DER Ringbote

AUSGABE 2 | 2019

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

Titelthema: Schule ohne Sucht

INHALT

04 **THEMA** Reden wir drüber: Was Schule gegen Sucht tun kann

08 **PORTRÄT** Skater, Gitarrist, Mediziner: Alexander Gauder

10 **SPENDEN** Danke: Fahrräder machen Patienten gesünder

12 **IMPULS** Traust du dich? Pfarrer Gottfried Heinzmann über Mutproben

14 **WIR** Drei Wünsche: Fragen an Brigitte Stollenwerk, Fachklinik Ringgenhof

16 **PERSONALIEN** Willkommen und Abschied

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

der Spätsommer neigt sich dem Ende, sanft klopft die dritte Jahreszeit an unsere Türen, mit dem Herbst startet auch wieder ein neues Schuljahr. Doch halt: Schule? Suchthilfe? Wie passt das zusammen? Ganz einfach: In unserem Titelthema greifen wir das Thema Sucht und Suchtprävention an Schulen auf.

Wir alle wissen, wie subtil, einschneidend und tiefgreifend die Phase der Pubertät in aller Regel ist. Und wie immens hoch das Risiko ist, in dieser Phase der Suche, der Neuorientierung und dem tiefen Wunsch des Dazugehörens in Kontakt mit Suchtmitteln zu kommen. »Wenn es in der Schule wirklich um Bildung im Sinne einer ganzheitlichen Entwicklung gehen soll, gehören die Alltagsthemen, das, was junge Menschen bewegt, unerlässlich zum Bildungskanon dazu«, sagt Petra Paarmann, Bezugstherapeutin in der Fachklinik Ringgenhof im Interview auf Seite 7. Schule soll mehr sein als reine Wissensvermittlung, sondern genügend Raum geben für alles, was Kinder und Jugendliche bewegt. Und hier muss konsequent auch Präventionsarbeit geleistet werden. So wie es etwa David in dieser Ausgabe eindrücklich fordert. Aber lesen Sie selbst, was unsere Autorinnen und Autoren dazu in Erfahrung gebracht haben. Oder was sich hinter dem Kürzel ACT verbirgt und vieles mehr....

Nehmen Sie sich ausreichend Zeit für die Lektüre, für das Nachklingen des Gelesenen. Und genießen Sie den Herbst, der unsere Herzen erfahrungsgemäß mit wunderbaren Naturfarbspielen erfreut.

Ihr

Eberhard Gröh
Suchthilfe Geschäftsführer

Ihr

Jürgen Ziegele
Vorsitzender des Förderkreises

RIEDLEHRPFAD

EINE BANK IM RIED ALS ERINNERUNGSORT

Die Schreinerei Ringgenhof hat in Zusammenarbeit mit dem Naturschutzzentrum Wilhelmsdorf an den 2017 verstorbenen Hans Wetzel gedacht und eine Bank im Riedlehrpfad errichtet. Vor vielen Jahren hatte Hans Wetzel, von 1971 bis 2001 Leiter der Schreinerei Ringgenhof, bereits eine Bank für den Pfad gebaut. Die Bank am Weiher im Riedlehrpfad war nun leider in die Jahre gekommen und musste erneuert werden – was lag da näher, als ganz im Sinne von Hans Wetzel eine neue Bank zu errichten. Entworfen und gebaut wurde die Bank vom Zimmermann Gernot Gasser. ***WD***

JAHRESFESTE DER FACHKLINIKEN

BUNTE UND FRÖHLICHE FESTE DER BEGEGNUNG UND DES WIEDERSEHENS

Die Fachkliniken Ringgenhof und Höchsten haben wieder ihre Jahresfeste gefeiert. Mehrere hundert ehemalige Patientinnen und Patienten aus den unterschiedlichen Therapiejahrgängen waren mit ihren Angehörigen in die Fachkliniken gekommen. An beiden Veranstaltungsorten wartete ein buntes Programm auf die Besucher. Im Mittelpunkt stand jedoch das Wiedersehen: »Das Treffen mit den ehemaligen und jetzigen Patientinnen und Patienten ist jedes Mal von großer Bedeutung. So kann man erfahren, wie es Menschen gelingt, eine schwere Suchterkrankung zu bewältigen und wie sie sich weiterentwickelt haben«, sagt Jürgen Ziegele, Vorsitzender des Fördervereins. ***JZ***

Freudiges Wiedersehen: Reinhard Börner (2.v.l.) mit ehemaligen Patienten.

