

# puls

SCHLAGZEILEN AUS DEM HAUSE IMPULS

Juni 2010

## Inhalt:

Fortbildung mit Birgit Bader .....	2
Interview mit Birgit Bader .....	3
Interventionsteam Psyche und Trauma .....	4
Führungsaufgabe Mensch .....	5
Fortsetzung von Seite 3 .....	6
ImPuls der Zeit.....	7
SchauspielerIn bei Minotauros..	8
Impressum.....	8



## Die Seele kennt keine Kurzarbeit

**Der Bergedorfer Impuls und das BFW übernehmen den kreativen Part und erstellen die Stellwände, Flyer und Plakate**

Die Veranstaltung „Die Seele kennt keine Kurzarbeit“, die vom 06. bis 08. Mai unter der Schirmherrschaft des Sozialsenators Dietrich Wersich im Wandsbeker Quarree stattfand, war wieder ein voller Erfolg.

Hinter der Veranstaltung stehen ca. 30 Einrichtungen als Ausrichter, die sich im Arbeitskreis „Einander begegnen – von einander erfahren“ zusammengeschlossen haben. Von Herrn Bienk initiiert, hat Frau Antje Blumenthal als Senatskoordinatorin für die Gleichstellung behinderter Menschen seit September 2009 den Vorsitz des Gremiums. Ziel des Netzwerkes großer und kleiner Träger aus den Bereichen der sozialen, medizinischen und beruflichen Rehabilitation ist es, Antistigma zu betreiben und die Öffentlichkeit rund um das Thema der psychischen Gesundheit und Erkrankung zu informieren.

Das ist diesmal wieder im Rahmen einer großen Eröffnungsveranstaltung

im UCI Mundsburg-Kino sowie einer dreitägigen Messe im Wandsbeker Quarree gelungen. Unzählige Besucher hörten sich die interessanten Fachvorträge zum Thema psychische Gesundheit am Arbeitsplatz von professionellen und erfahrenen Rednern an, unter anderem auch von einem gespielten Professor – zum Vergnügen der Zuhörer.

Frau Blumenthal und Herr Wersich bedankten sich bei den TeilnehmerInnen des Arbeitskreises für deren engagierten Einsatz rund um die Veranstaltung.

Auf der Messe wurden Interessierte dann umfangreich über Selbsthilfegruppen, Unterstützung im Bereich Wohnen und Arbeit informiert.

In Planung ist derzeit, die Veranstaltung entsprechend zu dokumentieren. Der Bergedorfer Impuls wird rechtzeitig auf seiner Homepage darüber informieren.



BERGEDORFER  
impuls

# Zielfindung und Training psychosozialer Kompetenzen in der beruflichen Reha im Bergedorfer Impuls

## Eine Fortbildung mit Birgit Bader

Im Job spielt die soziale Kompetenz eine mindestens ebenso große Rolle wie das Fachwissen. Zusammen mit dem Vertrauen in die Selbstwirksamkeit bilden die drei Faktoren eine solide Grundlage für nachhaltigen Erfolg im Berufsleben.

In der beruflichen Reha des Bergedorfer Impuls werden die psychosozialen Kompetenzen ebenso gefördert wie das Fachwissen und grundlegende Arbeitstugenden. In der wöchentlichen „Rehagruppe“ und speziellen Trainingsmodulen bie-

ten die Fachkräfte neben Reflektion, Beratung und Gruppenfeedback verschiedene Trainings zu Kommunikation, Konflikt- und Stressbewältigung, Ressourcenerkennung, Arbeit an eigenen Leistungsblockern, Teamarbeit, Selbstbehauptung etc. an.

Eine solche Arbeit an der eigenen Entwicklung in der Gruppe ist für die TeilnehmerInnen eine große Herausforderung – nicht nur für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen. Zu den selbstverständlichen Anforderungen an die TrainerInnen gehören deshalb insbesondere Empathie und Wertschätzung für Menschen mit unterschiedlichsten Persönlichkeiten sowie die Fähigkeit zu motivieren.

Damit die momentane Situation, die vorhandenen Ressourcen und die angestrebten Ziele für die TeilnehmerInnen erfahrbar und begreifbar werden, ist zusätzlich ein kompetenter Umgang mit einer Vielfalt von Methoden notwendig.

