



ICH KANN DAS!

„Kleiner Biber ganz groß - Zukunft gestalten mit Billi Bockert“



Was für ein herrlicher Morgen. Billi, der kleine Heidebiber, konnte nicht schlafen, so aufgeregt war er. „Endlich. Heute ist der beste Tag meines Lebens,“ denkt er. Heute ist der Tag, an dem er seinen Papa Biber bei der Arbeit begleiten darf: zum Damm bauen. Billis größter Wunsch ist es, mal genauso ein großartiger Baumeister zu sein, wie sein Papa. Dafür hat er schon jede Menge Bücher gelesen, war draußen zum Beobachten unterwegs und hatte auch immer konzentriert zugehört, wenn sein Papa vom Bauen sprach oder ihm etwas zeigte.



Billis Entspannungs-Tool:



die 4 - 7 - 8 Atemübung

Wenn du auch mal aufgeregt bist, Lampenfieber hast, dich nicht konzentrieren kannst oder dir tausend Gedanken durch den Kopf rasen, dann hilft dir dein Atem, wieder bei dir anzukommen und ruhig zu werden, den Stress hinter dir zu lassen.

Atme zuerst deine komplette Luft geräuschvoll durch den Mund aus. Schließe deinen Mund und atme durch die Nase ein, zähle dabei in Gedanken bis vier. Halte nun den Atem an und zähle in Gedanken bis sieben. Atme nun die komplette Luft langsam durch den Mund aus und zähle dabei in Gedanken bis acht. Forme dabei deinen Mund wie ein O. Wiederhole das Ganze vier Mal.



- WUNSCH

Frage dich selbst:

Was sind deine Herzenswünsche?

Was willst du wirklich? Wofür schlägt dein Herz?

Deine Herzenswünsche sollten dich beflügeln, begeistern und etwas sein, was DU wirklich willst (nicht, was Andere von dir wollen).

Schreibe sie hier auf:

.....

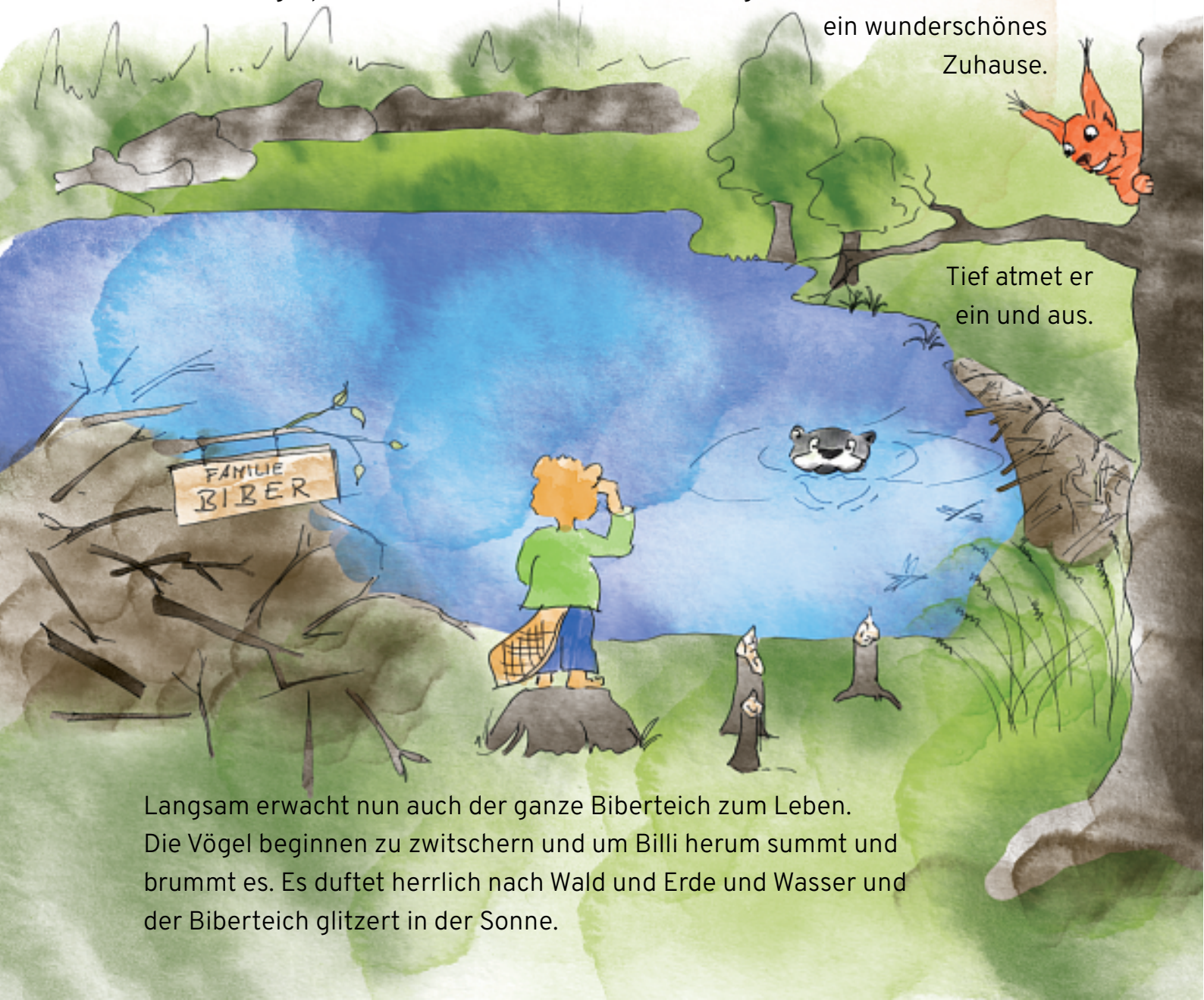
.....

