Bulgarien:

Feedback der Gruppe in Plovdiv: "Während der Trainings konnten die meisten jungen Mütter Selbstbewusstsein gegenüber Folgendem erlangen: Mit Hilfe der Übungen lernten sie einige Gefühle wahrzunehmen und sie zu benennen. Für diese Zielgruppe ist das ein richtiggehender Durchbruch. Einige der jungen Frauen zeigten richtiges Interesse ihre Gefühle kontrollieren zu lernen und einige machten sehr gute Fortschritte im Einreichen des Ziels. Einige der Teilnehmerinnen meinten, sie möchten das Verhalten, in dem sie sich ausdrücken und behaupten konnten und sie probierten sich innerhalb der Gruppe aus. Es wird aber schwierig sein, dies innerlich ihrer Community umzusetzen.

Die meisten jungen Mütter konnten ihr Selbstvertrauen ausbauen zumindest so, dass sie imstande sind ihren Familien entgegenzutreten und ihre Ausbildungsentscheidung vertreten. Auch konnte die Gruppe gegenseitige Unterstützung erarbeiten. Sie zeigten Verständnis und Empathie gegenüber den Gefühlen anderer, was ein starkes Zeichen für die Entwicklung sozialen Bewusstseins ist. Jedoch es ist immer noch auf unbewusstem Level zu finde, aber es ist Potential für weitere Arbeit mit jungen Müttern hinsichtlich dieser Fragestellung erkennbar.“

Feedback der Gruppe in Vidin: “Die jungen Mütter kannten sich bereits seit dem vorhergehenden Training. Sie arbeiteten effektiv als Gruppe und waren motiviert. Sie waren imstande Fortschritte zu machen. Sie möchten es sehr, sich mit Hilfe von Bildern und Puppen auszudrücken. Mit schwierigeren Wörtern hatten sie Probleme. Diese musste erklärt oder in andere Wörter geändert werden. Man konnte erkennen, dass sie vor allem ihr Vokabular hinsichtlich ihrer Emotionen ausbauen müssten.“

Feedback der Gruppe in Rousse: “Die jungen Mütter waren von Rollenspiel begeistert. Sie nahmen sehr aktiv teil, weil sie ihnen bekannte Situationen nachspielen konnten. Sie hatten großen Spaß, die Sessel Übung, das Origami und das Kartenspiel zu machen. In das Kartenspiel interpretierten sie viel hinein.“

3.1.3. Erfahrungen in Irland

Exchange House pilotierte IO5 nach IO4. Ich glaube, der Übergang von einem in das andere IO war sehr sinnvoll das Selbstbewusstsein der jungen Mütter aufzubauen. Während die jungen Mütter glaubten, dass sie selbstbewusst waren, bauten die Übungen genau darauf auf. Das Zeigen von Emotionen kann für viele Gruppen schwierig sein, jedoch gerade bei Personen einer marginalisierten Community könnte das Ausdrücken der Gefühle als Schwäche gedeutet werden.

Durch die Vielfalt der Übungen und Methoden des IO, können diese gut an die Gruppe angepasst werden.

Selbstkontrolle und Sozialbewusstsein wurden von den BeraterInnen als besonders geeignete Aktivitäten genannt.

3.1.4. Erfahrungen in Italien

Im Vergleich mit anderen jungen Menschen, sind junge Mütter eher zielorientierter und haben einen höheren Anspruch, etwas Wichtiges zu lernen. Sie wollen einen Grund warum sie lernen erkennen können. Lernkonzepte müssen auf ihre Leben angepasst und übertragbar sein oder sollten einen Mehrwert oder Gewinn für die jungen

Mütter klar erkennen lassen. Da sie häufig von traditionellen Ausbildungswegen oder Schullaufbahnen nicht profitieren konnten neigen sie zu Ungeduld bei langen Unterrichtseinheiten oder Diskussionen und lernen wenig, wenn die Einheit viel Theorie beinhaltet.

Die jungen Mütter zeigen ein Bedürfnis teilzunehmen oder teilzuhaben und ihre Erfahrungen mit anderen Müttern zu teilen. Darum ist es zu empfehlen, den jungen Müttern die Möglichkeit zu geben, ihre Erfahrungen in den Workshop mitbringen und teilen zu lassen. Sie bevorzugen praktische Übungen, darum sind Übungen, die sie direkt teilhaben lassen (Fallbearbeitung, Aufzeigen der eigenen Erfahrungen, Ausprobieren, Simulation realer Situationen etc.) wichtig einzubauen. In Betracht dieser Eindrücke, hat CESIE vor allem die Methoden des IO5 BYMBE Stärkungssets (<https://bymbe.eu/results/>) pilotiert, die mit Aktivität verbunden sind, mit dem Ziel, dass die jungen Mütter konzentriert bleiben.