Um das Methodenspektrum um neue, wirksame Einheiten für die berufliche Rehabilitation zu erweitern, stellten die psychologisch und sozialpädagogisch ausgebildeten TrainerInnen zusammen mit der Geschäftsführerin des Bergedorfer Impuls Ziele für eine hausinterne Fortbildung auf. Neben Grundwissen und Grundhaltung systemischer Therapie und Beratung sollte sie auch viele fachpraktische Methoden für Gruppenarbeit und Beratung vermitteln.

Frau B. Bader entwickelte das Konzept für fünf Module zu je zwei Tagen:

- Lösungsorientierte Gesprächsführung I und II (z.B. Wahrnehmung, Rapport, Pacen und Leadens, Sprachmuster, eigene

Rolle, Ziele und Aufträge, Reframing...)

- Methoden der Konfliktlösung (z.B. Reflekting Team, Format 3 Positionen...)
- Biografiearbeit (z.B. Der biographische Zollstock, Time-Line Arbeit, TZI...)
- Work-Life-Balance (z.B. Wertehierarchie, Die logischen Ebenen, Score-Modell, Disney-Strategie, Öko-Check...)

Viele dieser Übungen stammen aus dem NLP-Methodenkoffer – NLP = Neuro - linguistisches Programmieren. Sie beziehen unsere fünf Sinne mit ein: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten. Mit Einbezug unserer Sinne können wir unsere Wahrnehmung schärfen, unsere Kommunikation anpassen und destruktive Verhaltensmuster minimieren. Übungen, in denen wir erwünschte Änderungen mit vielen Sinnen ausprobieren, lassen uns nachhaltiger lernen als dies ein theoretischer Lernprozess ermöglicht.

Die Fortbildung im Bergedorfer Impuls ist zur Hälfte absolviert. Viele neue Methoden wurden erlernt und inspirieren die KollegInnen für die tägliche Arbeit mit den RehabilitandInnen. Einige der Methoden konnten schon erfolgreich umgesetzt werden, z.B. die Übung „Perspektivwechsel“, mit der die TeilnehmerInnen einen neuen Blick auf die eigene Person werfen und alternative Verhaltensweisen erarbeiten können.

Neben dem Gewinn, Sinn stiftenden und nützlichen Wissens, für unsere Arbeit haben wir beim Üben anhand eigener Angelegenheiten viel Spaß – auch das gehört zum NLP!



Birgit Bader – Supervisorin, Trainerin, Coach, ausgebildete Pädagogin und Psychologin. Langjährige Erfahrung in der Organisationsentwicklung von Einrichtungen im Gesundheitswesen.

schen. Die so genannten Tools sind natürlich grundsätzlich dafür geeignet, Themen schnell zu fokussieren und eine präzise Prozess-Begleitung durchzuführen, aber die Grundeinstellung ist das Wesentliche – bei den BeraterInnen und den KlientInnen. Wichtig ist auch: Die Wahrnehmung wird geschult, wie sich Menschen organisieren, z.B. Probleme konstruieren und Lösungen realisieren. NLP beschäftigt sich in erster Linie damit, wie etwas gemacht wird und erst in zweiter Linie mit dem Inhalt. Es lenkt den Blick auf die Strategien der Menschen.

## Interview mit B. Bader durch A. Remmert

AR: Frau Bader, Sie haben für die BeraterInnen und Coaches der beruflichen Rehabilitation des BI eine hausinterne Fortbildung konzipiert. Was bieten Sie dort an?

Birgit Bader: Zugeschnitten auf Themen der beruflichen Rehabilitation und den Anwendungsbereich der Beraterinnen und Berater des BI biete ich neun Tage NLP-Training und einen Tag systemische Beratung an. Ich finde es sehr schön, wieder mit Fachleuten über die Anwendung und den Transfer von NLP zu sprechen. Denn schließlich ist mir wichtig, was man mit NLP konkret erreichen kann.

AR: Inwiefern sind diese Methoden, die Sie dort im BI vermitteln, besonders für die berufliche Rehabilitation und Wiedereingliederung in Arbeit geeignet?

Birgit Bader: NLP-Methoden sind nicht nur für die berufliche Reha geeignet. NLP ist erstmal eine Weltanschauung und Haltung in der Arbeit mit Men-

AR: Worauf sollte jemand achten, der mit NLP arbeitet?

Birgit Bader: Hier achtet man vor allem auf das Zusammenspiel von nonverbalen und verbalen Signalen. Das heißt, man muss sehr genau beobachten und auf die Struktur der Darstellung achten, wie jemand etwas erzählt, z.B. mit welcher Stimme, welchen Worten, welchen Metaphern, welchen Bildern...