.....

Liebevoll lässt Billi den Blick über sein Zuhause gleiten: den lichten Wald, die Wiese, die Biberburg, in der er mit seiner Familie wohnt, den Wasserlauf mit dem Damm: den großen Biberteich, den seine Eltern hier geschaffen hatten. Was für ein wunderschönes Zuhause.

Tief atmet er ein und aus.

Langsam erwacht nun auch der ganze Biberteich zum Leben. Die Vögel beginnen zu zwitschern und um Billi herum summt und brummt es. Es duftet herrlich nach Wald und Erde und Wasser und der Biberteich glitzert in der Sonne.





Familie Schwarzstorch ist auch schon auf den Beinen. „Guten Morgen Billi,“ rufen sie aus dem großen Horst vom Baum gegenüber. Auch Familie Libelle ist schon hellwach und intensiv mit Fliegen beschäftigt. Überall herrscht geschäftiges Treiben und alles pulsiert vor Leben und Lebendigkeit.

Papa Biber legt seine Hand auf Billis Schulter. „Bereit?“ fragt er. „Und wie bereit ich bin,“ antwortet Billi aufgeregt. Und dann geht es los. Billi und sein Papa machen sich auf den Weg. Sie schwimmen quer durch den großen Biberteich. Billi wundert sich, denn das ist nicht die Richtung zum Damm. Papa Biber hat andere Pläne. Bevor Dämme gebaut werden können, muss erst das Baumaterial gefunden, geprüft und heran geschafft werden. Und das sind insbesondere Bäume. Er zeigt Billi, worauer alles zu achten hat, welche Bäume, Äste, Zweige für den Dammbau in Frage kommen und wie sie ausgesucht werden, aber auch welche Bäume schmackhaft sind und ihnen als Nahrung dienen und – ganz wichtig für Biber – wie Bäume am sichersten gefällt werden, ohne dass der Baum auf den Biber fällt. Danach geht es zum Damm. Papa Biber platziert die mitgebrachten Zweige und Äste so geschickt, dass der Damm immer stabiler wird und wächst. Billi beobachtet alles ganz genau.



Dann soll er die restlichen Äste und Zweige in den Damm einbauen, so, wie es ihm sein Papa zuvor gezeigt hat. Aber irgendwie will ihm das nicht gelingen. Die Zweige wollen sich einfach nicht verflechten lassen und die Äste stehen kreuz und quer vom Damm ab. Was für ein heilloses Durcheinander. Und dann passiert es: als Billi einen der querstehenden Äste mit Hauruck aus dem Damm ziehen will, verhakt er sich. Dadurch lösen sich weitere Äste und der Damm beginnt, seine Stabilität zu verlieren. Schnell ist Papa Biber zur Stelle und repariert den Damm. Puh. Das war knapp. Ein Dambruch kann lebensgefährlich sein für Biber, wenn die Biberburg von den



Wassermassen mitgerissen wird. „Alles in Ordnung, Billi?“ fragt Papa Biber. „Es ist nichts passiert. Alles konnte schnell repariert werden. Du brauchst dir keine Sorgen zu machen oder dich schlecht zu fühlen.“ Doch Billi ist untröstlich. Er hätte beinahe den Damm kaputt gemacht. So ungeschickt hat er sich noch nie angestellt. „Kopf hoch, mein Junge,“ meint Papa Biber aufmunternd. „Das wird schon. Für heute reicht es erst mal. Zeit, nach Hause zu gehen.“ Billi und sein Papa nehmen die restlichen Zweige mit den leckeren saftigen Blättern und machen sich auf den Rückweg zur Biberburg.