3.1.5. Erfahrungen in Litauen

Im Großen und Ganzen bietet das IO5 – BYMBE Stärkungsset – sehr hilfreiche Unterlagen, weil es einen großen Teil Theorie und auch einen praktischen Teil beinhaltet. Der praktische Teil enthält gute Methoden, um die jungen Mütter in ihrem Selbstbewusstsein zu stärken und es lässt der/dem TrainerIn die Wahl die zur Gruppe passendste Methode zu wählen.

Der Aufbau der theoretischen Ansätze ist gut strukturiert und auch die gewählte Sprache ist gut für die TrainerInnen anwendbar, leider teilweise für die Teilnehmerinnen nicht. Die Ansätze können als Einleitung gewählt werden, müssen aber dann von den Trainerinnen angepasst werden.

Die Aufgaben der Wissensüberprüfung sind auch zu kompliziert für die TeilnehmerInnen und es ist kein Ziel in der praktischen Umsetzung erkennbar, aber um Bewusstsein und verständlich bezüglich bestimmter Phänomene zu erlangen, brauchbar. Auch um das Umdenken hinsichtlich einer positiven Änderung des Verhaltens herbeizuführen, oder um die Teilnehmerinnen zu unterstützen sich selbst besser kennen zu lernen oder um sie zu stärken und ihr Selbstbewusstsein aufzubauen, sind die Inhalte sinnvoll.

3.1.6. Erfahrungen in Spanien

Magenta Consultoría hat das IO5 pilotiert mit dem Fokus auf die Entwicklung der sozialen Fähigkeiten der jungen Mütter, welche die Ausbildungen bereits in frühem Alter verließen – aus verschiedenen Gründen.

Die Implementierung wurde am 15. Mai gestartet und halt immer noch an. Zu Beginn war es schwierig, die jungen Mütter zu motivieren an einem Training teilzunehmen. Aber nachdem sie gestartet hatten, waren sie sehr verbindlich. Das zeigen von Gefühlen ist für die jungen Mütter einer marginalisierten Community schwierig, weil es als Schwäche gesehen werden könnte, oder wird. Die Vielfalt der Übungen zeigt viele verschiedene Wege auf, die Übungen einzusetzen oder an die jeweilige Gruppensituation anzupassen.

In Magenta haben wir uns für verschiedene Methoden entschieden, die wir als für die jungen Mütter ansprechend, ausmachten. Diese Aktivitäten waren:

- Origami
- Sich selbst mit Hilfe von Puppen kennen lernen
- In den Schuhen eines anderen
- Unterstützungsnetzwerk
- Ein anderer Tag
- Der perfekte Spiegel

Zusätzlich wurde während er Trainings an der Stärkung der jungen Mütter und Geschlechter Themen gearbeitet.

3.2. Herausforderungen, Empfehlungen und Anpassungen der Methoden

Die Partner arbeiteten intensiv mit den Methoden. Die Aufstellung zeigt die Herausforderungen, Empfehlungen und mögliche Anpassungen:

	Herausforderungen	Anregungen	Bearbeitungen
Selbstvertrauen			
Ein Gefühl ausdrücken	In Österreich wurde diese Übung zu Beginn jedes Treffens mit der jungen Mutter gemacht. Damit diese Übung im Gruppensetting funktioniert ist die Voraussetzung, dass die jungen Mütter sich gegenseitig vertrauen und ehrlich zueinander sind. Für machen Mütter ist e seine große Herausforderung den passenden Ausdruck für ihre Gefühle zu finden.	In Bulgarien war es für die jungen Mütter sehr nützlich, ihre Gefühle zu verstehen. Bei einer größeren Gruppe sollte die/der TrainerIn eine Entscheidung über die Vorgangsweise a und die Zeiteinteilung, hinsichtlich der Zeit, die die einzelne junge Mutter spricht, treffen Der litauische Partner empfiehlt die Methode bei	Es ist eine gute Idee den Prozess dieser Übung mit Hilfe von Karten (Adjektiven, Gefühlen, Bildern etc.) zu unterstützen. In Österreich und Bulgarien war es notwendig die benutzten Termini zu vereinfachen, damit sie für die jungen Mütter verständlicher wurden.