Das zweite wichtige Thema ist der Kontakt mit mir selber und mit meinem Gegenüber. Dafür brauche ich Kriterien: Woran stelle ich etwa fest, dass ich im Kontakt mit mir selber bin? Z.B., indem ich die Verbindung zwischen meinen Gedanken und Gefühlen behalte und mich nicht abkopple, entweder nur im Kopf bin oder nur im Gefühl. Für die Verbindung zum Gegenüber ist ein konkret wichtiger Punkt der Blickkontakt, damit ich auf mich wirken lasse, wie und was mir jemand mitteilt, und im Dialog bleibe. Dafür gibt es zum Glück viele Fragetechniken, die sehr geeignet sind, um immer wieder den Kontakt auf allen Ebenen herzustellen.



Comic: Uli Pforr, www.ulipforr.wordpress.com

### Perspektivwechsel – kleine Übung, große Wirkung!

Diese lösungsorientierte NLP-Übung ist hilfreich, um ein Thema aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten. Neue Sichtweisen ermöglichen neue Lösungsansätze. Durch die Themenbeleuchtung aus verschiedenen Blickwinkeln bekommt der/die Betroffene einen frischen Impuls und neue Handlungsmöglichkeiten.

Frau Artig hat in unserem Beispiel das Problem, dass ihr der Chef häufig kurz vor Feierabend noch mal schnell eine dringende Aufgabe auf den Tisch knallt und sagt: „Das muss noch fertig werden!“ Frau Artig mag nicht Nein sagen, auch wenn sie dadurch ihren Arzt-Termin verpasst.

Frau Artig versucht in ihrer Supervisionsgruppe gemeinsam mit den KollegInnen eine Lösung zu finden. Dazu schreibt sie ihr Problem in die Mitte eines Blattes. Das könnte in diesem Beispiel sein: „Ich kann nicht Nein sagen, wenn mein Chef mir kurz vor dem Feierabend noch Arbeiten gibt. Lieber verpasse ich meinen Arztbesuch.“ Vier davon abgehende Linien teilen das Papier in vier Bereiche ein. Jeder Bereich beinhaltet eine andere Sichtweise. In unserem Beispiel: Was sagt deine Mutter dazu? Was ein kleines Kind? Was würde deine Freundin dir dazu sagen? Und was ein Anarchist? (die gewählten Sichtweisen sollten möglichst unterschiedlich sein.)

Anschließend schreiben die anderen TeilnehmerInnen aus den diversen Perspektiven möglichst jeweils einen Satz dazu auf den Zettel. Frau Artig bekommt so sehr viele und auch sehr verschiedene Sichtweisen auf ihr Thema.

Ein Wahrnehmungswechsel kann erreicht und die Angst davor Nein zu sagen, verringert werden. Frau Artig wird eventuell auch über die eine oder andere Bemerkung der anderen TeilnehmerInnen lachen können. Auch dadurch kann sich ein Handlungsmuster ändern bzw. eine Blockade aufgehoben werden.

## Interventionsteam Psyche und Trauma – eine Kooperation mit der VBG

Die VBG (Verwaltungs-Berufsgenossenschaft) ist einer der großen Träger der gesetzlichen Unfallversicherung. Ihre Aufgabe besteht unter anderem darin, Menschen nach einem Arbeitsunfall auf ihrem Weg der Gesundung zu unterstützen und ihre Fähigkeit zur Teilhabe am Arbeitsleben und am Leben in der Gesellschaft wiederherzustellen.

Infolge eines Arbeitsunfalls entwickeln Versicherte nicht selten eine psychische Störung, oder sie bringen schon eine psychische Vorerkrankung mit. Nach Erfahrung von Reha-managerInnen der VBG, die sich auf die Betreuung dieser Versicherten spezialisiert haben, gestalten sich solche Rehaverläufe oftmals kompliziert und teilweise sehr schwierig.

An diesem Punkt setzt das Interventionsteam Psyche und Trauma an: auf regelmäßigen Treffen werden Reha-managerInnen der VBG zu schwierigen oder komplexen Rehaverläufen beraten, in denen Versicherte an ei-

ner psychischen Erkrankung leiden, bzw. eine psychische Störung das Erreichen des Rehaziels gefährdet.