FACHKLINIK RINGGENHOF

ERFOLGREICH ALS »RAUCHFREIES KRANKENHAUS« REZERTIFIZIERT

Erneut hat die Fachklinik Ringgenhof das Silber-Zertifikat des »Deutschen Netzes Raucherfreier Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen (DNfRfK)« nach den Standards des »European Network for Smoke Free Hospitals« erhalten. Beratung und Tabakentwöhnung müssen Teil des Behandlungsprozesses sein. Außerdem wird das Rauchen in der Klinik weitestgehend eingeschränkt. ***RB***

FÖRDERKREIS

MITGLIEDERVERSAMMLUNG BESTÄTIGT VORSTANDSCHAFT

Die Mitglieder des Förderkreises haben bei ihrer jährlichen Mitgliederversammlung den Vorstand entlastet und die Vorstandsmitglieder für weitere vier Jahre in ihren Ämtern bestätigt. Jürgen Ziegele, erster Vorsitzender, bedankte sich im Namen des gesamten Vorstands für das Vertrauen. Das Protokoll der Mitgliederversammlung liegt dieser Ausgabe des Ringbotens bei. ***VS***

SCHULE OHNE SUCHT

Suchtprävention sollte frühestmöglich beginnen – schon in der Schule. Wie sieht das in den Zieglerschen aus?

Text: Anita Metzler-Mikuteit und Rebekka Barth

David*, heute 22 Jahre alt, kam zum ersten Mal mit Drogen in Kontakt, als er dreizehn war – über die Skater-Szene, der er damals angehörte, und in der viel gekifft wurde. Schon bald verging kein Tag ohne Cannabis-Konsum. In seiner Schule war Suchtprävention kein wirklich großes Thema.

Ein Thema, das ihn heute, nach Totalabsturz, Psychiatrie-Aufenthalt und Therapie in der Fachklinik Ringgenhof, umtreibt. Denn schon in der Schule hätte er Hilfe gebraucht, deutlicher auf die Gefahren von Drogen aufmerksam gemacht werden müssen. Aber: »Da passiert einfach viel zu wenig«, sagt er mit großer Überzeugung.

Und in den Zieglerschen? Für Alissa Slane, Schulsozialarbeiterin an der Leopoldschule des Hör-Sprachzentrums in Altshausen, ist Drogenprävention ein wichtiges Thema in ihrer täglichen Arbeit. Prävention, so berichtet sie, findet dabei sowohl im direkten Gespräch mit Schülerinnen und Schülern, als auch im Klassenverbund statt. »Mit einer 9. Klasse haben wir einen Ausflug auf den Ringgenhof gemacht, sozusagen als Prävention in der Suchtthematik.« Ein Angebot, das sie gerne noch ausbauen möchte, denn gerade in der Kooperation mit der Fachklinik Ringgenhof sieht sie viele Möglichkeiten. »Ich denke, die Chance mit Beteiligten zu sprechen und diese zu befragen, die Geschichten zu hören und ein Stück weit mit zu erleben, ist sehr wirkungsvoll. Und eben auch zu sehen, dass es Chancen gibt, mit der Erkrankung umzugehen und von vorne anzufangen, dass also nicht alles verloren ist, wenn man in eine Sucht gerät.«

Aber auch im persönlichen Gespräch mit Schülerinnen und Schülern versucht sie, Hilfestellung zu geben. »Einer kam bisher direkt bei mir an, einer so halb«, berichtet sie. Was sie dann tut, wenn Schüler ihr von Drogenkonsum erzählen? »Ich kläre natürlich über die Risiken auf, die damit verbunden sind, weise auch darauf hin, dass es Beratungsstellen gibt, und biete an, den Kontakt her zu stellen« sagt Alissa Slane. Dennoch: Ihre Einflussmöglichkeiten sind begrenzt. »Zwingen kann ich natürlich leider keinen.«

Es wird nicht mehr nur geraucht oder Cannabis konsumiert: Auch Smartphone und Spielkonsole haben Suchtpotenzial.

