DER Ringbote

AUSGABE 1 | 2020

Mitteilungen der Fachkliniken Ringgenhof und Höchsten, der Tagesrehabilitation, des Förderkreises und der Geschäftsführung

Titelthema: Nachhaltigkeit

INHALT

04 THEMA Therapie, Absturz, Neustart: Ist das nachhaltig?

08 PORTRÄT Vom Geretteten zum Retter: Jürgen Jehring

10 SPENDEN Danke: »Gut Holz« auf der Kegelbahn

12 IMPULS Nachhaltig werden: Wie Pfarrer Gottfried Heinzmann der Umwelt hilft

14 WIR Schokolade und Humor: Fragen an Lisa Schilling, Tagesrehabilitation Ulm

16 TERMINE Das bringt das neue Jahr: Ausblick 2020

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

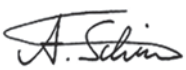
egal ob in Politik oder Gesellschaft: Im Zuge des Klimawandels und der daraus entstandenen »Fridays for future«-Bewegung vergeht kein Tag, an dem nicht über Nachhaltigkeit diskutiert wird. Und das ist gut so, geht es doch um unser aller Lebensgrundlagen!

Auch in der Suchttherapie ist Nachhaltigkeit ein Thema: Was braucht es für einen nachhaltigen Therapieerfolg? Ist nur dauerhafte Abstinenz wirklich nachhaltig? Oder: Wie gehen Therapeuten damit um, wenn es immer wieder zu Rückfällen kommt, bis es schließlich klappt mit der angestrebten Abstinenz? Ein weites Feld, das von allen Beteiligten in aller Regel immense Kraftanstrengungen einfordert. Und wenn man sich dann noch vor Augen führt, dass nur rund 20 Prozent aller suchterkrankten Menschen »im System ankommen«, wie wir in der Tagesrehabilitation Ulm erfahren haben, tun sich nochmal ganz andere Dimensionen auf. Zugleich steht unweigerlich die Frage im Raum, was schief läuft in unserer Gesellschaft angesichts dieser Faktenlage.

Doch lassen Sie uns in dieser Frühlingsausgabe auch dem Lichtvollen zuwenden. Der erwachenden Natur in ihrer ganzen Farbenpracht, dem nahenden Osterfest, verbunden mit der überschwänglichen Kraft und Freude der Auferstehung. Das Wunder der Osternacht lädt uns alle dazu ein, dem neuen Leben strahlend und mit geöffneten Armen entgegenzugehen. Lassen wir uns also tief berühren von den wärmenden und Hoffnung schenkenden Strahlen des Osterlichts!

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Inspiration bei der Lektüre!

Ihr



Andreas Schmidt
Geschäftsbereichsleiter Suchthilfe

Ihr

Jürgen Ziegele
Vorsitzender des Förderkreises

JUBILÄUMSJAHR

GLEICH DREI MAL GRUND ZUM FEIERN

Die Suchthilfe der Zieglerschen feiert dieses Jahr gleich drei Jubiläen: Das 10-Jährige der Fachklinik Höchsten am Standort Bad Saulgau, das 15-jährige Jubiläum der Ambulanten Rehabilitation in Ulm und das 115-jährige Jubiläum der gesamten Suchthilfe der Zieglerschen. Interessante Vorträge zu spannenden Themen, kulturelle Highlights und viel Raum für Begegnung und Austausch: Viel ist geboten! Gestartet wird mit den Jahresfesten am 20. Juni 2020. Die aktuellen Termine werden auf den Internetseiten der Suchthilfe und auch auf Facebook veröffentlicht. ***AS***

ZU GAST IM BUNDESTAG

ZIEGLERSCHE WERBEN FÜR BESSERE REFINANZIERUNG DER SUCHTREHABILITATION

Der Vorstand der Zieglerschen hat in Berlin auf die Herausforderungen in der Sozialwirtschaft aufmerksam gemacht. Gottfried Heinzmann und Markus Lauxmann trafen, begleitet von Suchthilfe-Geschäftsbereichsleiter Andreas Schmidt und Landrat a.D. Dirk Gaerte, unter anderem die Drogenbeauftragte der Bundesregierung Daniela Ludwig (CSU) und Hermann Gröhe (CDU), stellvertretender Fraktionsvorsitzender der Union im Bundestag, um für bessere Bedingungen in der Sucht-Rehabilitation zu werben. Zum Besuch in Berlin eingeladen hatte CDU-Staatssekretär Thomas Bareiß, MdB, in dessen Wahlkreis die Zieglerschen die Suchtfachklinik Höchsten betreiben. ***SB***

Die Delegation der Zieglerschen mit der Drogenbeauftragten Daniela Ludwig (Mitte).