Das Interventionsteam ist interdisziplinär besetzt: neben den Reha-managerInnen nehmen ein Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, eine Psychologin aus der psychotraumatologischen Abteilung des Unfallkrankenhauses Bergedorf, ein Psychologe mit dem Schwerpunkt Arbeits- und Organisationspsychologie sowie eine Psychologin des Bergedorfer Impuls teil: Antje Feldmann berät in Fragen rund um berufliche Wiedereingliederung und Maßnahmen zur Teilhabe am Arbeitsleben.

Dieser Kreis von Fachleuten analysiert konkrete Einzelfälle und verständigt sich auf die individuell erforderlichen Maßnahmen. Die kontinuierliche Kooperation ermöglicht dabei eine regelmäßige Überprüfung und ggf. Nachjustierung von Interventionen über den gesamten Rehaverlauf. Auf diese Weise unterstützt das Interven-



Niko Pantelias: Stellvertretender Leiter der VBG Bezirksverwaltung Hamburg



Antje Feldmann: Psychologischer Dienst des Bergedorfer Impuls

tionsteam Psyche und Trauma die VBG in ihrer Aufgabe, die Genesung und Teilhabe ihrer Versicherten am gesellschaftlichen Leben optimal zu unterstützen.

Anzeige



Der Bergedorfer Impuls Partyservice verwöhnt den Gaumen mit besonderen Buffets von italienisch über mediterran bis hin zu karibisch.



Aber auch das rustikale Buffet fürs Richtfest oder Fingerfood für den Empfang werden von uns so präsentiert, dass neben dem Gaumen auch das Auge nicht zu kurz kommt. Suppen, Brötchen, Canapés vervollständigen unser Angebot.

Für die komplette Gestaltung Ihrer Feier stellen wir Ihnen auch gerne ein Angebot einschließlich Location und dem passenden Rahmenprogramm zusammen.

In Altona: Tel 040 721 39 63 | In Bergedorf: Tel 040 73 92 30 36 | [www.impuls-partyservice.de](http://www.impuls-partyservice.de)

## Führungsaufgabe Mensch Seminar für Führungskräfte

Dass psychische Erkrankungen zunehmen, ist in aller Munde. Diese Entwicklung macht vor dem Arbeitsleben nicht Halt. Im Gegenteil: Angesichts des wachsenden Fachkräftemangels sind Führungskräfte und Personalverantwortliche in besonderer Weise gefordert, ihre Kompetenzen im Umgang mit exponierten Persönlichkeitstypen oder psychisch erkrankten Mitarbeitern zu erweitern, und brauchen dafür das nötige Know-how.



Auch erfahrene Abteilungs-, Team- oder Projektleitungen kennen Führungskonstellationen, die viel Energie kosten und letztlich auch dem Unternehmen schaden. Die bewährten Instrumente führen hier manchmal nicht weiter.

Möglicherweise steckt auch eine psychische Erkrankung des Mitarbeiters dahinter?!

- Wie erkenne ich das?
- Wie kann ich angemessen damit umgehen?
- Wo bekomme ich bei Bedarf Unterstützung?
- Wie sieht der arbeitsrechtliche Rahmen aus?

Diese und weitere Fragen beantworten wir im Seminar „Führungsaufgabe Mensch – Was tun, wenn Mitarbeiter aus der Spur laufen?“, das der Bergedorfer Impuls ab Herbst anbietet. Ausgehend von realen Fallbeispielen aus dem Alltagsgeschäft der teilnehmenden Führungskräfte werden wir verwickelte Führungssituationen analysieren, das Entwicklungspotential schwieriger Mitarbeiter erschließen und Handlungsspielräume für eine klare und sichere Führung eröffnen. Außerdem vermitteln wir erforderliches Fachwissen zu psychischen Erkrankungen, dem arbeitsrechtlichen Rahmen und präventiven Maßnahmen.

Die Teilnehmer profitieren dabei vom Know-how der TrainerInnen, die über langjährige Erfahrung im Umgang mit Menschen verfügen, welche einer speziellen Führung bedürfen. Um ein ergiebiges Training zu gewährleisten, leiten zwei TrainerInnen eine Gruppe von maximal 8 Personen.