Offen über das Thema Suchtmittel reden, Aufklärung über Wirkung und Gefahren von Suchtmitteln betreiben, Gesprächsangebote machen, bei Bedarf Kontakte herstellen: Das sind die Möglichkeiten, die Experten wie Petra Paarmann sehen. Paarmann arbeitet als Bezugstherapeutin an der Fachklinik Ringgenhof. Gemeinsam mit Patienten der Fachklinik besucht sie Schulklassen. Die Patienten berichten in der Schule über ihre persönlichen Erfahrungen und beantworten Fragen. Und Dr. Christiana Berner, Bereichsleiterin für sozialraumorientierte Angebote in der Jugendhilfe der Zieglerschen, sagt: »Sucht hängt mit Suche zusammen, hat viele Gesichter und braucht individuelle Antworten, indem Erwachsene ihr Gesicht zeigen.«

In der Schule am Martinshaus Kleintobel, berichtet Thomas Frick, ist bisher vor allem das Rauchen ein Thema. Frick war bis zum Sommer Schulleiter dort und ist nun im Ruhestand. »Wir haben ein Nichtraucherprogramm, bei dem die Jugendlichen mit ihrer Unterschrift den Status Nichtraucher bestätigen müssen. Belohnung sind Gutscheine z.B. für einen Drogeriemarkt oder auch einen Elektronikshop.« Das Programm, das Frick über zehn Jahre geleitet hat, funktioniert hier gut, wie er sagt: »Mittlerweile sind es nur noch einzelne Jugendliche, die sich hinter die Turnhalle verdrücken, um sich dem Rauchen zu widmen.« Klar brächten die »Raucher« auch mal andere Suchtmittel mit, aber: »Das größere Problem ist aktuell die Spielesucht am PC oder an der Playstation.«

Und David? Der hat seine Therapie am Ringgenhof mittlerweile beendet. Längst gibt es Zukunftspläne, die ihn optimistisch stimmen. Einen Schulplatz hat er bereits, dort wird er das Abitur nachholen. »Und am liebsten würde ich Psychologie studieren«, so David. Wer weiß, vielleicht wird er später an Schulen gehen und Drogenpräventions-Arbeit betreiben. »Für irgendwas war es vielleicht gut, dass ich diese schlimmen Zeiten erlebt hab«, sagt er mit einem vorsichtigen Lächeln.

**Name geändert*

INTERVIEW

WARUM GREIFEN JUGENDLICHE ZU DROGEN?

PETRA PAARMANN GEHT GEMEINSAM MIT PATIENTEN IM RAHMEN DES PRÄVENTIONSUNTERRICHTS IN SCHULKLASSEN UND KLÄRT ÜBER SUCHTMITTEL AUF. ***TEXT: REBEKKA BARTH***

Frau Paarmann, Sie machen Suchtprävention an Schulen. Wie sieht das konkret aus? Wie kommen Sie an die Schulen?
Seit ein paar Jahren bekommen wir immer wieder Anfragen, ob wir für zwei Unterrichtstunden in eine Klasse kommen könnten. Ich frage dann derzeitige Patienten, ob sie sich so einen Besuch vorstellen können. Die Patienten berichten dann über ihre persönlichen Erfahrungen und beantworten Fragen der Schüler.

Viele Jugendliche kommen früher oder später in Kontakt mit Suchtmitteln – was steckt da dahinter?
Es gibt eine Vielzahl von Faktoren, die Jugendliche zu Suchtmitteln greifen lassen. Zunächst spielt der gesellschaftliche Umgang, aber auch der soziale Kontext von Familie, Cliquen, verschiedenen Milieus eine große Rolle. Daneben gibt es diese altersspezifische Lust und Neugier, etwas auszuprobieren, sich erwachsener, autonomer zu fühlen. Bei vielen Jugendlichen findet sich aber auch schon eine Ansammlung psychosozialer Probleme wie die Trennung der Eltern, Gewalterfahrungen oder eine Migrationsproblematik, was dazu führt, dass der Konsum von betäubenden oder stimulierenden Mitteln eine subjektiv positive Wirkung entfaltet. Man kann vergessen, sich betäuben, sich großartig und leistungsstark fühlen.