	<p>Auch in Litauen ist diese Methode üblicherweise Teil des Beratungsprozesses.</p> <p>Diese Übung muss sehr gute vorbereitet werden und die jungen Mütter müssen im Prozess mitgenommen/eingebunden werden, sonst könnte diese Herangehensweise zusammenhangslos gesehen werden.</p> <p>Für den italienischen Partner stellt die Beschreibung keine Variationen zu Verfügung, auch wenn sie für die Vervollständigung der Übung benötigt würde. In</p>	<p>Gruppen sowohl als auch bei Einzelgesprächen anzuwenden. Auch kann die Übung zu Beginn und am Ende einer Unterrichtseinheit verwandt werden.</p>	
Erfahrungen	<p>Der italienische Partner kann diese Übung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zu intensiv, schwierig ins Positive umzukehren sein. • Für die Teilnehmerinnen nicht als wichtig genug erkennbar, oder für ihren Lernprozess relevant sein. <p>Auch beschreibt der österreichische Partner die Übung als schwierig, eine positive Haltung aufrechtzuerhalten.</p>	<p>CESIE empfiehlt den Prozess auf ein Flip Chart zu schreiben, damit es jede sehen kann. Eine kurze Vorstellung durch die/den TrainerIn macht die Übung verständlicher.</p>	<p>Bei FIB und BIMEC mussten die Bezeichnungen/Termine vereinfacht werden, damit es für die jungen Mütter verständlich ist. Alle Rollenspielübungen waren sehr nützlich für die jungen Mütter.</p>
Evaluierung 1		<p>Umschreibung der offenen Fragen im Gebrauch von Multiple Choice Tests, offene Fragestellungen, den Teilnehmerinnen falsche Antworten geben und sie Fragen die richtige hinzuschreiben.</p>	<p>Diese Aktivität wurde von CESIE nicht verwendet in den Piloten von IO5, weil einige junge Mütter sich nicht wohlfühlen, wenn sie ihre Antworten verchristlichen sollten. Stattdessen hat CESIE IO5 mit mündlichen Fragestellungen und Methoden pilotiert.</p>

<p>Hohes und niedriges Selbstvertrauen</p>	<p>Für österreichische TrainerInnen war es eine große Herausforderung die Diskussionen zu stoppen und alle Informationen zu sammeln, um die jungen Mütter aus ihren Ergebnissen lernen zu lassen. Bei wenigen TeilnehmerInnen war die Übung schwierig umzusetzen.</p> <p>In Italien wurde diese Übung nicht gemacht, weil zu wenige TeilnehmerInnen waren,</p>	<p>SIF merkte an, dass das eine sehr gute Übung ist, welche es den TeilnehmerInnen ermöglicht, zu verstehen was Selbstvertrauen heißt und ihr eigenes Verhalten zu reflektieren und darüber nachzudenken, was sie an ihrem Verhalten ändern möchten. .</p>	<p>Der litauische Partner meint, es wäre gut noch andere Beispiel für selbstbewusstes Handeln könnten angeführt werden, auch für Verhalten, das in Verbindung mit kleinem Selbstwert, kann angeführt werden. Es ist empfehlenswert auch über Situationen zu diskutieren, die diese Art von Verhalten hervorrufen und welche Arte von Verhalten die Person ändern möchte.</p>
<p>Präsentation</p>	<p>Italienischer Partner: Die Übung zielt auf Vermittlung eines Inhalts, nicht auf Aktive Teilnahme ab. Es ist schwierig, wenn in der Gruppe junge Mütter sind, die sich nicht drauf einlassen. Den Inhalt an jede gruppe und ihre Bedürfnisse anzupassen, ist zeitintensiv und herausfordernd.</p>	<p>Alle Partner empfahlen: Man sollte visuelle Materialien dazu überlegend, so wie Bilder, Videos, Listen oder Schemata/Vorlagen könnten als Unterstützung dienen.</p>	<p>Bei CESIE wurden bei der Erprobung der Inhalte von IO5 vereinfachte Versionen der Übung verwendet.</p> <p>Auch in Österreich und Bulgarien wurde die Sprache vereinfacht.</p>
<p>Selbstbewusstseins Collage</p>		<p>In Litauen konnten die jungen Mütter die Methode wirklich gut brauchen, um ihr Selbstbewusstsein aufzubauen. Während der Übung hatten die jungen Mütter die Möglichkeit ihre Talente zu überdenken und auch Ihre Fähigkeiten. Wesentlich war auch die Miteinbeziehung ihrer Kreativität. Diese Übung war einfach umzusetzen und bei den jungen Müttern sehr beliebt.</p>	<p>De Übung kann gemäß der Zielsetzung verändert werden: Sie kann verwendet werden, um die benötigten Fähigkeiten und Talente, um mit der derzeitigen Situation umzugehen, erarbeitet werden. Genauso kann man zukünftige Ziele und Perspektiven bearbeiten.</p> <p>Diese Übung wurde in die Erprobung des IO5 bei CESIE nicht miteinbezogen, weil der Prozess eine Collage zu erstellen bei einer Gruppe zu lange dauern würde. Diese Methode wurde in den Einzelberatungsprozess integriert, weil dort Zeit genug war, um sich genau</p>