### Sie sind interessiert?

Mehr erfahren Sie unter [www.seminare.bergedorfer-impuls.de](http://www.seminare.bergedorfer-impuls.de)

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an unsere Ansprechpartnerin: Diplom-Psychologin Antje Feldmann  
Tel: 040 28 40 78 60  
[seminare@bergedorfer-impuls.de](mailto:seminare@bergedorfer-impuls.de)

Anzeige



### Impuls Peer startet am 1. Juli 2010



Eine Reha-Maßnahme für Menschen aus sozialen Berufen mit Peer-Einsatz.

Wir freuen uns über Ihr Interesse:

Susanne Feess, Kieler Straße 103, 22769 Hamburg  
Tel: 0150 56 14 30 11 oder 040 28 30 78 61  
[s.feess@bergedorfer-impuls.de](mailto:s.feess@bergedorfer-impuls.de)

Info-Termin: dienstags um 11:00 Uhr (bitte anmelden!)

Fortsetzung von Seite 3

AR: Auf alle Signale zu achten, ist bei TeilnehmerInnen, die jahrelang die Mechanismen einer psychischen Erkrankung leben und ausdrücken, natürlich sehr wichtig. Die erzählten Geschichten sind oft dramatisch oder sie werden ganz verschwiegen.

Birgit Bader: Der Fokus in der Arbeit mit NLP ist immer im Hier und Jetzt. Natürlich gibt es meistens Zusammenhänge mit der Vergangenheit. Ich selber bin in erster Linie Anhängerin der humanistischen Psychologie, die den analytischen Diagnoseblick und Erklärungsmodelle für das hat, was da eigentlich passiert.

Übertragung - Gegenübertragung halte ich z.B. für ein wesentliches Thema. Im NLP wird dieses Thema durch die Methode „Rapport“ teilweise erfasst; allerdings gibt es noch zu wenig Begrifflichkeiten, die präzise aus NLP-Sicht beschreiben, wie Rapport funktioniert.

Der „Hier-und-Jetzt-Fokus“ ist der Ansatz der humanistischen Psychologie: Egal was vorher war – hier und jetzt in diesem Moment ist die Chance der Veränderung.

Zentral im NLP ist auch die Arbeit mit dem „VAKOG-Modell“. Das bedeutet, dass wir zuallererst unsere sinnliche Wirklichkeit anerkennen. Wir sehen (visuell), hören und sprechen (auditiv), empfinden (kinästhetisch), riechen (olfaktorisch) und schmecken (gustatorisch), und das vom Anbeginn unseres Lebens. Diese sinnlich erfahrbare Wirklichkeit nun bildet ein „Echo“ in uns selbst: wir können auch innere Bilder konstruieren, im inneren Dialog mit uns selbst sein, Körperempfindungen und Gefühle wahrnehmen und Geschmäcker und Gerüche ausdifferenzieren. Und wenn wir unsere Umgebung wahrnehmen oder innerlich mit etwas beschäftigt sind, kann dies über die „Physiologie“, sprich: die nonverbalen Signale, für andere erkennbar abgebildet werden.

In der Kommunikation sind die nonverbalen Signale bereits vor den verbalen da, und deswegen ist es wichtig dass auch Berater diese rechtzeitig erkennen und ggf. ansprechen.

Dieses alles bildet sich aber auch auf der Ebene der Sprache ab. So benutzen wir konkrete Sinnes-Begrifflich-

keiten, „machen uns ein Bild“ von etwas, fühlen uns „nah“, haben an etwas zu „schlucken“; uns „stinkt“ etwas oder „schmeckt“ uns nicht. Ein NLP-trainierter Mensch wird nicht nur den Inhalt des Gesprochenen wahrnehmen und darauf reagieren, sondern auch die Sprache der Sinne nutzen, um sein gegenüber besser zu verstehen oder überhaupt erst richtig mit ihm in Kontakt zu kommen.

Um Veränderungsprozesse zu ermöglichen – so ist meine Erfahrung – macht es sehr viel Sinn, Methoden zur Musterunterbrechung einzusetzen. Separieren heißt das im NLP. Dasselbe macht man, wenn es im Prozess um die Themen Ressourcen, Lösungen und Ziele geht. Die Methoden sind dabei nicht nur kognitiver Art, sondern beziehen auch die Affekte ein. Manchmal wird es zu kognitiv und die Affekte und Gefühle rutschen weg. Deshalb muss ich zunächst bei mir selber den Kontakt zu meinen eigenen Affekten halten. Ein Affekt ist allerdings viel mehr als ein Gefühl: Wenn ich mich z.B. langweile, weil jemand irrelevanten Smalltalk macht; oder wenn ich plötzlich Kopfschmerzen bekomme usw. – das sind

alles affektive Regungen, die im Kontext der Kommunikation entstehen können. Dann sollte ich bei meinem Gegenüber erkennen, was er macht, um sich immer wieder in der sog. „Problemtrance“ zu Hause zu fühlen. Ich muss also die „Gemütlichkeit im Problem“ irritieren oder professionell ausgedrückt: „konstruktiv verstören“.