Was können Lehrer und Eltern dafür tun, Jugendliche beim Nein zu Suchtmitteln zu bestärken?
Ich denke, dass Aufklärung und offene Gespräche hilfreich sein können. Es grassiert viel Halbwissen, beispielsweise über die Ungefährlichkeit des Cannabiskonsums. Wichtig finde ich auch, dass die Wirkung der Drogen nicht einfach verdammt wird: Wenn sie keine subjektiv positiven Wirkungen hätten, würden ja nicht so viele Menschen darauf zurückgreifen. Es kommt darauf an, genauer hinzusehen: Was steckt hinter dem Wunsch nach Betäubung? Drogenmissbrauch ist ein Signal, was möglichst gedeutet und beachtet werden sollte.

Herzlichen Dank für das Gespräch!

PETRA PAARMANN IST SOZIALPÄDAGOGIN UND ARBEITET ALS BEZUGSTHERAPEUTIN IN DER FACHKLINIK RINGGENHOF.

» Tipp

Es ist wichtig, offen über den Konsum von Suchtmitteln zu sprechen. Tabuisierung oder eine Verbotshaltung reichen nicht aus. Wer Hilfe benötigt: Es gibt inzwischen eine Vielzahl professioneller Hilfsangebote, von der Onlineberatung über Beratungsstellen bis zu Entgiftungen und stationären Therapieangeboten.

PORTRÄT

Text: Annette Scherer

»Wer dem Glück hinterherrennt, läuft daran vorbei«

Mit 12 will er eigentlich Rockstar werden. Doch beim Zivildienst entdeckt er eine zweite Liebe – die zur Medizin. Heute, 40 Jahre später, ist Dr. med. Alexander Gauder in den Zieglerschen neuer Chefarzt der Fachklinik Ringgenhof und kommissarisch auf dem Höchsten. Zu den Leidenschaften seines Lebens ist eine dritte gekommen: die Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT). Das Porträt.

Nein, ein Musterschüler war Alexander Gauder nie. So lag es auf der Hand, dass er mit zwölf am liebsten Rockgitarrist geworden wäre. Aber wie das Leben manchmal so spielt: Vor der vermeintlichen Bühnenkarriere zieht der sympathische Ravensburger dann doch erst das Abi durch. Und anschließend den Zivildienst im Pflegebereich eines Krankenhauses. Diese Zeit, an die er auch heute noch gerne denkt, läutet eine erste Wende in seinem Leben ein.

»Da ging's los mit meiner Liebe zur Medizin«, erinnert sich der heute 52-Jährige. »Ich habe entdeckt, dass es mir Freude macht, anderen zu helfen.« Er beschließt, eine Ausbildung als Krankenpfleger zu machen und sich um einen Studienplatz für Medizin zu bewerben. Er hat Glück und kann noch im gleichen Jahr sein Medizinstudium beginnen. 1995 schließt er es erfolgreich ab.

In den folgenden Jahren arbeitet Gauder als Assistenzarzt in der Lungenheilkunde, Kardiologie, Psychiatrie und Neurologie und erhält 2004 seine Anerkennung als Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie – der Fachbereich, in dem er auch schon seine Dissertation geschrieben hatte. Später folgen Zusatzausbildungen in Sucht- und Sozialmedizin. Danach ist er in verschiedenen Kliniken in Leitungsfunktionen tätig – zuletzt als Oberarzt im Maßregelvollzug im ZfP Südwürttemberg Bad Schussenried.