JAHRESFEST AM RINGGENHOF

DAS BESONDERE BONBON: COUNTRY-MUSIK MIT »FLAME«

Jürgen Ziegele, Vorsitzender des Förderkreises, freut sich in diesem Jahr ganz besonders auf das Jahresfest in der Suchtklinik Ringgenhof. Denn in diesem Jahr spielt die mehrfach ausgezeichnete Formation »Flame« im Festzelt. Die sechsköpfige Combo um Dieter Maier, Therapeut an der Fachklinik, wird ab 14:30 Uhr die ganze Vielfalt der Country-Musik präsentieren. Wir sind schon mächtig gespannt! ***VS***

JETZT SCHON VORMERKEN

VERNISSAGE ZUR AUSSTELLUNG »VOM ICH ZUM WIR«

Aktuelle und ehemalige Patienten des Fachkrankenhauses Ringgenhof präsentieren am 5. Juli 2020 ab 14 Uhr ihre Bilder, die im Rahmen der Therapie und in der Nachbetreuung in Selbsthilfegruppen entstanden sind. Im Anschluss tauschen sich Vertreter der Selbsthilfegruppen und der aktuellen Patienten aus, um gemeinsam neue und nachhaltige Konzepte der Selbsthilfe zu entwickeln. ***VS***

NACH-HALTIG-KEIT

Therapie, Rückfall, Neustart: Wie ist das so mit der Nachhaltigkeit in der Suchttherapie?

Text: Martin Baumgardt

Oskar* ist da! Er ist spontan vorbeigekommen. Es ist Freitag nach 16 Uhr in der Tagesrehabilitation Ulm. Oskar war schon mal da. 2018 Therapie, Abbruch, Neustart, und dann musste er gehen – erneuter Rückfall in der Therapie. Und jetzt ist Oskar wieder da. Er fühlt sich unsicher, er spürt, dass sich in seinem Leben Dinge verändern und er hat Angst, wieder in die Sucht zu gleiten.

Ich bin verabredet mit Susann Entress, der therapeutischen Leiterin, und Dr. Barbara Gerstenmaier, die die ärztliche Leitung inne hat. Wir wollen über das Thema Nachhaltigkeit in der Suchttherapie sprechen. Was mich interessiert: Wie ist das eigentlich mit der Nachhaltigkeit? Was verstehen die Profis darunter? Und: Wie gehen sie eigentlich damit um, gerade wenn Patienten abbrechen, scheitern? Was ich eigentlich erwarte: Ein wenig Enttäuschung, auch Verärgerung – erinnert Suchttherapie doch immer irgendwie an Sisyphos, der wieder und wieder versucht, die Kugel den Berg hinauf zu rollen ...

An diesem Freitagnachmittag spürt man: Eine anstrengende Arbeitswoche liegt hinter allen. Und dann sitzt da Oskar. Ein junger Mann, Ende 20, offen für das, was da kommt. Er kennt das ja schon. Und er hatte keine Angst wieder zu kommen. »So ein kleines mulmiges Gefühl hatte ich schon, aber ich war mir sicher, dass ich hier gleich wieder aufgenommen werde!« Vorher anrufen wollte er dann doch nicht, ein wenig Schiss hatte er schon, abgewiesen zu werden. Natürlich wird ihm geholfen, für die nächste Woche gleich ein Termin ausgemacht. »Nur 20 Prozent der Betroffenen kommen überhaupt im System an« sagt Barbara Gerstenmaier. Der Rest ist gar nicht erfasst, traut sich nicht, hat Angst. Oft sei es auch die fehlende räumliche Nähe, ergänzt Susann Entress.

Schon wenn man die Tagesreha betritt, spürt man die Wärme. Ein großer Kindertisch empfängt einen – »den habe ich von meinen Kindern mit hierhergebracht«, sagt Susann Entress. »Er soll symbolisieren, dass wir uns hier ganzheitlich den Dingen widmen.« Man könne einen Familienvater

**Name geändert*

So gerade ist der Weg selten: Oft braucht es mehrere Anläufe bis zu einer längeren Abstinenz.

Eine Therapie in der Tagesreha dauert im Schnitt zwischen 12 und 20 Wochen.

nicht therapieren, wenn man sich nicht auch seine familiären Verhältnisse ansehe, macht Entress deutlich.