In der Abenddämmerung sitzt Billi am Ufer. Der Schreck setzt ihm immer noch zu. Nach einer kleinen Weile setzt sich Papa Biber neben ihn und spricht: „Ich weiß, dass es für dich heute nicht so gelaufen ist, wie du es erwartet hattest, Billi. Du hast heute dein Bestes gegeben und jede Menge gelernt. Du kannst sehr stolz auf dich sein. Damit ich Meisterdämme bauen konnte, musste ich sehr viel üben. Aber ich wusste tief in mir, ICH KANN DAS! Und das hat mir geholfen, immer weiter zu üben und immer besser darin zu werden, bis ich eines Tages ein großartiger Baumeister war. Und du kannst das auch. Glaube an dich, Billi, denn ich tue es. Sammle deine eigenen Erfahrungen. Übe jeden Tag. So lernst du immer mehr dazu und wirst auch immer besser, weil du dein Wissen und deine Fähigkeiten anwendest, sie trainierst und verfeinerst.“

„Aber Papa,“ sagt Billi, „durch meinen Fehler heute hätte viel passieren können.“ „Das mag sein, Billi. Doch ich war bei dir und ich weiß, dass dir so etwas nie wieder passieren wird. Deshalb Billi: Hab keine Angst davor, Fehler zu machen. Fehler sind große Lehrmeister. Aus ihnen lernst du am allermeisten. Also mach so viele Fehler, wie du kannst und lerne und wachse und sei der, der du sein willst.“



Zurück in der Biberburg lässt Billi den ganzen Tag noch mal Revue passieren, auch das, was ihm sein Papa gesagt hatte. Er erkennt:



- „Ich habe heute viel dazu gelernt. Check!“
- „Ich kann Bäume fällen – und das sehr gut. Check!“
- „Ich hatte Spaß dabei. Check!“
- „Ich brauche noch jede Menge Training für den Bau sicherer Dämme. Check!“
- „Das steht für morgen auf meinem Plan, denn ich werde ein großartiger Baumeister sein. Check!“

„Was für ein Tag. Danke. Danke. Danke.“ Mit diesen Erkenntnissen und seiner Entscheidung, gleich am nächsten Tag mit dem Üben loszulegen, schläft Billi ruhig und zufrieden ein.

Am nächsten Tag machte sich Billi auf den Weg. Als erstes soll es ans Bäume fällen gehen, denn er braucht Äste und Zweige und auch Baumstämme für seinen Übungsdamm. Matsch und Steine gibt es am Ufer. Und dann geht's ans Training, denn aus all diesen Materialien will er einen stabilen Damm bauen – egal wie lange es dauert. Das ist der Plan. Am Rand vom Biberteich entdeckt Billi perfekt geeignete Bäume für seinen Damm. Und gerade als er mit dem Fällen loslegen wollte, ertönt ganz laut eine Stimme: „Hey! Lass das gefälligst! Den kannst du nicht fällen. Das ist mein Baum!“ Billi hielt erschrocken inne und sah sich um. „Nanu? Da ist doch keiner.“ wundert er sich. „Hier oben,“ rief wieder jemand. „Wer ruft denn da?“ fragte Billi. „Na ich!“ ertönte es wieder. „Wer ist ich?“ fragte Billi nun leicht genervt. „Ich bin die, die hier auf dem Baum wohnt. Klar soweit?“ „OK. Und wer bist du, die hier auf dem Baum wohnt?“ fragte Billi nach. „Ich bin Frederike, ein Eichhörnchen,“ sagte die Stimme. „Und du kannst anscheinend nicht lesen. Da steht in dicken Buchstaben: Hier wohnt Familie Eichhörnchen.“