			mit der Fragstellung individuell auseinanderzusetzen.
Meine persönliche Erfahrung mit Widrigkeiten zurechtzukommen		<p>Es ist sinnvoll die Vorgangsweise im Vorfeld auf ein Flip Chart zuschreiben, um sicherzustellen, damit es jede sieht.</p> <p>Diese Übung kann nur gemacht werden, wenn die Gruppe mehr als 5 Teilnehmerinnen hat.</p> <p>BIMEC stellt Unterstützung für die jungen Mütter während der Übung zur Verfügung.</p>	Bei kleinen Gruppen wurde diese Übung in ein "Herumgehen", bei dem jede die Möglichkeit hat, ihre Erfahrungen zu erzählen.
Was glauben Sie von sich?		<p>Für die litauische, spanischen, bulgarischen und österreichischen Partner sind diese Übungen wirklich gut brauchbar, wenn das Ziel die Änderung der Einstellung und der Möglichkeiten ist.</p> <p>Der italienische Partner gab an, dass Beispiele die Fragen erklären und klären.</p>	<p>Alle Partner einigten sich auf die Methode und dieser Umstand, dass es Diskussionen und Erklärungen durch die Trainerinnen bedarf, um die jungen Mütter zu unterstützen: Welches Impact hat das Neu Gelernte hinsichtlich des zukünftigen Erfolgs und dem Erreichten.</p> <p>CESIE integrierte diese Übung nur in Workshops mit jungen Müttern, die lesen und schreiben konnten.</p>
Sich stark und zuversichtlich fühlen		<p>Alle Partner stimmen mit der Aussage überein, dass das eine gute Übung, um den Impact zu zeigen ist. Die jungen Mütter verstehen, dass der Ausgang mit unseren Gedanken und Verhalten gesteuert werden kann - Die Konsequenzen unsers</p>	<p>Um die Übung anzupassen oder klarer zu machen. Könnte die/der TrainerIn Informationen ergänzen, die Wirkung erklären und den Zusammenhang zwischen Denken/Handeln und Gefühlen genauso wie was positives Denken ändern kann und die</p>

		Denkens. Der italienische Partner merkt an, dass Beispiele zur Erklärung nützlich sind.	Sichtbarmachung von Resultaten. Der italienische Partner hat diese Aktivität in Trainings inkludiert, deren Teilnehmerinnen Basiskenntnisse Lesen und Schreiben haben.
Diskussion, um die Themenstellung abzuschließen und weitere Entwicklungsschritte für die Gruppe auf diesem Feld zu planen		Versuche die Erfahrungen der jungen Mütter mit den vorangegangenen Aktivitäten und den Inhalten zu verbinden, um die Relevanz aufzuzeigen.	
Selbstmanagement			
Liste der Kompetenzen zur Selbstregulation	Diese Übung ist auf die Vermittlung von Inhalt verzogen und weniger als Möglichkeit der Teilnehmerinnen zur Partizipation. Es ist eine Herausforderung, wenn Teilnehmerinnen hat, die sich nicht im Workshop engagieren.	In Irland: Diese Übung führte dazu, dass die jungen Mütter über Themen; wie was macht mit glücklich “ nachzudenken begannen. Sie meinten gute Einblicke in den Gefühlswert der anderen zu haben, wann auch immer wir die Übung machten und versuchten weiterzuentwickeln entstanden Diskussionen über das Thema, ob es realistisch ist, zu wissen, was jemand anderer fühlt, ohne die Person wirklich gut zu kennen. .	In Irland: Die Sprache, die in den Unterlagen verwendet wird, ist ziemlich komplex. Die TrainerInnen lesen die Anweisungen zuerst vor und erklärten den jungen Müttern. Das gab ihnen die Möglichkeit ihre Sprachkenntnisse in English zu verbessern. Anpassung von vorne herein wird nicht empfohlen, denn die jungen Mütter sollten sich sprachlich verbessern. Die anderen Partner meinten eine Anpassung der Sprache – nicht so kompliziert und theoretisch wäre sinnvoll.
Emotional Hijack		Der irische Partner The irische Partner führten diese Übung mit 2 Müttern am darauffolgenden Tag durch. Die jungen Mütter hatten das Gefühl, dass zu verstehen, was ihre Emotionen Trigger ist sehr hilfreich. Eine der jungen Mütter sagte, dass sie sich selbst immer in komische Situationen bringt und sich	Die/der Trainer des irischen Partners hob hervor, dass sie/er nichts verändern würde, bei der Gruppe, mit der sie/er arbeitete konnte die Methode sehr gut umgesetzt werden. Sie konnten sehr gut genau mit den Vorgaben arbeiten. In Österreich wird diese Methode in einer