Eine zweite Wende nimmt sein Leben 2012. Vielleicht die größte – zumindest im beruflichen Bereich. Er entdeckt die Akzeptanz- und Commitment-Therapie, kurz: ACT. Dank eines im Internet angebotenen und auf 99 Cent reduzierten Selbsthilfebuches mit dem Titel: »Wer dem Glück hinterherrennt, läuft daran vorbei«. »Dieses Buch hat mich so

»Ich könnte das nicht als Therapeut vermitteln, wenn ich es nicht selber leben würde.«

fasziniert, dass ich es gleich mehrfach gelesen und mich mit dem Thema weiter beschäftigt habe«, sagt er. Heute kennt er den Autor des Buches Russ Harris persönlich.

Hinter ACT verbirgt sich eine streng wissenschaftlich basierte, moderne kognitive Verhaltenstherapie, die auf Achtsamkeit, Werteorientierung und Engagement aufbaut. Ihr Ziel ist nicht Symptomkontrolle, sondern psychische Flexibilität. Im Kern geht es darum, unangenehme Gefühle und Gedanken nicht als schädlich anzusehen und nicht davor wegzulaufen. »Ich vermittele durch vielfältige psychotherapeutische Techniken, Gefühle bereitwillig anzunehmen. Denn auch wenn sie unangenehm sind, sind sie nicht schädlich, obgleich unser Verstand dies behauptet«, so Dr. Gauder. Wer diesen Kampf aufgebe, habe Ressourcen frei, um sich dem zuzuwenden, was ihm von Herzen wichtig sei. Auch Dr. Gauder praktiziert den Ansatz von ACT sowohl beruflich als auch privat. »Ich könnte das nicht als Therapeut vermitteln, wenn ich es nicht selber leben würde.«

Seit 1. Februar 2019 ist Alexander Gauder neuer Chefarzt der Suchtfachklinik Ringgenhof und momentan auch kommissarisch auf dem Höchsten. In den Zieglerschen ist die Freude über den Neuzugang groß. Für Eberhard Gröh, Geschäftsführer der Suchthilfe, ist Gauders Verpflichtung sein »berufliches Highlight in 2018«. Und Thomas Greitzke, Therapeutischer Leiter in der Fachklinik Ringgenhof, nennt ihn einen »richtig netten Kollegen, mit dem es Spaß macht, zusammenzuarbeiten«.

Gauder selbst beeindruckt durch seine ruhige, freundliche und besonnene Art. Antworten formuliert er sorgfältig. »Ich lasse mich viel von meinen Werten leiten, möchte sanft, geduldig, hilfreich und respektvoll sein und nicht nur mir, sondern allen anderen Gelegenheit geben, sich weiterzuentwickeln«, sagt er.

In seiner Freizeit liest er ACT-Bücher, fährt Skateboard oder geht mit Hündin Emma joggen. Er liebt Kässpätzle, Dampfnudeln, italienisches Eis, einen respektvollen Umgang miteinander und Zeit mit seiner Familie. Auch seine alte Liebe, die E-Gitarre, ist ihm geblieben. Wenn er Zeit hat, spielt der Beinahe-Rockstar auch heute noch gerne auf diesem Instrument. Nicht auf großer Bühne und vor einer tobenden Menge, sondern einen Blues nur für sich. Weil’s einfach Spaß macht – immer noch.

DANKE *… für Ihre Hilfe.*

Kleidung, Hygieneartikel, Handtücher: Wenn Patienten ohne finanzielle Mittel in die Klinik kommen, hilft das Geld der Sammlung für Patienten in Not. Herzlichen Dank!

822 EURO

FÖRDERKREIS SAMMELT FÜR PATIENTEN IN NOT

Beim Jahresfest der Fachklinik Ringgenhof hat der Förderkreis einmal mehr für Patienten in Not gesammelt. Insgesamt 822 Euro – 200 Euro mehr als im Vorjahr – sind bei der Sammlung zusammengekommen. Mit dem Geld werden Patientinnen und Patienten, die keinerlei finanziellen Mittel mehr haben, aber denen trotzdem eine Therapie bewilligt wurde, schnell und unbürokratisch unterstützt. Es werden Kleidung, Hygieneartikel, Handtücher, und ähnliches finanziert, um zumindest aus materieller Sicht einen guten Start in die Reha zu ermöglichen. Jürgen Ziegele bedankt sich im Namen des Förderkreises bei allen Spenderinnen und Spendern! ***JZ***