HIER WOHNT FAMILIE
EICHHORN





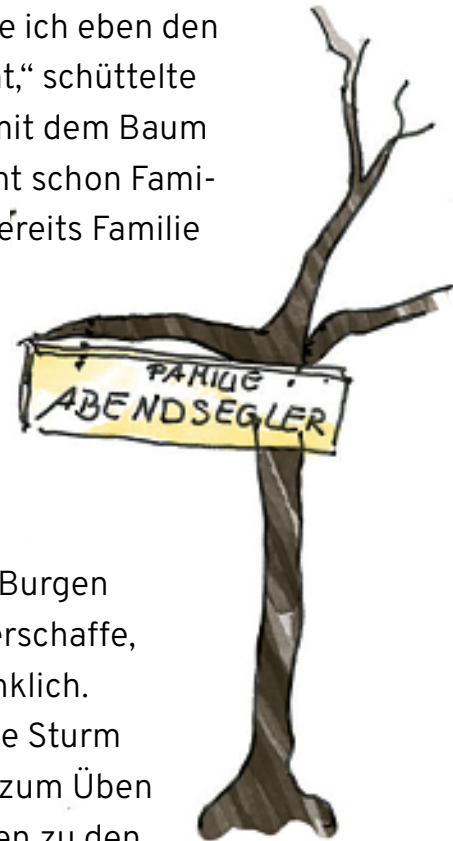
„Oh.“ Jetzt konnte Billi es auch sehen. „Entschuldige Frederike. Das war keine böse Absicht. Ich bin übrigens Billi, ein Biber. Dann fälle ich eben den da,“ und zeigte auf den Baum gleich gegenüber. „Geht nicht,“ schüttelte Frederike den Kopf. „Da wohnt Familie Kauz.“ „Und was ist mit dem Baum da?“ Frederike schüttelte abermals den Kopf. „Nein, da wohnt schon Familie Abendsegler.“ „Und der hier?“ „Geht auch nicht. Da ist bereits Familie Schwarzspecht eingezogen.“

Warum willst du denn unbedingt einen Baum fällen?“ fragte Frederike.

„Weil ich ein großer Baumeister werden will, genau wie mein Papa,“ antwortete Billi. „Und dafür muss ich

üben, dass ich echt geniale Dämme und später auch Burgen bauen kann und eines Tages einen großen Biberteich erschaffe, so wie dieser hier.“ „Aha,“ meinte Frederike nachdenklich.

„Wie wäre es mit dem Platz dahinten? Da hat der letzte Sturm einige Bäume umgehauen. Die könntest du doch gleich zum Üben nehmen für deinen Damm.“ Gemeinsam liefen die beiden zu den umgestürzten Bäumen.



„Du, Billi: Was machen Biber eigentlich so?“ fragte Frederike. „Ich meine, was machst du so, wenn du nicht dabei bist, Bäume anzuknabbern und zu fällen? Kletterst du auch mal auf Bäume rauf oder springst von Ast zu Ast? Ich liebe das nämlich. Und tut das eigentlich weh, wenn du mit deinen Zähnen Bäume annagst, bis sie umfallen? Und warum sind deine vier Vorderzähne so orange? Putzt du die nicht richtig?“ „Puh,“ dachte Billi. „Das waren eine Menge Fragen für einen Tag. Frederike ist ganz schön neugierig, aber ich mag sie,“ dachte Billi und lächelte in sich hinein.

Dann besah sich Billi den Platz. Er war perfekt. Ohne Frederike hätte er ihn nicht entdeckt. „Danke, Frederike,“ sagte Billi.

„Gern geschehen,“ antwortete Frederike. „Das machen Freunde nun mal so. Sie helfen sich gegenseitig,“ sagte Frederike. „Wir sind Freunde?“ fragte Billi. „Na klar, ab jetzt schon.“ lächelte Frederike.



Und dann legte Billi los, während Frederike ihm hoch oben vom Baum aus interessiert bei seinen Bauversuchen zusah. Aber egal wie sehr er sich auch anstrengte, es wollte ihm nicht gelingen, den Übungsdamm stabil zu bauen.



Immer wieder stürzte er in sich zusammen. „Ich bin kein richtiger Biber,“ seufzte Billi verzweifelt. „Ich kann einfach nicht bauen.“ Betrübt hockte Billi vor seinem Dammhäufen aus Ästen und Zweigen und Steinen und Matsch.



