

Sorgenbüro – Pädagogischer Leitfaden

Ein Projekt von Mark Fomferra

Stand: 2025 | 9 Jahre gelebte Jugendhilfe aus eigener Erfahrung

Inhaltsverzeichnis

1. Prolog: Persönlicher Hintergrund
2. Ursprung & Grundidee
3. Leitwerte & Haltung
4. Teamstruktur & Rollenprofil
5. Jugendhilfe – Struktur & Wirkung
6. Familienhilfe – Dialog & Entwicklung
7. Methodik – Phasenmodell & Praxisformate
8. Konflikte begleiten & Grenzen setzen
9. Kooperation & Netzwerkarbeit
10. Einstieg ins Team – Haltung & Zugang
11. Materialien & externe Quellen
12. Finanzierung & Nachhaltigkeit
13. Vision & strategische Perspektiven
14. Anhang – Fallbeispiele & Kontaktleitfaden
15. Glossar & Quellen

1. Prolog: Persönlicher Hintergrund

Ich bin Mark Fomferra, 27 Jahre alt.

Ich war 3 Jahre obdachlos, Mobbing-Opfer in der Schule, Scheidungskind – und ich habe drei Suizidversuche überlebt. Ich habe keine pädagogische Ausbildung. Aber ich weiß, wie sich echte Not anfühlt. Deshalb habe ich am 27.12.2016 begonnen zu helfen.

Heute, 2025, blicke ich auf 9 Jahre Sorgenbüro zurück. Das Projekt ist aus über 30.000 € privater Investition entstanden – aber vor allem aus Haltung, Erfahrung und Nähe.

2. Ursprung & Grundidee

- Begonnen mit einem einzigen Fall – heute ein Netzwerk
- Name „Sorgenbüro“ entstand 2017, Slogan „Schule des Lebens“ ab 2020
- Keine Theorie, sondern gelebte Hilfe
- Hilfe passiert hier nicht geplant – sondern gebraucht

3. Leitwerte & Haltung

Grundsatz Bedeutung

Beziehung vor Methode Vertrauen ist die Basis jeder Hilfe

Hilfe ohne Urteil Wir begleiten, wir bewerten nicht

Fehler gehören dazu Entwicklung ist nicht gradlinig

Nähe statt Titel Wir sind echt, nicht perfekt

Wir bleiben Auch wenn's schwierig wird

4. Teamstruktur & Rollenprofil

- Mark: Projektleitung, Gründer, Krisenbegleiter
- Nils: rechtlicher Beistand, IT, Systemversther
- Rollen wachsen aus Begegnung: Vertrauenspersonen, Mentor*innen, Camp-Koordination

Keine Hierarchien. Nur Verantwortung aus Beziehung.

5. Jugendhilfe – Struktur & Wirkung

Bereich Sorgenbüro Klassisches System

Zugang direkt & niedrigschwellig bürokratisch & terminpflichtig

Fokus Potenzial Defizit

Beziehung auf Augenhöhe Betreuer vs. Klient

Begleitung individuell & prozessorientiert standardisiert

Hilfe beginnt nicht mit einem Antrag – sondern mit einem offenen Ohr.

6. Familienhilfe – Dialog & Entwicklung

- Eltern sind keine Gegner – sondern Partner
- Gespräche, Alltagsbegleitung, Wertearbeit
- Brücken statt Kontrolle

Familien sind komplex – wir begleiten, wir reparieren nicht.

7. Methodik – Phasenmodell & Praxisformate

Phasenmodell

1. Ankommen
2. Beziehungsaufbau
3. Orientierung
4. Entwicklung
5. Abschluss

Methoden

- Spaziergänge, Musik, Kochen
- Projektarbeit (Medien, Handwerk)
- Peer-Effekte & Rollenwechsel
- Rituale & Gesprächsimpulse

Hilfe durch echte Begegnung – nicht durch Maßnahmenkatalog.

8. Konflikte & Grenzen

- Deeskalation statt Sanktion
- Grenzen sind Schutz – nicht Strafe
- Vertrauen auch in der Wut

Kein Mensch wird verurteilt. Verhalten schon.

9. Kooperation & Netzwerkarbeit

- Diakonie (Familienhilfe), Jugendamt, Schulen
- Übergabe mit Begleitung
- Tandem-Gespräche & Notfallkontakt

Ergänzen statt ersetzen. Verbinden statt konkurrieren.

10. Einstieg ins Team – Haltung & Zugang

Voraussetzung: Offenheit & Ehrlichkeit

 vorstellung@sorgenbuero.online

 WhatsApp: 0177 2012200

Wer mitwirken will, bringt Haltung mit – nicht nur Lebenslauf.

11. Materialien & externe Quellen

- BZgA / BIÖG – Sexualpädagogik, Sucht, Elternarbeit
- „Trau dich!“ – Prävention sexualisierter Gewalt
- Eigene Formate: Wandzitate, Starter-Kits, Impulsblätter

Material ist kein Ersatz – sondern Ergänzung zur Beziehung.