4.719,75 EURO

FÖRDERKREIS FINANZIERT WEITERE FAHRRÄDER FÜR DEN RINGGENHOF

Sieben neue Fahrräder konnten mit der finanziellen Unterstützung des Förderkreises für die Fachklinik Ringgenhof angeschafft werden. Die neuen Fahrräder ergänzen nun den Fuhrpark der Fachklinik. Die Drahtesel werden in der Fachklinik ganz vielfältig genutzt: Gerne unternehmen die Patienten gemeinsame und begleitete Radtouren in ihrer Freizeit und erkunden die Gegend um Wilhelmsdorf herum. Die Räder sind aber auch Teil der Suchttherapie. Einzelnen Patienten wird das Radfahren während ihres Aufenthaltes in der Fachklinik Ringgenhof ganz gezielt zur Förderung und Wiederherstellung ihrer Gesundheit verordnet. Vielen Dank! ***RB***

25.803 EURO

LUIGI UND OSKAR: VOLKSBANK SPENDET ZWEI ALPAKA-BABYS

Dank einer Spende der Volksbank Bad Saulgau hat die tiergestützte Therapie der Fachklinik Höchsten Zuwachs bekommen. Die beiden Baby-Alpakas heißen Luigi und Oskar und verdanken ihre Namen rund 700 Kindern aus Bad Saulgau und Umgebung. 14 Kindergärten reichten Vorschläge ein, Luigi und Oskar machten schließlich das Rennen. Die Kinder waren auch zur Taufe und zur Müsli-Fütterung der Tiere in die Fachklinik Höchsten eingeladen. Stefanie Maier, Therapeutische Leiterin der Fachklinik dankte der Volksbank und allen Unterstützern ganz herzlich. Insgesamt gingen bereits 25.803 € für die tiergestützte Therapie ein. Danke! ***AS/AMM***

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

Unsere Kinder sind aufgewacht! Aus einer scheinbar politisch desinteressierten, Smartphone-süchtigen Ansammlung von ich-bezogenen Kids wird plötzlich eine aktive Community unter einer verbindenden Fahne: Fridays for Future. Nach dem reflexartigen Gequake aus den unterschiedlichsten Lagern kommt nun auch bei den Erwachsenen an: Unsere Kinder verlangen von uns endlich ein konsequentes Handeln, kurz: ein klares Bekenntnis zum zukünftigen Leben auf dieser Erde.

Respekt vor der Umwelt und Respekt vor dem Leben – aber so ein klein wenig könnten die jungen Aktivisten auch noch mal vor der eigenen Tür kehren. Ich meine nicht den Bringdienst der Eltern, wenn es morgens mal wieder etwas knapp wird. Das wäre spießig! Nein, ich würde mir den Respekt auch an anderer Stelle wünschen. Respekt vor dem Anderssein des Anderen, Respekt vor den anders Aussehenden und Handelnden. Und Respekt vor den Lehrern.

Nicht für die Schule, für das Leben wird gelernt. Und der Ort ist die Schule – hier haben alle ihre Berechtigung und Platz. Wenn uns die Community Schule als Gemeinschaft die Hölle heiß macht, dann müssen wir uns um die Zukunft unserer Kinder keine Sorgen mehr machen. Denn wir müssen uns jetzt bewegen, und zwar zackig!

MARTIN BAUMGARDT, EHEMALIGER PATIENT, BELEUCHTET UNSER TITELTHEMA VON EINER ÜBERRASCHENDEN SEITE.

KOLUMNE

Pfarrer Gottfried Heinzmann

TRAUST DU DICH?

PFARRER GOTTFRIED HEINZMANN IST FACHLICH-THEOLOGISCHER VORSTAND DER ZIEGLERSCHEN

Mit dieser Frage fangen Mutproben an. Die meisten Kinder und Jugendlichen kennen diese Frage in immer neuen Varianten. Doch – was ist mutig bei solchen Mutproben? Ist es mutig, einen Regenwurm zu essen? Ist es mutig, auf der Autobahn herumzurennen? Ist es mutig, sich bei lebensgefährlichen Aktionen filmen zu lassen und das Ganze auf YouTube hochzuladen?