		<p>schwertut, ihre Impulse zu kontrollieren. Sie meint, dass das Verstehen ihrer eigenen Gefühle ein sinnvolles Instrument ist.</p> <p>Der italienische Partner findet es sinnvoll eine Prozessaufstellung auf Flip Chart zur Verfügung zu stellen, damit es jede sehen kann.</p> <p>Der litauische Partner bietet Möglichkeiten, um schwierige Situationen bei der Kommunikation und innerhalb von Beziehungen zu besprechen. Andere Perspektiven, wie man reagieren oder das Problem lösen könnte, können angeboten werden.</p> <p>Die Teilnehmerin kann danach bessere Herangehensweisen finden.</p>	<p>Zielgruppe mit älteren Müttern (25 – 35) angewandt und es kam zu sehr guten Feedbacks.</p> <p>.</p>
--	--	---	--

Soziales Bewusstsein

<p>Einander kennen lernen mit Fotos/Bildern</p>	<p>Der Zeitplan ist eine große Herausforderung. Es bedarf junger Mütter, die sich wirklich auf den Prozess einlassen wollen.</p>	<p>Der irische Partner schlägt vor:</p> <p>Sehr gute Übung – wieder ein visuelles Instrument, das dazu führt, die jungen Mütter in einen Denkprozess zu bringen. Der Umstand, dass die jungen Mütter herumgehen können, ermöglichte einen gewissen Sinn von Freiheit und Wahlfreiheit. Die jungen Mütter meinten, sie waren ein bisschen ängstlich bevor sie ihre Fotos präsentierten. Jedoch als sie begannen hatten sie schnell ein gutes Gefühl. Dass die jungen Mütter offen innerhalb der</p>	<p>Irland:</p> <p>Insgesamt war diese Übung ein großer Erfolg, der Umstand dass e seine visuelle Übung war welche es ermöglichte individuelle Fähigkeiten zu präsentieren, in Kombination mit Gruppendiskussionen und den verschiedenen Lerntypen und aufbauen auf das Selbstvertrauen der jungen Mütter war ausschlaggebend für den Erfolg. Diese Methode ist gut so, wie sie ist.</p> <p>In Italien wird diese Übung durch ein e Trainingseinheit Nr. 2 – Wähle ein Symbol</p>
---	--	--	--

		<p>Gruppe miteinander sprachen, stärkte ihr Selbstvertrauen, da sie nicht gewohnt waren sich auf solche Prozesse einzulassen. Auch entstand ein Gefühl des Respekts, weil sie sich gegenseitig aufmerksam zuhörten.</p> <p>Für den italienischen Partner war es wichtig, dass die Teilnehmerinnen konzentriert bleiben, dass sie den Grund der Übung und die Zeitvorgaben kennen.</p>	aus IO4 Orientierungspaket ersetzt wurde.
Andere verstehen	Es bedarf einer größeren Gruppe.	Für den litauischen Partner ist diese Übung eine einfache und sinnvolle Übung, die Empathie zeigt und Entwicklung fördert.	<p>Es könnten mehr Geschichten und Fragestellungen zur Verfügung stehen.</p> <p>CESIE verband die Übung mit der Übung "Geschichte leben"</p>
In der Haut einer/eines anderen stecken	<p>Magenta merkt an, dass es wichtig ist, dass die jungen Mütter Empathie für andere und ihre eigene Situation vollständig verstehen und ausbilden</p> <p>In Italien waren nicht alle Teilnehmerinnen und gezwungen beim Schauspielen. In Bulgarien war es genau umgekehrt. Die jungen Mütter liebten alle Übungen, die mit Rollen und Schauspiel zu tun haben.</p> <p>Litauen:</p> <p>Diese Übung ist sinnvoll, um Empathie zu entwickeln und sie ist gut, dass bei dieser Übung Situationen zur Verfügung stehen und dass es möglich ist die relevanteste auszuwählen..</p>	<p>Spanien:</p> <p>Diese Übung brachte die jungen Mütter dazu nachzudenken, was es heißt, für andere Empathie zu haben. Die/der Trainerin erklärte, dass das Hineinschlüpfen in eine andere Person eine respektvollere und angenehmere Gesellschaft entstehen kann. Alle lernten die Gefühle anderer in verschiedenen Situationen mehr in ihre Überlegungen miteinzubeziehen</p> <p>Sie dachten über ihre Situation nach und wie es für sie wäre, wenn sich niemand in ihre Situation hineindenken würde. . Auch lernten sie ihre körperlichen Reaktionen kennen und was das für die heißt und wie man</p>	Diese Übung musste sehr vorsichtig umgesetzt werden, damit niemand sich in seinen Gefühlen verletzt fühlte, aber es konnte erkannt werden, dass die jungen Mütter sehr respektvoll mit den Gefühlen der anderen umgingen.

