

# KINA

fre!  
stunde

## KINDERNACHRICHTEN

## Gleiche Rechte und gleiche Chancen

Reem Alabali-Radovan sorgt dafür, dass sich Flüchtlinge besser einleben

Wegen eines Kriegs oder weil andere schlimme Dinge in ihrer Heimat passieren, kommen Menschen nach Deutschland. Bei uns suchen sie dann Schutz. Dabei haben sie es manchmal schwer: Denn die Menschen müssen eine neue Sprache lernen, Freunde finden und sich an ein neues Umfeld gewöhnen. Manche erleben es auch, schlecht behandelt zu werden, zum Beispiel wegen ihres Aussehens oder ihrer Herkunft.

Reem Alabali-Radovan hat von der Regierung deswegen einen wichtigen Auftrag bekommen: Sie soll den Menschen helfen und ihr Einleben einfacher machen. Sie ist Integrationsbeauftragte. Für ihre Arbeit hat sie ungefähr zehn Millionen Euro zur Verfügung. Damit soll die Politikerin zum Beispiel Projekte vorantreiben und Beratungsstellen fördern. Wir haben sie zu ihrer Arbeit befragt.

**Wo liegen die größten Probleme bei der Integration und was müsste künftig besser laufen?**

Reem Alabali-Radovan: Es läuft schon vieles gut, aber wir müssen noch viel besser werden, damit wirklich alle überall in unserer Gesellschaft mitmachen können.



Reem Alabali-Radovan ist Integrationsbeauftragte der Regierung. Sie soll zum Beispiel Projekte gegen Diskriminierung und Rassismus vorantreiben.

Foto: Monika Skolimowska/dpa

nen. Alle müssen gleiche Rechte und gleiche Chancen haben – ob in der Schule, bei der Arbeit oder wenn man eine Wohnung sucht. Hier müssen wir alle noch besser zusammenarbeiten.

war, dass sich mein Leben so schnell so komplett geändert hat – alles auf einmal: Sprache, Zuhause, Freunde.

**Sie können boxen. Welche Rolle kann Sport bei der Integration spielen?**

Sport spielt eine wichtige Rolle bei der Integration. Beim Sport kommen Menschen zusammen und es ist egal, woher sie kommen, was für eine Sprache sie sprechen, alle verstehen sich gut, denn es geht um den Sport. (dpa)

**Sie sind als Kind nach Deutschland gekommen. Was hat Ihnen damals geholfen? Und was war schwierig?**

Am meisten hat mir damals geholfen, dass ich direkt in die Schule gekommen bin und ganz schnell Freunde gefunden habe. Schwierig



Ein Junge guckt sich die Klapperschlangen an, die für ein Volksfest in den USA zusammengetrieben wurden. Fotos: Ronald W. Erdrich/AP/dpa

## Vorne Gift, hinten Rassel

Zu Klapperschlangen sollte man Abstand halten

Wenn eine Klapperschlange mit ihrer Rassel am Schwanzende Geräusche macht, ist das eine Warnung: Halte lieber Abstand! Diese Schlangen sind sehr giftig. Mit dem Gift töten sie ihre Beute, wie zum Beispiel kleine Säugetiere und andere Reptilien.

Klapperschlangen sind unter anderem in Wüsten und Savannen zuhause. Sie leben zum Beispiel in Mexiko oder im Südwesten der USA. Die Texas-Klapperschlange kann mehr als zwei Meter lang werden. Damit ist sie eine der längsten Klapperschlangen-Arten.

Vor Kurzem waren viele Texas-Klapperschlangen an einem Ort in Texas in den USA zu sehen. Dort findet jährlich ein Volksfest statt, für das die Tiere nach ihrem Winterschlaf zusammengetrieben werden. Es wird aber kritisiert, dass jedes Jahr viele Schlangen getötet werden. Deshalb sind zum Beispiel Tierschützer gegen das Volksfest. (dpa)



Klapperschlangen leben zum Beispiel in Mexiko und im Südwesten der USA.

## Erschlagen von Eindrücken

Die Sängerin Jaël ist hochsensibel und fühlt sich deshalb schnell verloren

Der Schal kratzt, die Musik ist zu laut, die anderen Kinder toben zu wild und am liebsten will man gerade sowieso allein sein. Manchmal stören Situationen und Eindrücke. Einige Menschen erleben das noch viel stärker als andere. Fachleute meinen, dass das an sogenannter Hochsensibilität liegen kann.

Die Sängerin Jaël aus der Schweiz sagt von sich selbst, dass sie hochsensibel ist. „Ich war ein sehr schüchternes Kind“, erklärt sie. Oft sei ihr alles zu viel gewesen. Häufig habe sie sich dann zurückgezogen und allein gespielt.

Hochsensibel zu sein, kann für Betroffene in manchen Situationen schwierig sein. Hochsensibilität ist aber keine Krankheit. „Ich würde

sagen, es ist so etwas wie ein Persönlichkeitsmerkmal“, sagt die Expertin Anja Lorenz. Sie ist Kinderpsychologin und beschäftigt sich viel mit dem Thema.

Durch die stärkeren Gefühle, die man als hochsensibler Mensch erlebe, könnten allerdings Krankheiten entstehen, sagt die Expertin. Depressionen zum Beispiel. Menschen mit Depressionen sind oft extrem schlecht drauf. Sie sind ständig erschöpft. Häufig können sie sich nicht aufraffen und sich über nichts mehr so richtig freuen.

**Hochsensible Menschen sind oft sehr kreativ**

Den meisten hochsensiblen Kindern und Jugendlichen gehe es aber nicht schlecht, sagt Anja Lorenz. „Oft ist es auch so, dass die Menschen sehr kreativ sind“, erklärt sie. „Da ist vielleicht auch ein Bedürfnis, über Dinge nachzudenken und auch Zusammenhänge einzuordnen. Auch ein soziales Gewissen ist oft stärker.“ Das bedeutet: Gerechtigkeit und Freundlichkeit sind hochsensiblen Menschen oft besonders wichtig.

Für diese Menschen hat die Musikerin Jaël nun mehrere Lieder geschrieben. Damit will sie sich, ihrem Kind und allen anderen Hochsensiblen etwas Musik zum Ausruhen geben. Über ihre Lieder sagt sie: „Musik, die nicht einfach irgendwie laut und wild ist, sondern eher was Feines.“

In den Liedern geht es zum Beispiel um Rückzugsorte. Und um das kleine „Sensibelchen“, das



Die Sängerin Jaël aus der Schweiz hat Lieder über Hochsensibilität geschrieben. Foto: Paul Seewer/dpa

mehr über seine Hochsensibilität lernt. Das soll Kindern laut Jaël auch zeigen, dass sie gut sind, wie sie sind. Für alle hochsensiblen Menschen hat die Musikerin noch einen wichtigen Tipp: Sie müssten und dürften Pausen machen, wann sie wollen, betont sie. (dpa)

## BILDER RÄTSEL

Das ist **Susi**. Sie ist immer auf der Suche nach guten Fotos für unser Bilderrätsel.

Welches Wort ergeben diese Bilder?

+

Lösung: Spiegelhand

## KONTAKT

Redaktion Freistunde  
kontakt@freistunde.de