Keine Frage: Kinder und Jugendliche brauchen Mut. Mut, um Grenzen zu überwinden und Neues zu entdecken. Mut, um sich selbst zu erproben und über den eigenen Schatten zu springen. Doch sie brauchen auch Mut, Nein zu sagen. Nicht das tun, was die anderen erwarten. Dem Gruppenzwang zu widerstehen und zu sich selbst zu stehen. Wirklich mutig zu sein, das lerne ich nicht durch Mutproben. Wenn ich mutig durchs Leben gehen will, muss ich ermutigt werden. Ermutigt werden durch Menschen, die mit mir gehen und zu mir stehen. Ermutigt werden durch Gott.

In der Bibel wird von Josua erzählt. Er stand vor großen Herausforderungen. Er sollte nach dem Tod von Mose das Volk Israel führen. Aus der Wüste heraus in das verheißene Land. Dreimal ermutigt Gott Josua: »Sei mutig und entschlossen! Hab keine Angst und lass dich durch nichts erschrecken!« Die Begründung dafür: »Denn ich, der Herr, dein Gott, bin bei dir, wohin du auch gehst!« (vgl. Josua 1, 9).

Kinder und Jugendliche müssen ermutigt werden, damit sie Grenzen überschreiten und Neues wagen können. Sie müssen ermutigt werden, Nein zu sagen zu dem, was das Leben zerstören könnte. Kinder und Jugendliche müssen, sollen, dürfen ermutigt werden. Was für eine schöne Aufgabe! Gott macht es uns vor. Mach mit! Traust du dich?

Fragen an

BRIGITTE STOLLENWERK

Brigitte Stollenwerk ist Sozialarbeiterin und arbeitet seit September 2013 in der Sozialberatung der Fachklinik Ringgenhof.

Was hat Sie dazu bewegt den Beruf zu wählen, den Sie heute ausüben?
Der Beruf, den ich heute ausübe, ist bereits mein dritter. Für mich gab es in jeder Lebensphase den jeweils optimalen Beruf, der mich zu seiner Zeit erfüllt(e). Ich habe erst mit 48 Jahren begonnen, soziale Arbeit zu studieren. Eigentlich zunächst aus Interesse am Thema – der Beruf der Sozialarbeiterin bietet viele Möglichkeiten – inzwischen bin ich aber davon überzeugt, den idealen Beruf für meine jetzige Lebensphase gefunden zu haben.

Was bereitet Ihnen an Ihrer Arbeit am meisten Freude?
Der tägliche Umgang mit Menschen und die Möglichkeit, mein Wissen zu ihrem Wohl einsetzen zu können. Auch macht es mir Spaß, zu kniffligen rechtlichen Fragen zu recherchieren und die Anliegen der Patienten zu Papier zu bringen in Form eines Antrags, Widerspruchs etc. Allerdings ist der Grundgedanke der sozialen Arbeit »Hilfe zur Selbsthilfe« und ich unterstütze die Patienten immer zunächst dabei, sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten selbst um ihre Angelegenheiten zu kümmern. Es ist natürlich für die Patienten und für mich sehr erfreulich zu erleben, dass wir mit unserem gemeinsamen Engagement viel erreichen können.

Was wünschen Sie sich für Ihre Arbeit in Zukunft ganz besonders?
Dass mir der Spaß und das Interesse daran erhalten bleiben. Ich möchte gerne auch weiterhin mein Puzzleteil zur Genesung unserer Patienten beitragen.

Mit welchem Menschen der Geschichte oder der Gegenwart möchten Sie einmal ein Gespräch führen?
Mit Margot Käßmann.

Was bringt Sie richtig auf die Palme?
Ungerechtigkeit, egal von welcher Seite.