		<p>darauf antworten kann. Jetzt wissen sie was das heißen könnte und welche Auswirkungen es auf die andere Person hat.</p> <p>Italien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es ist sinnvoll die Herangehensweise auf einem Flipchart festzuhalten, damit jede es sehen kann • Eine kurze Präsentation durch die/den TrainerIn machte es verständlicher. • Junge Mütter bevorzugen Geschichten, die mit ihren Erfahrungen zu tun haben. 	
Bedeutende Andere		<p>Es ist sinnvoll die Fragen auf einem Flip Chart zu notieren, damit sie jede sehen kann.</p>	<p>CESIE teilte diese Übung in 2 Schritte: Schritt 1 – eine Runde, in der die jungen Mütter die Chance ergriffen über für sie wichtige Personen sprachen Schritt 2 – Implementation des “Baum des Lebens” aus dem IO3 – Set von Interventionsmethoden, um junge Mütter zu integrieren. (https://bymbe.eu/results/)</p> <p>Österreich: In Österreich wurde die Übung in einem anderen Training einer ähnlichen Zielgruppe (Mütter bis 40) integriert und die Trainerin meinte, dass sie viele Beispiele vorbereiten musste, um die Frauen hinsichtlich des Unterschiedes, mit wenn sie kommunizieren zu sensibilisieren. Manchmal brauchen Gruppen mehr Information und einfache Vorgaben, um mit der</p>

<p>Netzwerk der Unterstützung</p>		<p>Spanien: Mit dieser Übung bekommen die jungen Mütter eine sichtbare Darstellung ihres Netzwerkes, damit sie einen guten Absatzpunkt aller Personen, an die sie sich wenden können, wenn sie Hilfe brauchen. Mit dieser Übung können sie genauso erkennen, wem sie helfen und wie sie das machen, was ihnen das Gefühl der Sicherheit in ihrem Leben gibt. Es lässt sie spüren, wie sie wertvoll und sinnvoll sind. Mit dieser Methode können sie auch ihre soziale Interaktion zwischen den TeilnehmerInnen stärken oder auch beim bilden neuer Freundschaften und Unterstützungssystemen.</p> <p>Bulgarien: Das Sichtbarmachen des Netzwerkes war sehr sinnvoll für die Mütter, um zu verstehen, dass die Hilfe der Familie wichtig ist, aber dass sie sich auch auf die Gesellschaft verlassen können und darum mehr Sozialkontakte anstreben können.</p>	<p>Übung umgehen zu können Die TrainerInnen bemerkten, dass das eine sehr gute Übung ist.</p>
<p>A Different Day</p>		<p>Es ist gut im Vorfeld die Vorgaben auf ein Flip Chart zu schreiben, damit sie jede sieht. I</p> <p>Das ist eine hervorragende Methode, nicht nur um die TeilnehmerInnen zu sensibilisieren und Empathie zu entwickeln sondern auch, um Problemlösungsfähigkeiten zu entwickeln.</p>	<p>Die TrainerInnen meinten, dass diese Methode genau richtig ist, so wie sie ist.</p>

		<p>Spanien:</p> <p>Durch diese Übung entwickeln nicht nur TeilnehmerInnen ihren Sinn für Empathie, sondern lernen auch zu erkennen welche Notwendigkeiten das Gegenüber in seinem Alltag hat. Diese Aktivität gab ihnen die Möglichkeit miteinander zu agieren, sich besser kennenzulernen und bessere und stärkere Verbindungen untereinander zu knüpfen. Nach dem Angebot fasste der/die TrainerIn das Gesagte noch einmal zusammen, damit sie das Praktische mit der Theorie verknüpfen konnten und sie so ein Auffangnetz für sich gegenseitig schaffen konnten. Auch die Tatsache, dass sie in der Übung einen offenen Umgang miteinander pflegten, bestärkte sich in diesem Tun, obwohl sie es nicht gewohnt waren. Außerdem wurde ein respektvoller Umgang sichtbar – niemand sprach, wenn jemand präsentierte.</p>	
Soziale Kompetenzen			
<p>Einander durch Puppen kennen lernen</p>		<p>In Bulgarien mochten die jungen Mütter diese Übung besonders. Sie mochten sich durch Puppen zu präsentieren.</p> <p>In Spanien: Mithilfe dieser Methode fanden die TeilnehmerInnen ihre positiven Eigenschaften. Sie werden sich auch noch daran erinnern, wenn sie in einem anderen Umfeld präsentieren oder</p>	