»Es braucht in der Regel bis zu acht Anläufe, bis es zu einer längeren Abstinenz kommt«, weiß Barbara Gerstenmaier. Suchttherapie sei kein Managementsystem, auf unbedingte Effizienz getrimmt. »Ohne Druck kommt hier keiner her, aber wir wollen, dass der Patient auch Verantwortung übernimmt!«, sagt Gerstenmaier. Das muss der Patient ja auch, denn am Abend geht es immer wieder zurück in die gewohnte Umgebung. Ich würde gerne hören, dass diese Art der Therapie sich signifikant von einer stationären unterscheidet. Stimmt nicht, sagen die beiden, sie ist nur nicht für jeden geeignet. »Das versuchen wir im Vorwege zu klären, um dann für die Patienten das Richtige zu erarbeiten.«

Oskar ist wieder gegangen. Glücklich, gleich nächste Woche seine ersten Schritte tun zu können. Natürlich kommt noch Papierkram, aber die langen Wege von Pontius nach Pilatus kann er sich schenken. Es ist Abend geworden. Müde sind sie, die beiden Feuerwehrfrauen der Sucht. Viel Arbeit auf wenigen Schultern, viele Patienten, nicht alles, was notwendig und sinnvoll für nachhaltigen Therapieerfolg wäre, wird auch von den Kostenträgern refinanziert – das gleiche Spiel wie überall in der Suchthilfe. Aber stolz sind sie. »Es ist ein Kompliment für uns, wenn so jemand wie Oskar wieder den Weg zu uns findet. Dann haben wir vieles richtig gemacht.«

Wie ist das nun mit der Nachhaltigkeit? Ich merke: Mein Sisyphos-Bild war falsch. Ärger oder Enttäuschung sind eigentlich bei allen überhaupt kein Thema. Im Gegenteil: Therapie ist wie die Schritte auf einem Weg. Der ist nicht immer gerade und das wissen alle – Profis und Patienten. Auf dem Weg bleiben und ihn weitergehen, egal, ob man zwischendurch von ihm abkommt und im Straßengraben landet: Das ist Nachhaltigkeit in der Suchttherapie.

INTERVIEW

IST NUR DAUERHAFTE ABSTINENZ WIRKLICH NACHHALTIG?

DIPLOLM-PSYCHOLOGIN LILLY STAMATESCU HILFT IN DER SUCHTBERATUNGSSTELLE DER DIAKONIE IN FRIEDRICHSHAFEN MENSCHEN, NACH DER REHA WEITERHIN EIN SUCHTMITTELFREIES LEBEN ZU FÜHREN.

TEXT: MARTIN KUNZE

Frau Stamatescu, was ist aus Ihrer Sicht ein nachhaltiger Therapieerfolg?
Wenn jemand nach einer Therapie sagt, »ich weiß jetzt mehr über mich und die Zusammenhänge meiner Abhängigkeit« oder wenn es den Betroffenen möglich ist, neue Inputs, Gedanken und Strategien in den Alltag zu übernehmen, umzusetzen und beizubehalten, würde ich von einem nachhaltigen Therapieerfolg sprechen. Ich persönlich würde einen Therapieerfolg aber auch immer ganz individuell im Rahmen der jeweiligen Möglichkeiten sehen. Auch die Fähigkeit nach einem möglichen Rückfall wieder Hilfe anzunehmen und weiterhin Ziele und Perspektiven ohne das Suchtmittel zu sehen und anders damit umzugehen als man es eventuell vor einer Therapie getan hätte, zählen für mich zu einer erfolgreichen Therapie.

Welche Faktoren verbessern die Chance auf einen nachhaltigen Erfolg?
Die Teilnahme an Nachsorge und einer Selbsthilfegruppe, ein soziales Netz, eine zufriedenstellende Tagesstruktur mit Hobbies, beruflichen Tätigkeiten, sinnstiftende Aufgaben, sowie insgesamt ein ausgewogener Lebensstil verbessern die Chancen deutlich. Auch die »zufriedene Abstinenz« ist wichtig: Wie schaffe ich es, achtsam zu sein, ohne ständig auf der Hut sein zu müssen? Wie schaffe ich es, das Leben zu genießen, ohne »leichtsinnig« zu werden? Die gegenseitigen Erfahrungen, Anregungen und Rückmeldungen machen den Austausch in der Gruppe so wertvoll.

»Ticken« Männer da eigentlich anders als Frauen?
Das würde ich so pauschal nicht sagen wollen. Am ehesten würde mir noch auffallen, dass Frauen gesellschaftlich häufig eher zugesprochen wird, über Gefühle und Probleme zu reden und Männer dies manchmal nicht so gewöhnt sind. Da eröffnet ja aber die Therapie neue Möglichkeiten und Ansatzpunkte, sodass mir persönlich in der Nachsorge keine starken Unterschiede auffallen.

Herzlichen Dank für das Interview!

LILLY STAMATESCU IST DIPLOM-PSYCHOLOGIN UND BERATERIN IN DER SUCHTBERATUNGSSTELLE DER DIAKONIE IN FRIEDRICHSHAFEN.

