

Wer ist die Zielgruppe?

Das ResilienzWerk richtet sich an Kinder und Jugendliche aus stationären, teilstationären und ambulanten Hilfen, die individuelle Unterstützung außerhalb des Gruppengeschehens benötigen.

Ebenso an Einrichtungen und Fachkräfte, die im herausfordernden Alltag Entlastung und neue Impulse wünschen.


Mein Ziel ist es, Kinder zu stärken und Systeme zu entlasten – mit Herz und Fachwissen.





KONTAKT


ResilienzWerk

Jana Wachholz

 kontakt@resilienzwerk-sh.de


 @resilienzwerk

 www.resilienzwerk-sh.de

 0179-2143097



Impressum

 Jana Wachholz
Salkamp 2
23758 Wangels



ResilienzWerk



TIERGESTÜTZTE
RESILIENZFÖRDERUNG

Wer steckt hinter dem Resilienzwerk?

Ich bin Jana Wachholz, staatlich anerkannte Erzieherin und Traumapädagogin.

Seit vielen Jahren arbeite ich mit Kindern und Jugendlichen in der Kinder- und Jugendhilfe – vor allem in stationären Wohngruppen.

Ich liebe die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, stieß im Alltag jedoch immer wieder auf die gleichen Herausforderungen:

Fachkräftemangel, gestresste Kolleg:innen, überforderte Kinder – und zu wenig Zeit und Ressourcen, um jedem einzelnen gerecht zu werden.

Der Frust wuchs, und ich war zunehmend unzufrieden in dem Beruf, den ich eigentlich liebe.

So entstand die Idee des ResilienzWerks.

Ich möchte die bestehenden Herausforderungen aufgreifen und Wege schaffen, wie Kinder, Jugendliche und Mitarbeitende dem alltäglichen Druck entkommen, neue Energie schöpfen und ihre Ressourcen wieder spüren können.



Warum Resilienzförderung?



Resilienz bedeutet, trotz belastender Erfahrungen handlungsfähig zu bleiben und an Herausforderungen zu wachsen.

Sie entsteht, wenn Kinder Sicherheit, Beziehung, Erfolgserlebnisse und emotionale Stabilität erfahren. Viele Kinder in der Jugendhilfe tragen Verletzungen aus früheren Erfahrungen – fehlendes Vertrauen, Kontrollverlust, Überforderung. Was als „schwieriges Verhalten“ erscheint, ist oft Ausdruck innerer Verletzlichkeit.

Tiere können hier eine Brücke sein.

Sie urteilen nicht, reagieren ehrlich und schaffen Sicherheit dort, wo Vertrauen zu Menschen noch nicht möglich ist.

So entsteht ein Raum, in dem Kinder neue Erfahrungen machen können: Verbindung, Selbstwirksamkeit und Ruhe – Grundlagen für einen resilienten Geist.

Wie läuft sowas ab?

Die Kinder und Jugendlichen werden nach Absprache von mir abgeholt – aus der Einrichtung, der Schule oder einem vereinbarten Ort.

Schon die gemeinsame Fahrt bietet Raum für Gespräche, Ankommen und Orientierung. Die tiergestützten Einheiten finden in der Natur oder am Offenstall statt – je nach Thema, Tagesform und Ressourcen des Kindes.

Wir arbeiten mit Hund und Pferd an Übungen, die Resilienz fördern:

zum Beispiel Longieren, kleine Parcours, Achtsamkeitsübungen oder Tricks mit dem Hund. Was wir machen, richtet sich immer nach dem Kind und seinem aktuellen Bedarf.

Am Ende bringe ich das Kind zurück in die Einrichtung.

Die Rückfahrt nutzen wir für Reflexion oder ruhiges Nachspüren.

Nach jeder Einheit dokumentiere ich den Verlauf und stelle die Informationen bei Bedarf der Einrichtung oder dem Jugendamt zur Verfügung.