„Was ist denn dieser Haufen mickriges Durcheinander? Soll das etwas ein Damm werden, kleiner Biber?“ lachte Karl, der Fischotter. „Mein Name ist Billi und ich übe noch.“ antwortete Billi trotzig. „Na dann übe mal fleißig weiter, Kleiner.“ meinte Karl Fischotter. „Hast es bitter nötig bei deiner Bauweise,“ und weg war er auch schon. „So hatte ich mir das nicht vorgestellt,“ sagte Billi leise.



„Lass dich bloß nicht von Karl Fischotter entmutigen,“ hörte er da Frederike. Sie hatte vom Baum aus alles mitangehört. „Weißt du, wenn mir mal schlimme Sachen passiert sind oder was mächtig schief gegangen

ist, fragt mich meine Mama immer: Frederike, was ist das Gute darin? Wie kann es dich weiterbringen, dich stärker machen und dir helfen?“

„Du meinst, es hat etwas Gutes, wenn meine Dämme immer wieder einstürzen und andere sich über mich lustig machen?“ fragt Billi.

„Nun, Billi. Sie zeigen dir, dass du weiter üben und experimentieren sollst, um es besser zu können und besser zu machen. Sie lassen dich immer besser werden, weil du aus deinen Fehlern lernst.“ „Oh ja,“ dachte Billi. „Genau das hatte auch sein Papa gesagt.“ erinnerte er sich. „Ich verstehe es. Ich habe hier und jetzt die Möglichkeit, es anders zu versuchen und besser zu machen. Nur wie? Was könnte mir helfen?“ dachte Billi laut nach.



**Billis Anregungen zum
gemeinsamen Nachdenken
und Philosophieren:**

*Ob du glaubst, du kannst das oder
ob du glaubst, du kannst das nicht:
du wirst immer Recht haben.*



„Ich denke eher, WER könnte dir helfen, Billi,“ meinte da Frederike. „Wer?“ „Ja genau, Billi, wer? Ich habe nämlich eine Idee,“ ruft Frederike aufgeregt. „Familie Schwarzstorch ist doch auch eine Art Baumeister, nur anders. Sie haben einen prachtvollen Horst drüben am Biberteich.“