» Tipp

Auch Angehörige können etwas für einen nachhaltigen Therapieerfolg tun: Sie können sich überlegen, wie man künftig in Anwesenheit des Anderen mit dem Suchtmittel, etwa Alkohol, umgehen möchte und gemeinsame Absprachen treffen. Aber auch: Mut zur Konfrontation haben, wenn einem etwas auffällt!

PORTRÄT

Text: Brigitte Stollenwerk und Willy Dörhöfer

»Gerettet sein gibt dem Retter Sinn«

DDR-Kind aus prekären Verhältnissen, Maurer, trockener Alkoholiker, nach der Berufsunfähigkeit hat er umgeschult. Heute kümmert sich Jürgen Jehring als Arbeitstherapeut in der Fachklinik Ringgenhof hingebungsvoll um seine Patienten. Was er ihnen dort mitgibt: Die Zuversicht, dass alles wieder gut werden kann. Das Porträt.

»Es fällt mir nicht schwer, abstinent zu leben, denn der Glaube an Gott ist mir eine große Hilfe« sagt Jürgen Jehring. Auch das Reden über das, was andere die »dunkle Seite seiner Biografie« nennen würden, fällt ihm nicht schwer. Denn vor allem geht es ihm darum, an seinem eigenen Beispiel zu zeigen, dass ein Weg aus der Sucht möglich ist. Und dass ein Leben ohne Suchtmittel ausgefüllt, sinnvoll und schön sein kann. Diese Erkenntnis strahlt er aus und gibt sie weiter.

Bis aus Jürgen Jehring der heutige »zufriedene Abstinenzler« wird, ist es ein weiter Weg. Aufgewachsen ist er in der ehemaligen DDR. An seine Kindheit hat er keine schönen Erinnerungen, wie er erzählt: Das Elternhaus kaputt, dafür sorgte der Alkohol. Die ersten drei Lebensjahre verbringt er in einem Kinderheim, ehe ihn seine Großmutter zu sich holt, die Verhältnisse bescheiden. »Mit 14 habe ich eine Ausbildung zum Maurer begonnen, da war es normal, dass zum Frühstück bereits Bier getrunken wird« erinnert sich Jürgen Jehring. »Mit 15 Jahren habe ich dann mitgetrunken und mit 16 Jahren zeigten sich erste Symptome einer Abhängigkeit.«

Als er 28 Jahre alt ist, hat Jehring – im Nachhinein betrachtet – zum ersten Mal richtig Glück im Leben: Durch Zufall kommt er in Kontakt mit Mitarbeitern vom »Blauen Kreuz«, einer Selbsthilfegruppe für alkoholkranke Menschen. »Für mich war klar, dass ich eine Therapie machen muss, um vom Alkohol weg zu kommen.« Das Problem: In der DDR gibt es damals nur sehr wenige Suchtkliniken mit gerademal zwölf Patientenplätzen pro Klinik – entsprechend lang sind die Wartezeiten und nicht jeder bekommt

»Ich bin dankbar dafür, auf dem Ringgenhof mit suchtkranken Männern arbeiten zu können«

einen Platz. Und nochmal hat Jehring Glück: Die Mitgliedschaft in der Selbsthilfegruppe verschafft ihm einen Bonus. Außerdem setzt sich sein damaliger Vorgesetzter sehr für ihn ein. So bekommt er letztlich doch einen Therapieplatz.

Die Therapie schlägt an, Jehring wird trocken. Die erste Zeit danach ist trotzdem hin und wieder von Selbstmitleid und Verlustgefühlen durchzogen. Das Alte loszulassen fällt nicht leicht: »Kein Stammtisch mehr ...« Die manchmal aufkommende Leere – denn zu konsumieren fordert ja viel Zeit und Kraft – füllt er mit seinen Hobbies: Volleyball, Radfahren und Schwimmen. Und er gibt sich ein neues Lebensmotto: »Abstinenz muss Spaß machen!«

Damals beginnt Jehring, seine Erfahrungen weiterzugeben. Mitglieder der Kirchengemeinde laden ihn zur aufsuchenden Hilfe ein, in der Folge motiviert er Suchtkranke zur Therapie, engagiert sich in Selbsthilfegruppen, führt Gespräche mit Angehörigen und lebt seine zufriedene Abstinenz vor. Über das »Blaue Kreuz« macht er später noch eine Ausbildung zum ehrenamtlichen Suchtkrankenhelfer. »Hier habe ich sehr gutes Handwerkszeug für meine weitere Arbeit in der Suchtkrankenhilfe erlernt«, sagt er heute. Jehring findet zum Glauben und zu sich – und zu einer neuen Lebensaufgabe. Viele Menschen haben sich von ihm zur zufriedenen Abstinenz einladen lassen, worüber er sich sehr freut: »Gerettet sein gibt dem Retter Sinn.«

Er nimmt auch seinen Beruf wieder auf, aber weil ihm die Arbeit als Maurer immer schwerer fällt und die ersten körperlichen Einschränkungen auftreten, entscheidet er sich für eine dreijährige Umschulung zum Arbeitstherapeuten in Wilhelmsdorf. Direkt nach dieser Ausbildung bekommt er die Chance, auf dem Ringgenhof zu arbeiten – bis heute, denn sein Beruf ist für ihn gleichzeitig Berufung.

