

# Ausbruch aus dem rasanten Alltag

Junge Erwachsene wuchsen bei Jahreskurs an der LVHS miteinander und aneinander

**Niederaltich.** (da) Es war schon etwas Wehmut zu spüren, als sich die elf Teilnehmer des Jahreskurses für junge Erwachsene unter dem Motto „Genug!“ Ende Dezember an der Landvolkshochschule Niederaltich mit Bildungsreferentin Magdalena Lummer und Seelsorger Rupert Wimmer zu ihren Abschlusstagen trafen.

Sie alle sind über das Jahr hinweg zu einer Gruppe zusammengewachsen. Neun Frauen und zwei Männer, zwischen 19 und 28 Jahren alt, die sich vorher nicht kannten, in unterschiedlichen Lebensphasen steckend, in unterschiedlichen Berufen: Altenpflegerin, Technikerin, Studentin, Pädagogin, Heizungsbauer – im „wahren“ Leben wären sie sich wahrscheinlich auf diese Weise nie begegnet.

## Freud und Leid geteilt

Die Lebensphase der Jugend entgrenzt sich zunehmend. Während die Studenten mit Mitte bis Ende 20 den Berufseinstieg vor sich haben,

arbeiten andere seit sie 16 sind und sind mit Mitte 20 schon in der Familienphase. All das haben die Kursteilnehmer ein Jahr miteinander geteilt:

Hochzeiten, Sterbefälle in der Familie, Schwierigkeiten am Arbeitsplatz, die Orientierungsphase nach dem Abitur, den Berufseinstieg nach dem Studium und auch Konflikte in der Familie oder im Freundeskreis.

Sie haben ganz nach dem Motto „Genug!“ gesagt, sich an 16 Kurs-Tagen aus dem rasanten Alltag herausgenommen, bewusst hingeschaut auf die herausfordernden Fragen ihres Lebens: Wie gehe ich mit Stress um? Was mache ich in

Konfliktsituationen? Wie schaffe ich einen Ausgleich zwischen Arbeit/Studium und Freizeit? Wie orientiere ich mich beruflich? Was möchte ich erreichen in den nächsten Jahren?

Sie haben ihrem Leben in diesem Jahr Richtung gegeben und wichtige Entscheidungen gefällt. Sie sind



Als Begleiter durch das neue Jahr wurden gemeinsam Handschmeichler aus Zirbenholz gefertigt. Foto: LVHS

miteinander und aneinander gewachsen, haben neue Seiten an sich entdeckt und sind eine Einheit geworden. Bei einem großen Jahresrückblick wurde der „Ertrag“ dieses Jahres 2018 noch einmal deutlich. Der Jahreskurs bietet eine gute Möglichkeit, aus dem alltäglichen Leben auszubrechen. „Ich habe hier viele neue Ideen und die unterschiedlichsten Leute kennengelernt. Dankbar bin ich für die konstruktiven Diskussionen, die unterschiedlichen Meinungen, für die gemütlichen Abende, für die Methodenvielfalt und die einmalige Möglichkeit der Mitsprache bei der Programmgestaltung. Für mich war es ein rundum gutes Jahr“, so eine der Teilnehmerinnen.

## Neuer Termin

Der „Genug!“-Kurs 2019 startet vom 8. bis 10. Februar mit einem Wochenende zum Thema Zeitmanagement. Alle weiteren Termine und Anmeldeinformationen gibt es unter [www.lvhs-niederaltich.de](http://www.lvhs-niederaltich.de).

aus Donau-Anzeiger vom 11.01.19