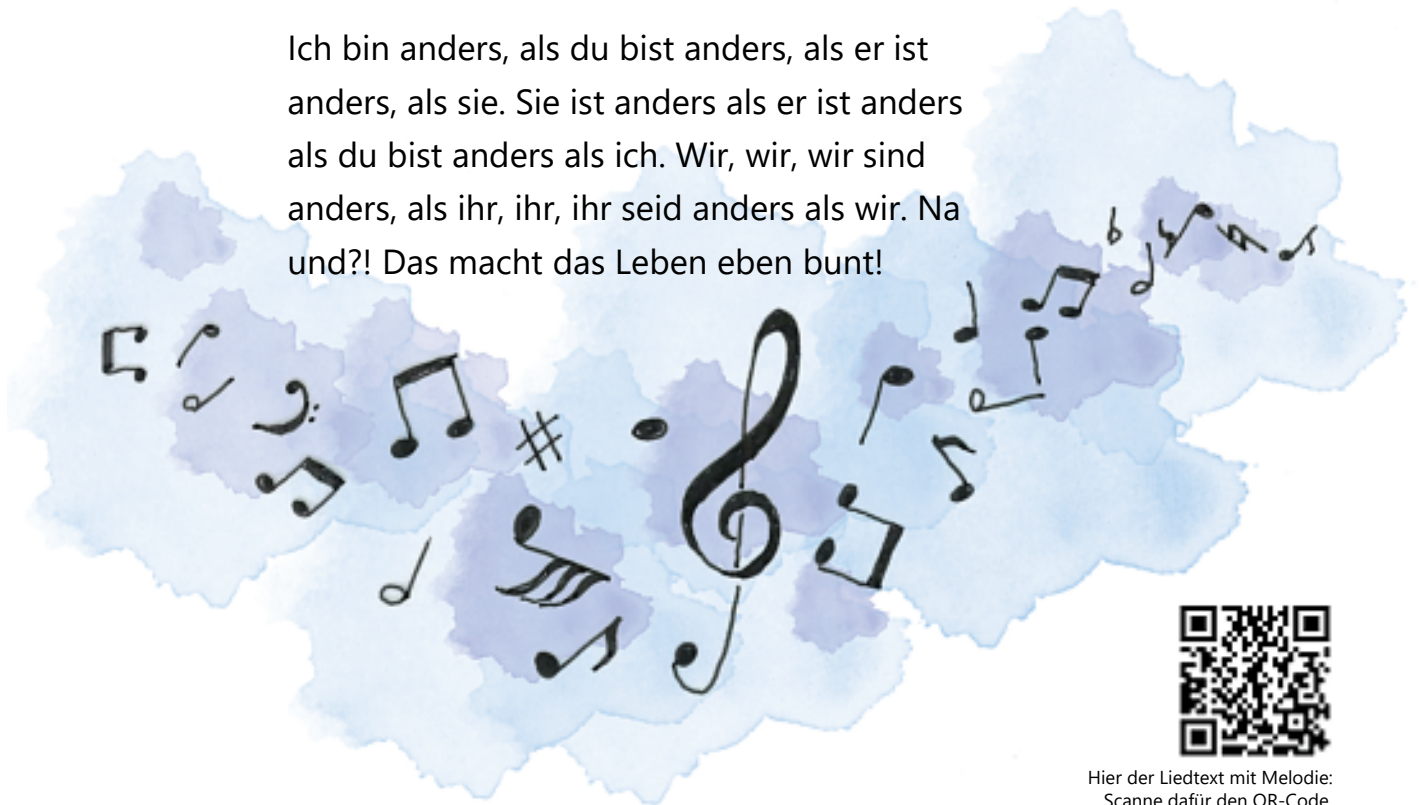
Und wir Eich hörnchen können auch bestens bauen. Unsere Kobel sind wahre Kunstwerke. Ich kann dir zeigen, wie das geht. Vielleicht bekommst du hier genau die Inspiration und Ideen, die du noch brauchst?“ Und schon saust Frederike los, um dort nachzufragen. Familie Schwarzstorch ist einverstanden, Billi ihre Baukunst zu zeigen. Und auch Familie Eichhörnchen macht mit. Billi sieht sich alles genau an, lässt sich alles erklären, legt selbst da und dort Hand mit an und lernt so viel Neues. Er ist fasziniert von all den Fähigkeiten und Talenten, die die anderen Tiere beherrschen. Für ihn steht fest: jedes Tier ist in seinem eigenen Bereich und Leben ein wahrer Meister.



Lied

Anders als du:

Ich bin anders, als du bist anders, als er ist
anders, als sie. Sie ist anders als er ist anders
als du bist anders als ich. Wir, wir, wir sind
anders, als ihr, ihr, ihr seid anders als wir. Na
und?! Das macht das Leben eben bunt!



Hier der Liedtext mit Melodie:
Scanne dafür den QR-Code.

Selbstvertrauen: entsteht und wird gestärkt, wenn du an dich und deine Fähigkeiten glaubst, dass dir etwas gelingt. Aber auch, wenn Andere an dich glauben und dich bestärken. Je mehr positive und gelungene/erfolgreiche Erfahrungen du sammelst, umso stärker ist dein Vertrauen in dich selbst und das, was du tun kannst und erreichen möchtest.

Danach geht er gestärkt mit neuem Selbstvertrauen und Ideen ans Werk. ...

Und nach einer kleinen Weile: „Sieh dir jubelte Billi. „Mein erster kleiner wie ein Damm und der hält. Ich bin gleich noch mal.“

das an, Frederike,“
Damm, der aussieht,
so stolz. Das mache ich



Frederike, die lächelnd neben Billi stand, klatschte vor Freude in die Hände. Mit jedem stabilen Damm, den er errichtete, wuchs auch sein Selbstvertrauen. Jetzt hatte er endlich den Dreh raus. Das war genau sein Ding. Hierfür war er geboren, das spürte er. Billi war mit so einer Begeisterung und Leidenschaft bei der Sache, dass er gar nicht bemerkte, wie die Zeit verflog.

„WOW! Den hast du gebaut? Ganz alleine?“
Frederike starrte den Damm mit großen Augen und offenem Mund an. „Ich war doch nur kurz weg, Knospen und Blüten sammeln.“ stammelte sie. „Das ist einmalig, Billi. Ganz anders als bei deinem Papa, aber trotzdem perfekt. Ich glaube, du hast gerade deinen eigenen Stil gefunden.“ Er war ein ausgezeichneter Konstrukteur, Holzfäller, Baumeister und Ingenieur. Das konnte Billi nun sehen. Dieser Damm hier war perfekt. Sein Meisterdamm.



