

«Ich freue mich auf meine neue Aufgabe»

Neun Jahre lang prägte Giacomo Dallo als Leiter des GZ Riesbach dessen Entwicklung. Ab Februar wird er neu als Geschäftsführer der «OJA» tätig, dazu gehören auch die Ableger in Wollishofen und für Leimbach.

Manuel Risi

Giacomo Dallo, beschreiben Sie kurz, wer Sie sind.

Ich bin ein echter Seefelder! Hier bin ich geboren und aufgewachsen.

Welches Erlebnis prägte Sie am meisten?

Mein Eintritt in den FC Seefeld. Nach der Juniorenzeit arbeitete ich dort über zehn Jahre als Juniorentrainer. Diese Tätigkeit stellte die Weichen für meinen beruflichen Werdegang im soziokulturellen Bereich. Seit drei Jahren bin ich nun auch ehrenamtlicher Trainer beim Leichtathletik Klub Turicum.

Wie sind Sie denn überhaupt auf das GZ Riesbach gekommen?

Ich besuchte das GZ bereits als Jugendlicher. Mit 24 Jahren begann ich dann, im GZ Riesbach zu arbeiten.

... und Sie haben sich dort raufgearbeitet?

OJA Zürich

Die Offene Jugendarbeit Zürich, kurz OJA, führt diverse Einrichtungen in der ganzen Stadt Zürich, welche im Auftrag des Zürcher Sozialdepartements Angebote für Jugendliche realisieren. Insgesamt verfügt die OJA über zehn Standorte in Zürich. Darunter verschiedene «Jugendläden», wo Jugendliche beispielsweise bei der Realisierung von Projekten unterstützt werden, Jugendtreffs und «Midnightspots» im Sihlfeld und den «OJA»-Laden an der Albisstrasse 40. (mr.)



Wird neu Leiter der Offenen Jugendarbeit Zürich (OJA): der Witiker Giacomo Dallo.

Foto: Manuel Risi

Ich bin als Jugendarbeiter eingestiegen. Nach sieben Jahren merkte ich, dass ich einen Wechsel brauchte. Im GZ hatte ich die Chance, in die Quartier- und Familienarbeit einzusteigen. Später übernahm ich dann den leitenden Posten.

Was waren Ihre Ziele in einer leitenden Funktion im GZ?

Ich hatte nicht vor, eine Vision zu verwirklichen. Das GZ Riesbach ist ein Ort, der dem Quartier gehört und den das Quartier aktiv mitgestaltet. Wir setzen nur gewisse Rahmenbedingungen. Ohne Engagement durch die Quartierbewohner gibt es beispielsweise auch keine Veranstaltungen.

Und das funktioniert?

Ja, sehr gut. Wir sind permanent an der Grenze unserer Auslastung. Es ist sogar so, dass wir teilweise Anfragen zurückweisen müssen weil

uns die Kapazitäten fehlen, diese zu betreuen.

Was war Ihr bestes Erlebnis in den über 23 Jahren als Mitarbeiter im GZ?

Da gibt es kein bestimmtes Ereignis. Ein GZ ist ein Ort, wo Gemeinschaft und Heimat entstehen soll. Jedes Mal, wenn das geschah, war es ein gutes Erlebnis.

Gibt es ein Ereignis, das Ihnen als besonders negativ in Erinnerung blieb?

Nein, eigentlich auch nicht. Denn aus jedem negativen Ereignis hat sich dank der Belegschaft und dem Quartier etwas Positives entwickelt.

Warum wollen Sie denn trotzdem Ihren Posten räumen und zu OJA Zürich wechseln?

Alle sieben Jahre kommt bei mir die Frage nach der Zukunft auf, und dann brauche ich etwas Neues. Der

Wechsel zeichnete sich eigentlich bereits durch diesen Zyklus ab.

Was qualifiziert Sie für den neuen Job?

Dass ich im GZ gelernt habe, an der Basis zu arbeiten, ist sicher hilfreich. Auch die Personalführung ist eine meiner Stärken. Während meiner Zeit als Leiter des GZs habe ich auch gelernt, langfristige Entwicklungen zu beobachten, diese entsprechend zu planen und Schwerpunkte zu setzen.

Was sind Ihre Ziele bei der OJA Zürich?

Ich habe nicht vor, die OJA zu revolutionieren. Die Organisation ist gut aufgestellt. Ich werde mich dafür einsetzen, dass an der Basis bedarfsgerechte und wirkungsorientierte Jugendarbeit geleistet werden kann.

Sie waren lange an der Basis tätig. Werden Sie diese Art der Arbeit vermissen?

Das kann ich noch nicht sagen. Nach 23 Jahren in einem GZ kenne ich

nichts anderes mehr. Ich freue mich aber darauf, mich in Zukunft voll und ganz auf die Führungstätigkeit zu konzentrieren. Ob mir das gelegentliche Aufstellen von Tischen und der Abwasch in der Küche fehlen werden, das weiss ich noch nicht.

Offene Turnhalle

Ein Beispiel der OJA-Arbeit: die Offene Turnhalle Leimbach. Sie steht Jugendlichen von 12 bis 16 Jahren jeden Donnerstag zur Verfügung, um Fussball, Basketball zu spielen, oder den doppelten Salto zu üben, etc... Daten: jeden Donnerstag von 18 bis 19 Uhr nur für Mädchen, von 19 bis 21 Uhr für alle. Ort: Turnhalle Schulhaus Leimbach (Achtung: nicht Fallettschen). Kontakt: Alexandra Fink 043 243 1149 / 077 471 8498 (zh2.)