AR: Das ist ja der Ansatz, den systemische Therapie und Beratung sehr in den Vordergrund gestellt haben. Aber während heutzutage jeder systemische Methoden für sich reklamiert, hat NLP bei manchen Experten einen schlechten Ruf. Was können Sie uns dazu sagen?

Birgit Bader: Der wirkliche Kenntnisstand von NLP ist mitunter katastrophal. Wenn man sich mal mit den Hintergründen beschäftigt, dann sieht man, welche Vielfalt und welcher Reichtum sich im Hintergrund von NLP abbilden. Grinder und Bandler (John Grinder, Richard Bandler, NLP Begründer) haben das vorher Genannte ja alles gewusst und als Grundlage für ihre Methode genutzt.

Von den beiden Begründern wurde allerdings der pragmatische Ansatz von NLP favorisiert, vielleicht auch weil sie Amerikaner sind. Ich bin aber Deutsche und Europäerin, mich interessieren natürlich auch Herkunft und Hintergrund der Methode. Und wenn ich die noch mit ins Boot hole, stelle ich immer mehr fest, wie wunderbar NLP ist. Sagen wir mal, es ist wie Mathematik, mit der man Möglichkeiten gestalten kann. Und dafür muss ich sowohl das kleine wie auch das große Einmaleins beherrschen.

AR: Herzlichen Dank für das Gespräch, Frau Bader!



## Impuls der Zeit

### Auftakt der Seminarreihe Impuls der Zeit

Mit einer angeregten und fruchtbaren Diskussion endete am Abend des 7. Juni 2010 die Auftaktveranstaltung der Reihe „Impuls der Zeit – Forum für psychische Gesundheit am Arbeitsplatz“. Drei Referentinnen widmeten sich – unter der souveränen Moderation von Frau Dorothea Behrmann – in überaus informativen und sogar unterhaltsamen Vorträgen dem eher unerfreulichen Thema Burnout in sozialen Berufen.

Tatsächlich nimmt die Zahl der betroffenen ArbeitnehmerInnen in den Pflegeberufen und auch im Bildungs- und Betreuungsbereich besorgniserregend zu. Die Vertreterin der Barmer GEK, Frau Heike Thomsen, wies darauf hin, dass Hamburgs Betriebe mit ihren Beschäftigten hier sogar eine fragwürdige Vorreiterrolle im gesamten Bundesgebiet spielen: Nirgends ist die Zahl der durch psychische Diagnosen verursachten Fehltagere bei der Barmer Versicherten im sozialen Bereich so hoch wie in der Hansestadt.

Eine eindrucksvolle Präzisierung des geläufigen Begriffs „Burnout“ und eine anschauliche Darstellung des Weges von einer Überlastungs- und Erschöpfungssituation bis in eine schwere Depression lieferte Frau Plinz, therapeutische Leiterin der Tagesklinik für Stressmedizin Asklepios Klinik Harburg

Die Therapeutin und Supervisorin Birgit Bader wies auf unterschiedliche Präventionsmöglichkeiten hin und betonte neben der persönlichen Verantwortung der Einzelnen – in der Tat sind erheblich mehr Frauen als Männer betroffen – die Bedeutung der Arbeitsbedingungen und des Betriebsklimas. Dass eine Verbesserung der Situation nur durch das Zusammenwirken der Betriebe, der Beschäftigten und – nicht zuletzt – der Politik erfolgen kann, darüber waren sich Referentinnen und Publikum absolut einig.

Durchgeführt wird die Vortragsreihe vom Bergedorfer Impuls in Kooperation mit der BGW und der VBG. Seien Sie gespannt, was sich die Veranstalter für das nächste Mal einfallen lassen!

Anzeige



Der Bergedorfer Impuls Buchhaltungsservice ist ein moderner Dienstleister in Sachen Lohn- und Finanzbuchhaltung. Seit fast 10 Jahren stehen wir unseren Kunden zur Seite.



Ihre Zahlen im Griff. Das rechnet sich!