Sogar Karl Fischotter nickte anerkennend mit dem Kopf, als er noch mal vorbeikam. „Jetzt bist du auch ein Großer, genau wie dein Papa,“ sagte er. „Respekt.“ Und Schwupps war er so schnell verschwunden wie er aufgetaucht war.

Mach dein Ding. Tue, was du bist. Finde heraus, was genau dein Ding ist, wenn du es noch nicht weißt. Wofür hast du ein Händchen? Was gelingt dir ganz leicht und macht dir jede Menge Spaß? Was könntest du stundenlang tun, ohne dass dir langweilig wird? Das ist dein Talent/sind deine Talente, Begabungen, mit denen du die Welt bereichern kannst

Überglücklich hielten sich Billi und Frederike an den Händen und drehten sich oben auf Billis Meisterdamm tanzend und lachend so lange im Kreis, bis ihnen schwindelig wurde. Es war ein herrliches Gefühl. Billi hätte platzen können vor Glück, so stolz war er. Als sie beide nebeneinander auf dem Damm lagen und in den Sternenhimmel schauten, vertraute Billi Frederike ein Geheimnis an: „Das heute ist der schönste Tag meines Lebens und ich wünsche mir, dass ich noch ganz viele glückliche Tage in meinem Leben gestalten kann. Ich weiß nicht, ob ich das heute ohne deine Hilfe geschafft hätte. Du hast an mich geglaubt und warst für mich da, Frederike. Das hat mir so viel Kraft und Mut gegeben, dass ich auch an mich glauben und dieses Meisterwerk erschaffen konnte. Ich konnte in diesem Moment die beste Version von mir selbst sein und es hat sich großartig angefühlt. Ich bin so dankbar, dass du meine Freundin bist, Frederike. Danke, dass du da bist. Danke für deine Freundschaft.“ „Dafür sind Freunde da.“ antwortete Frederike glücklich lächelnd.



Frage dich selbst: Wofür bin ich dankbar?

Geh in das Gefühl und dann schreib es auf:

Ich bin dankbar für

.....

.....

.....

.....

.....

Billi erkannte:



- „Ein Baumeister zu sein, ist also doch genau ein Ding. Ich kann das! Check!“
- „Und Frederike als beste Freundin an meiner Seite zu haben, ist das Tollste, was mir passieren konnte. Beste Freunde! Check!“

„Sehen wir uns morgen, Billi?“ fragte Frederike zum Abschied.
 „Aber klar doch, Frederike.“ lächelte Billi. „Und dann geht’s auf zu neuen Taten.“

Glücklich und erfüllt machte sich Billi auf den Heimweg.



Impressum

Herausgeber und Kontakt:
Naturpark | Verein Dübener Heide e.V.
NaturparkHaus Dübener Heide
Neuhofstraße 3a
04849 Bad Dübener Heide

Telefon: 034243 72993
E-Mail: naturparkhaus@naturpark-duebener-heide.de
www.naturpark-duebener-heide.de

Redaktion:
Dipl.-Geographin und Natur-Resilienz-Trainerin Kati Ehlert

Autor:innen:
Uni im Grünen e.V., Dipl.-Geographin und Natur-Resilienz-Trainerin Kati Ehlert

Illustration:
Dipl. Designerin Christin Schmitt
Grafik- und Webdesignerin
www.das-designlabor.de

Layout und Druck:
OsirisDruck
Inh. Dr. Dietmar Bsonek
Karl-Heine-Str. 99
04229 Leipzig
www.osirisdruck.de



Quellennachweis: Escola Alemã Corcovado (2014): Anders als du mit Untertitel [You Tube], <https://www.youtube.com/watch?v=qhMRRpAvv34> (30.11.2022)

Der Ideenwettbewerb Sächsische Mitmach-Fonds wurde von der Sächsischen Staatsregierung initiiert. Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushalts.



Hast du Lust, mit mir auf Tour zu gehen?
Unter www.naturpark-duebener-heide.de
findest du die Billi Bockert-Tour. Los geht's!

REGIO  SCROWD

Wenn du dich wie Billi Bockert auch für
die Natur vor deiner Haustür engagieren
möchtest, scanne den QR-Code und ent-
decke spannende Mitmach-Projekte in
der Dübener Heide:




Dübener Heide
NATURPARK


QUALITÄTS
NATURPARK