»Ich bin dankbar dafür, auf dem Ringgenhof mit suchtkranken Männern arbeiten zu können«, sagt Jehring. Er ist sich sicher, dass er als ehemaliger Selbstbetroffener den Patienten vieles für die weitere Abstinenz mit auf den Weg geben und zeigen kann, dass ein Weg aus der Sucht möglich ist. Er weiß aber auch: Jeder Patient hat seinen individuellen Weg zur zufriedenen Abstinenz, ein Patentrezept gibt es nicht. Der nachhaltige Therapieerfolg hänge selbstverständlich von vielen individuellen Faktoren ab, sagt der Fachmann. »Wir unterstützen jeden auf seinem individuellen Weg.«

Das kostet Kraft. Woher er die nimmt? Er schöpft sie beim Wandern, beim Radfahren und natürlich im Urlaub. Auch das Pflegen persönlicher Beziehungen sei außerordentlich wichtig. Seine größte Kraftquelle ist aber eine andere: »Für mich ist die Grundlage für alles und die Mitte meines Lebens der christliche Glaube.«

DANKE *… für Ihre Hilfe.*

»Gut Holz«: Lotto-Regionaldirektor Frank Ackermann, Thomas Greitzke und Andreas Schmidt (v.l.n.r.) bei der Scheckübergabe. Herzlichen Dank!

17.355 EURO

GROSSZÜGIGE SPENDE DER GLÜCKSSPIRALE FÜR KEGELBAHN

Große Freude über eine großzügige Spende der Glücks-Spirale in Höhe von exakt 17.355,60 Euro zur Sanierung der Kegelbahn auf dem Ringgenhof: Lotto-Regionaldirektor Frank Ackermann überreichte unter großem Applaus den symbolischen großen Scheck an die Vertreter der Suchthilfe. Die über 50 Jahre alte Kegelbahn auf dem Klinikgelände wird von den Patienten rege genutzt und ist auch in das Therapieangebot eingebunden. »Das gemeinsame Spielen stärkt sowohl den Teamgeist als auch die Erfahrung, dass eine sinnvolle Freizeitgestaltung auch ohne Suchtmittel möglich ist«, betonte Thomas Greitzke, Therapeutischer Leiter des Ringgenhofs. Herzlichen Dank! ***MB***

1.000 EURO

PORSCHE-CLUB STUTTGART SPENDET FÜR TIERGESTÜTZTE THERAPIE

Der Porsche-Club Stuttgart e.V. unterstützt die tiergestützte Therapie an der Fachklinik Höchsten in Bad Saulgau mit einer Spende in Höhe von 1.000 Euro. »Ich finde das Projekt einfach toll und möchte eine kontinuierliche Unterstützung dafür gewährleisten – dafür werde ich mich weiter einsetzen und kräftig sammeln«, sagte die Porsche-Club-Geschäftsstellenleiterin Maicen Neu bei der Spendenübergabe. Deutschlandweit ist die Fachklinik Höchsten eine der wenigen, die tiergestützte Therapie anbietet. Für Futter, Pflege und vieles mehr sind pro Jahr rund 20.000 € nötig – eine Summe, die immer schwerer aufzubringen ist. Vielen Dank! ***NP***

1.428 EURO

FÖRDERKREIS FINANZIERT NÄHMASCHINEN FÜR DIE THERAPIE

Herzlichen Dank an den Förderkreis für zwei BERNINA Nähmaschinen, die von der Arbeitstherapie Batik – Buchbinderei und von Patientinnen in der Fachklinik Höchsten zur Freizeitgestaltung genutzt werden. Eigene kreative Arbeiten zu erschaffen stärkt den Selbstausdruck, schenkt Befriedigung und zaubert ein glückliches Lächeln ins Gesicht. Ebenso steigert das Gestalten von schönen Dingen durch die produktive Herausforderung das Selbstwertgefühl und gibt die Möglichkeit abzuschalten. Aus selbst hergestellten Batikstoffen können nun Umhängetaschen, Geldbeutel, Taschentücher-Täschchen und Allzwecktaschen gezaubert werden. Danke! ***MO***

FÖRDERKREIS SUCHTHILFE
DER ZIEGLERSCHEN E. V.