VON MIR PERSÖNLICH – FÜR SIE PERSÖNLICH

Stress: Individuelle Reaktionen von uns allen

Jeder Mensch geht anders mit Stress um. Wichtig sind aber so oder so gute soziale Bindungen.

Géraldine May

Wir alle kennen Stresssituationen: eine hohe Belastung am Arbeitsplatz, privates Engagement, finanzielle Verpflichtungen; manchmal wird es einfach zu viel. Aber es gibt auch Momente, in welchen wir das Gefühl von Stress empfinden, obwohl es keine rationalen Gründe dafür gibt. Warum ist das so, und was steckt dahinter?

Alle unsere Erfahrungen, positive wie auch negative, lösen sich nicht in «Luft» auf, sondern addieren sich zu gespeicherten Gedächtnisinhalten in sogenannten Nervenzell-Netzwerken. Diese wiederum werden teilweise unbewusst abgerufen.

Im Moment der Ausrufung des Alarmsystems setzt im Grosshirn und im limbischen System eine mass-

sive Aktivierung von Genen ein. Die zuerst aktiven Gene gehören zur Gruppe der Sofortreaktionsgene, deren Produkte nach dem Schneeballsystem innerhalb der Zelle dann weitere Gene aktivieren.

Aus Faden wird Seil

Nervenzellen, die während einer Gefahrensituation aktiviert werden und bestimmte Gene anschalten, tun etwas für deren Selbsterhaltung. Die Proteine, die im Rahmen der Aktivierung von Genen hergestellt werden, dienen den Nervenzellen als Wachstumsfaktor und verstärken die Kontaktstellen, mit denen die Nervenzellen untereinander vernetzt sind.

Stellen Sie sich diese Nervenzellverbindungen einfach als einen dünnen Faden vor. Wird diese Verbindung immer wieder aktiviert, so wird sie stärker. Aus einem dünnen Faden wird ein dickes Seil.

Diese Nervenzell-Netzwerke werden somit als Folge ihrer Tätigkeit stabilisiert. Diese sind bedeutsam: Wenn sich alarmierende Erfahrungen oder Niederlagen im Leben eines

Menschen häufen, werden die darauf spezialisierten Nervenzell-Netzwerke die Oberhand gegenüber anderen Netzwerken bekommen, deren Spezialität darin besteht, die Chancen und Bewältigungsmöglichkeiten einer Situation zu erkennen.

Einschneidende oder oft wiederholte Vorerfahrungen von Gefahr, Niederlage, Angst und Flucht verändern neuronale Netzwerke also in der Weise, dass die Interpretation künftiger neuer Situationen die Oberhand haben, die wiederum in die gleiche Richtung gehen. Eine solche Entwicklung aufzuhalten oder rückgängig zu machen, ist eine der wichtigsten Aufgaben der Gesprächs- und Körpertherapie.

Biografische Erfahrungen schon im Mutterleib

Nicht nur unsere ersten Lebensmonate, sondern auch jene im Mutterleib prägen unser hormonelles System. Ist eine Frau während der Schwangerschaft unter psychischem oder physischem Stress, wirkt sich das direkt auf das Stresssystem des

Ungeborenen aus. Ist nach der Geburt genügend mütterliche Zuwendung durch Berührung und Nähe vorhanden, wird das Stress-Gen deutlich weniger aktiviert.

Die grosse Unterschiedlichkeit individueller Vorerfahrungen hat zur Folge, dass die Reaktion der neurobiologischen Stresssysteme von Person zu Person sehr verschieden ist. Untersuchungen haben gezeigt, dass Personen, welche dem gleichen Ausmass an Stressintensität ausgesetzt sind, in der körperlichen Verarbeitung sehr unterschiedlich reagieren. Ebenfalls haben Untersuchungen an Zwillingen eine individuelle Stressreaktion gezeigt. Der Umgang mit Stress ist also nicht genetisch und somit nicht vererblich. Das verstärkt die Bedeutung der individuellen Vorerfahrung.

Dass zwischenmenschliche Bindungen die biologischen Stresssysteme schützen, gilt nicht nur für das Kind, sondern auch im späteren Leben. Bindungen und soziale Unterstützung haben sich in zahlreichen Studien als einer der wichtigsten

Schutzfaktoren gegenüber extremen Ausschlägen der biologischen Stressreaktionen erwiesen.

Diese Erkenntnisse der Neurowissenschaften mögen schockierend sein, beinhalten aber auch die Chance zum Bewussten Handeln und Erleben. Das wirksamste Mittel für einen guten Umgang mit Stress sind also Begegnung, Beziehung und Berührung.

Diese Informationen stellen bei längerem Krankheitsverlauf keinen Ersatz für professionelle Beratungen oder Behandlungen durch Therapeuten, Ärzte oder Apotheker dar. Die Einnahme von klassischen Medikamenten wird durch die obgenannten Tipps nicht ausgeschlossen.

Géraldine May ist Naturheilpraktikerin mit Schwerpunkt Körperarbeit- und Therapie, ärztl. geprüfte Masseurin, Phytotherapeutin und Ernährungsberaterin. Sie hat Ihre Praxis an der Waffenplatzstrasse 84 in 8002 Zürich. Als Publizistin schreibt sie einmal im Monat zu Themen rund um Mensch und Körper. Weiterführende Informationen finden Sie unter www.geraldine-may.ch