Ob für Handwerksbetriebe, Freiberufler, Handelsunternehmen oder andere Betriebe: Wir ordnen und kontieren Belege, organisieren Ihre Kostenrechnung und verschaffen Ihnen Überblick.

Als sozialer und gemeinnütziger Betrieb haben wir besondere Kompetenzen im Gemeinnützigkeitsrecht, bei speziellen Umsatzsteuerfragen und bei der Abrechnung öffentlicher Mittel. Bei den Lohnabrechnungen sind wir auch fit im BAT/TVöD.

Nagelsweg 14 | 20097 Hamburg | Tel 040 28 40 78 76 | info@impuls-bbs.de | www.impuls-bbs.de

# Theater bei Impuls Provida

## Ein Erfahrungsbericht einer Schauspielerin der Minotauros Kompanie, einem Schauspielprojekt der Bergedorfer Impuls GmbH

Ich schreibe für mich, was ich im letzten Jahr im Theater gemacht habe. Das ist mir wichtig, weil ich es gerne mag. Ich hab Lust, Theater zu spielen, weil es mir Spaß macht, zu schauspielern. Ich möchte im Pulsschlag Schlagzeilen aus dem Hause Impuls schreiben, damit Ihr wisst, was ich gemacht habe.

Ich hab so viele Freundinnen, die sind ganz nett und lieb. Alle wollen mich unterstützen. Ich will im nächsten Jahr 2011 weitermachen, dass ich viel erzählen kann. Ich mag Theater gerne. Das ist mein Traum, professioneller Schauspieler zu sein.

Bei der Minotauros-Kompanie ist Olga Brandin die Leitung. Sie ist nett und höflich, auch lieb zu mir, sie mag auch gern anderen helfen. Antje Kronberg mag ich auch gern bei mir, wenn sie mir hilft.

Der Text ist manchmal schwer. Wir helfen uns gegenseitig beim Text lernen. Wenn wir den Text zusammen lesen hilft mir das sehr. Ich möchte



viel wissen über Theater. Im nächsten Jahr werde ich weiter machen. Ich will nicht aufgeben, was ich noch beim Theater alles machen kann. Ich will alles machen. Für mich ist es sehr wichtig, für alles offen zu sein.

Ich finde Anke auch nett. Sie ist für das Tanztheater und die Bewegungsarbeit zuständig. Auch mag ich Ute. Sie ist gut bei der Spracharbeit. Ich mag alle Sachen gern. Gut finde ich auch Linda. Sie ist die Praktikantin und macht auch Tanztheater. Und ich mag Manuela. Sie macht für uns Kostüm und Bühne und Raumgestaltung. Ich finde alles gut, weil es mir Spaß macht, was ich machen kann.



BERGEDORFER  
impuls

### Impressum

#### Anschrift:

Bergedorfer Impuls GmbH  
Nagelsweg 10  
20097 Hamburg

#### Geschäftsführung:

Nicola Pantelias  
Telefon: 040 28 40 78 78  
Fax: 040 28 40 78 70  
info@bergedorfer-impuls.de  
www.bergedorfer-impuls.de  
Amtsgericht Hamburg  
HRB 69746  
USt-ID-Nr.: DE 196926560

#### Gestaltung:

impuls media  
Charlotte Brinckmann

#### Fotos:

Archiv Bergedorfer Impuls  
©iStockphoto.com/Jacob Wackerhausen  
©iStockphoto.com/Joshua Hodge Photography  
Regine Christiansen

#### Redaktion und Anzeigenredaktion:

impuls media  
b.teubner@bergedorfer-impuls.de

Theater ist mir wichtig, weil es mir Spaß macht. Ich habe hier etwas über Körpersprache gelernt. Und wir haben Aufführungen. Alle Leute waren begeistert und haben geklatscht. Ich war so gut drauf und in der Zeitung waren wir auch. Was bedeutet es mir, Schauspieler zu sein? Ich möchte gern in verschiedene Rollen schlüpfen, damit ich verschiedene Geschichten erzählen kann.

Es gibt viel, was ich im Theater noch lernen möchte. Ich will weiter machen, ich möchte nicht aufhören, weil Theater für mich wichtig ist. Ich habe mein Hobby zum Beruf gemacht. Jetzt bin ich Schauspieler und das gefällt mir sehr.

**Aylin Altinkaynak, Schauspielerin bei der Minotauros Kompanie von Impuls Provida ☺**