NUR GEMEINSAM SIND WIR STARK

KONTAKT:
Telefon: 07503 / 920165 (Anrufbeantworter)
E-Mail: foerderkreis-suchtkrankenhilfe@zieglersche.de
Internet: www.foerderkreis-suchtkrankenhilfe.de

SPENDENKONTO:
Förderkreis Suchthilfe der Zieglerschen
Kreissparkasse Ravensburg
IBAN DE34 6505 0110 0080 8044 46 | BIC SOLADE1RVB

Zwischenruf

EINE KOLUMNE VON MARTIN BAUMGARDT

Heute geht es im Ringboten um das Thema Nachhaltigkeit. Greta-inspiriert sollen aber nicht nur Bahntickets und Rinderpupse diskutiert, sondern eben auch aus der Sucht und Therapiesicht ein paar Dinge abgeklärt werden.

Mein Weg führte mich da in die Tagesreha nach Ulm. Ich wollte wissen, ob es nicht in Zeiten ständigen Personal- und Zeitmangels echt nervt, wenn Patienten zum x-ten Mal kommen ohne dass irgendetwas passiert. Ich habe aber sehr schnell gemerkt, dass meine Idee sehr unsozial und selbstgerecht ist. Nach 16 Jahren noch nicht rückfällig (klopf auf Holz), spürte ich sehr schnell die Arroganz meiner Gedanken.

Wir reden nicht über scheitern, sondern über neu versuchen. Wir reden über den Mut, wieder neu anzufangen, aufzustehen und wir reden über die Menschen, die professionell oder ehrenamtlich uns bei diesem Weg zur Seite stehen.

Wie überall in den sozialen Systemen, sind die Mittel knapp und das Personal dünn gesät. Vielleicht wäre es ja mal eine Idee, Steuermilliarden, die übrig sind, nicht in Teerform auf die Straße zu kippen, sondern es in Menschen zu investieren- Das System Suchthilfe wäre sehr dankbar dafür.

MARTIN BAUMGARDT, EHEMALIGER PATIENT, WIRFT HEUTE EINEN NACHDENKLICHEN BLICK AUF UNSER TITELTHEMA.

KOLUMNE

Pfarrer Gottfried Heinzmann

NACHHALTIG WERDEN

PFARRER GOTTFRIED HEINZMANN IST VORSTANDSVORSITZENDER DER ZIEGLERSCHEN

»Nachhaltig« scheint gerade in Mode zu sein. Das Wort taucht überall auf. Selbst da, wo man es nicht vermutet. Deutlich schwieriger ist es, von »nachhaltig« nicht nur zu reden, sondern so zu leben. In mir löst das eine seltsame Mischung an Gefühlen aus. Ich weiß, dass es so nicht weitergehen kann. Das schlechte Gewissen regt sich. Was hilft bei schlechtem Gewissen? Ich schaue auf andere: »So schlecht bin ich gar nicht.« Ich relativiere: »Was ich tun kann, ist doch nur gering«. Ich schiebe es auf die Umstände: »Da kann ich wenig ändern.« Doch die Scheinargumente helfen mir nicht weiter.

Es geht um Glaubwürdigkeit. Es geht darum, dass Glauben und Handeln, Reden und Tun nicht auseinanderfallen dürfen. »An ihren Früchten sollt ihr sie erkennen«, sagt Jesus in der Bergpredigt in Matthäus 7,16. Aus dem Glauben an Gott wächst Gutes. Gutes für die Welt, in der wir leben. Gutes für die Generationen, die nach uns kommen.

Wir wissen heute viel besser, welche Auswirkungen unser Lebensstil auf das Ökosystem hat und welches »Erbe« wir unseren Kindern und Enkeln hinterlassen. Wie »gute Früchte« im Sinne eines nachhaltigen Lebensstils aussehen können, dafür gibt es Anregungen in Hülle und Fülle. Manche habe ich schon umgesetzt. Andere will ich anpacken. Ich beginne mit dem, was mir leichter fällt, etwa Wasser sparen beim Duschen oder Einkaufen von regionalen und Bio-Lebensmitteln. Und wenn ich dann in Übung bin, kommt das nächste. Zum Beispiel habe ich mir vorgenommen, künftig mit einem Brotbeutel zum Bäcker zu gehen.

Das biblische Bild von einem nachhaltigen Glauben ermutigt mich dazu. Ein Mensch, der nachhaltig an Gott glaubt, ist wie ein Baum, der tief verwurzelt ist. Seine Kraft schöpft er aus der Beziehung zu Gott. Er wächst und gedeiht und bringt gute Früchte. Früchte, die die nachfolgenden Generationen genießen können.

Fragen an

LISA SCHILLING

Lisa Schilling ist Sozialarbeiterin und arbeitet als Bezugstherapeutin in der Tagesrehabilitation Ulm.