12. Finanzierung & Nachhaltigkeit

Bisher: 30.000€ privat getragen

Zukunft:

- Förderprogramme (Aktion Mensch, Fonds Soziokultur)
- Crowdfunding (Betterplace, aidFIVE)
- Vereinsgründung (Sorgenbüro e.V.)

Hilfe braucht Haltung – aber auch finanzielle Basis.

13. Vision & strategische Perspektiven

- Eigener Raum für das Sorgenbüro
- Mobile Formate (z.B. Einsatzbus)
- Peer-Ausbildung & Schulmodule
- Öffentlichkeitsarbeit & Wirkungsmessung

Das Sorgenbüro soll wachsen – aber sich nicht verlieren.

14. Anhang – Fallbeispiele & Kontaktleitfaden

- Erste Hilfe bei Krisenkontakt
- Beispielgeschichte: „Als sie zum ersten Mal sprach...“
- Methodenerläuterung: Gesprächsöffnung durch Musik

Der Anhang zeigt, was zwischen den Zeilen passiert.

15. Glossar & Quellen

Begriffe: Peer-Ansatz, Deeskalation, Haltung

Quellen: BZgA, trau-dich.de, Multiplikatoren-Netzwerk

Theorie trifft Praxis – wenn man weiß, wie man Brücken baut.

Konflikt-Leitfaden – Sorgenbüro

Begleiten statt dominieren. Haltung statt Macht.

Grundhaltung im Umgang mit Konflikten

- Konflikte sind keine Fehler, sondern Ausdruck innerer Reibung
- Emotionen sind erlaubt, auch Wut, Rückzug, Abwehr
- Wir unterscheiden Mensch und Verhalten: niemand wird verurteilt
- Wir setzen Grenzen, um zu schützen, nicht um zu bestrafen
- Unser Ziel ist Beziehungsklärung, nicht Eskalationsvermeidung um jeden Preis

Wir glauben: Wer gehört wird, schreit weniger.

Wer sicher ist, muss nicht kämpfen.

Wer respektiert wird, kann sich verändern.

Ablaufstruktur bei Konflikten (5 Schritte)

Schritt Beschreibung Haltung

1. Wahrnehmen	Was passiert gerade? Was löst es aus?	Nicht bewerten – sondern beobachten
---------------	---------------------------------------	-------------------------------------

2. Rückspiegeln Schulduzuweisung	Benennen, was man sieht/hört/fühlt Ich-Botschaften statt
3. Raum schaffen	Nicht sofort lösen – sondern Gespräch anbieten Geduld statt Druck
4. Grenze setzen	Verhalten klar benennen, Wirkung erklären ruhig, klar, ohne Bedrohung
5. Wiedereinstieg nicht abbrechen	Beziehung wiederherstellen, Kontakt pflegen Vertrauen erhalten,

Konfliktarten im Sorgenbüro

Konflikttyp	Beispiel	Umgang
Verbale Eskalation	Anschreien, Drohung	Gespräch vertagen, Raum
Rückzug / Verweigerung	Schweigen, Kontaktabbruch	geben Präsenz zeigen, nicht bedrängen
Grenzüberschreitung	Beleidigung, Aggression	Einzelgespräch mit Klarheit &
Loyalitätskonflikt	„Du bist wie die anderen“	Beziehung Vertrauensanker betonen,
Wiederholte Regelbrüche	Rauchen, Zuspätkommen,	Haltung erklären Unzuverlässigkeit Konsequenzen im Dial besprechen

Satzbeispiele aus der Praxis

- „Ich sehe, dass du gerade sehr wütend bist. Ich bleib trotzdem hier.“
- „Du musst heute nichts sagen – ich bin bereit, wenn du es bist.“
- „So wie du dich gerade verhalten hast, verletzt du jemanden. Das Verhalten ist nicht okay – du schon.“
- „Wenn du dich zurückziehst, nimm ich das nicht persönlich. Aber ich bleib erreichbar.“
- „Ich sag dir nicht, was du machen musst – ich sag dir, was passiert, wenn du's tust oder lässt.“

Grenzsetzung im Sorgenbüro

Grundsätze:

- Keine Konsequenz ohne vorherige Erklärung
- Keine Drohung – sondern Entscheidungsspielraum
- Keine Eskalation ohne Wiederaufnahme
- Keine **Grenze** ohne **Beziehung**

Sofortmaßnahmen (bei akuter Gefahr):

- Präsenz sichern
- Räumliche Trennung
- Dritte hinzuziehen (z. B. Polizei, Jugendamt)
- Dokumentation intern im Team

Empfehlungen für neue Mitwirkende

1. **Keine Schnellschüsse** – Emotionen brauchen Raum
2. **Ich statt Du** – eigene Wirkung schildern
3. **Bleib stabil** – auch wenn der Konflikt dich emotional trifft
4. **Sprich nach, nicht gegen** – Konflikte sind Beziehungschancen
5. **Hol dir Rückhalt** – bei Nils, bei Mark, im Team