		sie in einer anderen Situation einsetzen. Damit bekamen sie eine Chance ihre positiven Eigenschaften vorzustellen.	
Origami	<p>Spanien: Ermittle jede einzelne Form mit verschiedenen Bedeutungen und erkenne die Wichtigkeit der verschiedenen Arten der Kommunikation.</p> <p>Alle Partner: Junge Mütter sollten vorbereitet sein, Feedback zu geben und eine passende Sicht auf ihr Verhalten haben und nicht zu hohe Erwartungen an sich selbst.</p>	<p>Spanien: Diese Methode involviert junge Mütter in eine Aktivität und sorgte dafür, dass sie immer konzentriert waren. Jede einzelne hatte ihre eigenen Interpretationen jeder einzelnen verschiedenen Figur, basierend auf den Erfahrungen in ihrem Leben. Damit erreichte die Gruppe eine Vorstellung davon, dass jede Sicht/Seite einer Geschichte wichtig ist, da Menschen verschieden fühlen bezogen auf Geschichte aus ihrer Vergangenheit. Die Teilnehmerinnen lernten die Meinung der anderen zu akzeptieren und mit ihnen zu fühlen. Im Anschluss wurde eine Diskussion über den idealen Weg der Kommunikation gemacht.</p>	<p>Spanien: Der Trainer musste manchen jungen Müttern beim Falten der Figuren helfen, aber das ist gut, da sich die Teilnehmerinnen auf die Weise unterstützen und umsorgt fühlen.</p>
Der perfekte Spiegel		<p>Für den italienischen, irischen und österreichischen Partner war es wichtig die Relevanz anhand der Erfahrungen der jungen Mütter zu zeigen.</p> <p>Der litauische Partner merkte an, dass diese eine wirklich gute und intensive Übung ist und dass sie den jungen Müttern die Möglichkeit bietet, sich tiefer einzulassen und die oberflächliche Sichtweise zu verlassen.</p>	<p>In Italien wurde diese Übung zu einer reihum Diskussion bei der jede die Möglichkeit zu sprechen hat - wegen der Anzahl an Teilnehmerinnen.</p> <p>Alle Partner einigten sich darauf, dass die Methode gut am Beginn oder am Ende einer Sitzung zu nutzen ist, da sie positive Einblicke hervorbringt.</p> <p>Alle Partner waren sich einig, dass es keinerlei Adaptationen braucht.</p>

		<p>Für den spanischen Partner. Diese Methode wird dazu führen, dass die jungen Mütter nicht nur ihre Wertigkeit reflektieren, sondern sie vielmehr stärkt und wertvoll fühlen lässt. Auch bestärkt es die Verbindungen zwischen den jungen Müttern. Der Teil der Komplimente wurde sehr gut angenommen, da es half einige Charaktereigenschaften herauszufinden, die sie vorher nicht kannten.</p>	
Kartenspiel	<p>Junge Mütter mögen es nicht immer, schauzuspielen. Manchmal brauchen sie Zeit, um sich an die Situation zu gewöhnen, und es muss sichergestellt werden, dass sie nicht beurteilt oder verurteilt werden.</p>	<p>Für diese Art von Übung ist es wichtig, dass die jungen Mütter sich kennen, damit sie nicht lachen.</p>	<p>In Litauen wurde diese Übung verwendet in Einzelsettings, wie ein Wörterbuch der Gefühle, um die Teilnehmerinnen zu befähigen ihre eignen Gefühle zu reflektieren.</p>

3.3. Kommentare und Schlussfolgerungen

3.3.1 DER ÖSTERREICHISCHE PARTNER

In ländlichen Gebieten Österreichs sind junge Mütter schwer erreichbar. Sie arbeiten mit SozialarbeiterInnen nicht an ihrer beruflichen Zukunft oder Ausbildung, sondern viel mehr an der Tagesstruktur im Umgang mit ihren Kindern oder Schwierigkeiten das tägliche Leben betreffend. Da wir mit vielen jungen Müttern sprechen, erkannten wir, dass sie kaum die Wichtigkeit an der Arbeit an sich selbst, ihrem Selbstbewusstsein oder Kommunikation sahen. Es ist einfacher mit ihnen über greifbare Themen, wie der Schule, als nach einer Anstellung, zu reden.