Was hat Sie dazu bewegt den Beruf zu wählen, den Sie heute ausüben?
Für mich war schon während meiner Schulzeit klar, dass ich einmal mit Menschen arbeiten möchte. Zum Beruf der Sozialarbeiterin bin ich rückblickend durch mehrere Personen gekommen, welche mich im Laufe meines Lebens geprägt haben. Eine entscheidende Rolle übernimmt der Vater meiner besten Freundin. Er war von ganzem Herzen Bewährungshelfer. Seine Art und Weise wie er über seine Arbeit berichtete, haben mich schon als Kind fasziniert und stark beeinflusst. Nach einem Schülerpraktikum in der Pflege und einem Langzeitpraktikum als Operationstechnische Assistentin wurde mir deutlich, dass es weniger der medizinisch-pflegerischen Bereich werden soll, sondern das Studium der Sozialen Arbeit.

Was bereitet Ihnen an Ihrer Arbeit am meisten Freude?
Bereichernd ist für mich die Arbeit in einem multiprofessionellen Team, da ich so die Gelegenheit erhalte, unsere Rehabilitanden von ganz verschiedenen Perspektiven betrachten zu können. Besonders gefällt mir aber, dass es tatsächlich nie langweilig wird. Meist weiß ich nicht, welche Anliegen mich erwarten werden, wenn ich zur Arbeit komme. Ich erlebe in meiner Arbeit mit den Betroffenen viel Erfüllung. Es ist schön einen Teil beitragen zu können, wenn Menschen den Mut fassen, etwas gegen ihren Leidensdruck zu unternehmen und sich auf ihre Therapie einlassen.

Was wünschen Sie sich für Ihre Arbeit in Zukunft ganz besonders?
Ich würde mir wünschen, dass die Thematik Sucht mehr in den Fokus der Öffentlichkeit rückt und nicht nur auf dem Papier als Erkrankung Anerkennung findet.

Mit welchem Menschen der Geschichte oder der Gegenwart möchten Sie einmal ein Gespräch führen?
Mit Astrid Lindgren

Was bringt Sie richtig auf die Palme?
Rassistische und entwertende Äußerungen.

Wofür würden Sie mitten in der Nacht aufstehen?
Für meine Tochter mache ich das aktuell sehr regelmäßig. Ansonsten wenn meine Familie oder Freunde mich brauchen.

Auf was könnten Sie in Ihrem Leben nicht verzichten?
Ich kann mir ein Leben ohne meine kleine Familie nicht mehr vorstellen. Genauso wichtig: Schokolade und Humor!

Was ist ihr Lieblingsessen?
Ich will mich da gar nicht so festlegen, da ich je nach Jahreszeit unterschiedliche vegetarische Gerichte bevorzuge. Ich esse aber das ganze Jahr über sehr gerne Süßspeisen.

Wenn Sie drei Wünsche frei hätten, welche wären es?
Ich würde mir weltweit Frieden wünschen und dass dadurch vor allem auch Kinder nicht weiter Terror, Angst, Gewalt und Armut ausgesetzt sind. Für meine Familie und alle meine Liebsten sowie für mich selbst wünsche ich mir Gesundheit.

Was bleibt?

Hildegard Arnold ist Vorsitzende der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Württemberg e.V.. Die Suchterkrankung ihres Mannes veränderte auch ihr Leben – eine Selbsthilfegruppe gab ihr Halt. Ein Bericht.

Schritte vor und zurück

ES WAR GAR NICHT LUSTIG damals und überhaupt nicht so, wie ich mir das mal vorgestellt hatte. Jung, verheiratet, ein Kind, das zweite war unterwegs – und mein Mann konnte ohne Alkohol nicht sein. An die Freude auf das zweite Kind knüpfte ich wieder meine Hoffnungen: wenn das Kind da ist, dann trinkt er nicht mehr. Ich hab's gehofft, er hat's versprochen! Geklappt hat es nicht!

ES FOLGTEN SCHRITTE vorwärts und wieder zurück – Umwege und Irrwege. Endlich konnte mein Mann seine Therapie antreten. Im Reisegepäck: Meine ganze gebündelte Hoffnung – jetzt musste es klappen!

Neue Wege

NATÜRLICH KÜMMERTE ICH mich darum, dass mein Mann eine Selbsthilfegruppe besuchen konnte – eine für »Menschen mit psychosomatischen Störungen«. Das war für mich leichter zu akzeptieren als die Tatsache, dass er Alkoholiker ist.

DIE VON MIR AUSGESUCHTE Gruppe war ganz zufällig ein Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe. Die Wege, die in dieser Gruppe aufgezeigt wurden, führten in eine neue Richtung, nicht mehr nur meinen Mann, jetzt auch mich.

Aus der Rolle fallen

UND ICH LERNTE und verstand, welche Rollen ich in diesem belasteten, dysfunktionalen System übernommen hatte. Ich lernte auch, dass ich aus der Rolle fallen, sie wechseln durfte. Ich durfte, konnte, musste mich entscheiden für eine, für meine neue Rolle.

UND ES GAB UND GIBT bei den Freundeskreisen viele »Tankstellen« die ich nutzen konnte – der Kraftstoff hat auch ausgereicht, das unwägbare Gelände um den Rückfall meines Mannes zu überwinden.

ES WAR GAR NICHT LUSTIG ... aber es hat sich gelohnt, den Weg konsequent zu gehen!

IMPRESSUM

DER RINGBOTE Das Magazin des Geschäftsbereiches Suchthilfe und des Förderkreises Suchthilfe der Zieglerschen e.V. April 2020, Nr. 1 Auflage: 3.300 Stück **HERAUSGEBER** Die Zieglerschen – Süd – gem. GmbH, Geschäftsbereich Suchthilfe, vertreten durch Andreas Schmidt, Geschäftsbereichsleiter Suchthilfe und der Förderkreis Suchthilfe der Zieglerschen e.V., vertreten durch Jürgen Ziegele, 1. Vorsitzender **ERSCHEINUNGSORT** Wilhelmsdorf **ERSCHEINUNGSWEISE** Dreimal pro Jahr. Der Ringbote ist die Zeitschrift für ehemalige und derzeitige Patientinnen und Patienten, Freunde, Förderer, Kunden und Mitarbeitende des Geschäftsbereiches Suchthilfe der Die Zieglerschen **REDAKTION** Rebekka Barth (verantw.) **AUTOREN DIESER AUSGABE** Hildegard Arnold, Rebekka Barth (RB), Martin Baumgardt, Sarah Benkißer (SB), Matthias Braitinger (MB), Willi Dörhöfer, Martin Kunze, Marion Oppold (MO), Nicola Philipp (NP), Annette Scherer (AS), Volkmar Schreier (VS), Brigitte Stollenwerk **BILDNACHWEISE** Titelfoto: rosabrille/Photocase Weitere Bilder: Katharina Stohr (S. 2, S. 10), privat (S. 3, S. 7, S. 14), Chalabala/iStock (S. 5), Rolf Schultes (S. 6), Willi Dörhöfer (S. 9), Romrodinka/iStock (S. 13), rdonar/iStock (S. 15), Sergeeva/iStock (S. 15), Ralph Hoppe/Adobe Stock (S. 15), Markus Thoenen/iStock (S. 15), Paul Schwarzl/Adobe Stock (S. 15), Peter Deuss (S. 16) **ANSCHRIFT DER REDAKTION** Die Zieglerschen – Süd – gem. GmbH Geschäftsbereich Suchthilfe Maria Keller Saalplatz 4 88271 Wilhelmsdorf Telefon (07503) 920-112 Telefax (07503) 920-117 E-Mail: keller.maria@zieglersche.de für alle Fragen zum Ringboten **GRAFISCHES KONZEPT, SATZ, REDAKTION, PRODUKTION** Agentur Nullzwei, Köln Redaktion: Volkmar Schreier Gestaltung: Michaela Fehlker **DRUCK** Druckerei Marquart GmbH

PERSONALIEN

NEUE MITGLIEDER

Willkommen! Wir begrüßen unser neues Mitglied im Förderkreis: Andreas Schmidt

TERMINE

ABEND DER BEGEGNUNG

Einladung Der Förderkreis lädt herzlich zum Abend der Begegnung am 19. Juni 2020 in die Fachkliniken Ringgenhof und Höchsten ein. Wer den Förderkreis dabei unterstützen möchte: Jürgen Ziegele freut sich über zahlreiche Rückmeldungen!

MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Förderkreis Die diesjährige Mitgliederversammlung des Förderkreises findet am 20. Juni 2020 um 9:00 Uhr in der Kirche am Siebenkreuzer Weg in Bad Saulgau statt.

JAHRESFESTE

Willkommen! Die Fachkliniken Ringgenhof und Höchsten laden am 20. Juni 2020 zu ihren Jahresfesten ein! Es erwarten Sie ein spannendes Programm und viel Zeit für Begegnung und Gespräche!

RALLIGEN-FREIZEIT 2020

Bitte vormerken Herzliche Einladung zur Ralligen-Freizeit 2020 vom 22. bis 27. September 2020. Wer teilnehmen will, kann sich bereits jetzt bei Anni Köser (koeser.anni@zieglersche.de) zur nächsten Freizeit anmelden!

DAS BESONDERE BILD

»Festen Boden unter den Füßen,
aber auch mit dem Himmel verbunden –
was hält mich?«

Bild: Peter Deuss