Da wir viele junge Mütter einluden, aber nur wenige erschienen, nehmen wir an, dass sie keine Notwendigkeit sehen, sie unsicher sind mit anderen zusammenzuarbeiten und/oder kaum Interesse an ihrer Zukunft haben, in dem Ausmaß wie wir es haben.

Die erarbeiteten Methoden in IO5 sind sehr gut anwendbar. Wir integrieren sie in Trainings für Frauen zwischen 25 und 40 Jahren. Die Inhalte waren einfach zu verstehen und die Ergebnisse sind großartig.

3.3.2 DER BULGARISCHE PARTNER

- Für alle Aktivitäten mussten die Termine und Anweisungen vereinfacht werden, damit sie verständlich für die jungen Mütter waren.
- Fragebögen konnten von den jungen Müttern nicht ausgefüllt werden. Sie wurden in der Gruppe diskutiert, da sie schriftlich nicht verstanden, was zu tun gewesen wäre.
- Einige der Übungen benötigen große Gruppen und man musste sie für kleine Gruppen anpassen.
- Alle Rollenspiele waren besonders nützlich für die jungen Mütter.

3.3.3 DER IRISCHE PARTNER

Alle ausgebildeten TrainerInnen/BeraterInnen stimmten überall zu, dass das Material von IO5 sehr wertvoll sei. Die Vielzahl der Übungen kann bei jungen Müttern gut angewandt werden. Die Übungen bauen auf die Stärken der jungen Mütter auf und entwickeln ihr Selbstbewusstsein weiter.

3.3.4 DER ITALIENISCHE PARTNER

Einige spezielle Probleme trafen während des Pilotierungsprozesses in Zusammenhang mit den jungen Müttern aufeinander: Zuspätkommen, Widerstände gegenüber Lernen (Verweigerung der Arbeit), Teilnehmerinnen, die sich nicht einbrachten, schlechte Aufmerksamkeit und fehlende Vorbereitung. Um diese Probleme zu verhindern, führte CESIE noch einige Methoden ein:

- Die Entscheidung, die Aktivitäten mit einer kleinen Gruppe von 6 jungen Müttern (statt 12) zu starten, um den Fokus auf das Engagement und weg von den unaufmerksamen Lernerinnen zu lenken und den anderen die Möglichkeit zu geben, konzentriert in Partnerarbeit zu arbeiten.
- Die Zeiten wurden mit den jungen Müttern abgestimmt.
- Die Aktivitäten wurden an dem Energielevel der Teilnehmerinnen angepasst. Außerdem wurden kurze Diskussionen zugelassen. Dies war möglich, da man das Programm auf 5 Tage ausdehnte. So waren auch die leicht ablenkbaren Lernerinnen besser zu motivieren.
- Die Aktivitäten, die Basiswissen voraussetzten, wurden an die Fähigkeiten und Kenntnisse der Teilnehmerinnen angepasst.

- Das persönliche Engagement der Teilnehmerinnen wurde gestärkt indem man nach ihrer persönlichen Meinung fragte und sie dazu anregte, weiter über die Themen zu reflektieren. Mit dieser Methode schafften wir es auch sehr zurückhaltende Mütter zu motivieren und miteinzubinden.

3.3.5 DER LITAUISCHE PARTNER

In Litauen konnten wir die Methoden in viele Trainings integrieren und erkannten, dass die Aktivitäten sehr gut verwendbar sind. Das Feedback der SozialarbeiterInnen und TrainerInnen war sehr gut und sie brauchten nur kleine Adaptionen vorzunehmen, um das IO5 so zu nutzen, wie es entwickelt wurde.

3.3.6 DER SPANISCHE PARTNER

Die ausgebildeten BeraterInnen stimmten alle überein, dass diese Unterlagen sehr wertvoll seien. Das IO hat viele Übungen welche mit jungen Müttern verwendet werden können, um ihre sozialen Kompetenzen, wie Empathie, Respekt oder Kommunikation mit anderen auszubauen. Die Übungen, geschaffen für die jungen Mütter, können auch ihr Selbstbewusstsein stärken und entwickeln.



BYMBE
Bringing Young Mothers back to education



www.bymbe.eu



www.facebook.com/bymbe.eu



БИМЕК



cesie
the world is only one creature



EXCHANGE HOUSE IRELAND
National Travellers Service



frauen im
brennpunkt



MAGENTA



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.