Wofür würden Sie mitten in der Nacht aufstehen?
Für meine Familie und für meine Freunde. Früher bin ich natürlich für meine Kinder aufgestanden und jahrelang auch für meine Pferde, wenn das notwendig war. Die Kinder sind erwachsen und Pferde habe ich keine mehr, sodass ich inzwischen meistens ungestört schlafen kann.

Auf was könnten Sie in Ihrem Leben nicht verzichten?
Auf meine Familie, gute Freunde, Bücher, Musik, die Natur und Sonnenlicht.

Was ist ihr Lieblingsessen?
Ich bin da nicht so richtig festgelegt. Allerdings würde ich für gute spanische Tapas alles Andere liegenlassen...

Wenn Sie drei Wünsche frei hätten, welche wären es?
»Alle Wünsche werden klein, gegen den gesund zu sein« – so haben wir es früher schon in die Poesiealben geschrieben. Leider musste ich in den letzten Jahren die Erfahrung machen, dass Gesundheit nicht selbstverständlich ist. Neben diesem für mich mittlerweile wichtigsten Wunsch finde ich es erstrebenswert, dass alle Menschen auf der Welt Zugang zu sauberem Wasser, guten Nahrungsmitteln und Bildung haben – und in Frieden leben können.

Was bleibt?

Niki G., ist ehemalige Patientin der Fachklinik Höchsten. Zum Ende ihrer Therapie schrieb sie einen bemerkenswerten Bericht, den wir hier in Auszügen abdrucken.

Unerfüllbare Erwartungen

ICH WUSSTE NICHT, ob es besser wird, wenn es anders wird. Ich wusste aber, dass es anders werden muss, damit es anders werden kann.

ICH HATTE ANGST, die Erwartungen anderer nicht erfüllen zu können, weil ich meine eigenen auch nie erfüllen konnte. Die Erfahrungen in meinem Leben waren dafür gut, um herauszufinden, was ich nie wieder machen will. Ich habe hier gelernt, Dinge zu akzeptieren.

ICH HABE AUFGEHÖRT, über Dinge zu stolpern, die hinter mir liegen, und ich werde gegen alles im Leben kämpfen, aber nie wieder gegen meine Gefühle.

Konsumgrenze unbekannt

DAS PROBLEM mit der Sucht ist, dass ich mir oft genug selbst gesagt habe, dass ich kein Problem hab. Da war es schon so weit. Konsumgrenze unbekannt, irgendwas zwischen viel und zu viel.

DER SCHWERSTE GEGNER war mein Kopf. Wie sollte ich denn erklären, was ich selber nicht verstehe? Plötzlich war es keine Phase mehr, sondern mein Leben.

Nie aufgeben

ICH LASS DIE ANGST nie wieder meine Zukunft bestimmen. Ich war mittlerweile schon so gut im Verdrängen, dass ich es selbst schon nicht mehr mitbekommen habe. Echtes Glück fühlt sich anders an.

ETWAS IN SEINEM LEBEN zu hinterlassen, bedeutet nicht, dass man es einfach vergisst. Es bedeutet, dass man akzeptiert, was passiert ist und weiter kämpft.

WAS ICH EUCH noch mitgeben möchte, ist, dass ihr nie aufgeben solltet. Egal, was kommt. Ich will mich bei allen nochmals bedanken, besonders bei meiner Gruppe und bei meiner Therapeutin.

IMPRESSUM

DER RINGBOTE Das Magazin des Geschäftsbereiches Suchthilfe und des Förderkreises Suchthilfe der Zieglerschen e.V. September 2019, Nr. 2 Auflage: 2.900 Stück **HERAUSGEBER** Die Zieglerschen – Süd – gem. GmbH, Geschäftsbereich Suchthilfe, vertreten durch Eberhard Gröh, Geschäftsführer, Geschäftsbereichsleitung 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** Anita Metzler-Mikuteit, Rebekka Barth (RB), Martin Baumgardt, Willi Dörhöfer, Eberhard Gröh, Petra Hennicke (PH), Annette Scherer (AS), Volkmar Schreier (VS), Jürgen Ziegele (JZ) **BILDNACHWEISE** Titelfoto: Katharina Stohr Weitere Bilder: Katharina Stohr (S. 2, S. 6, S. 15), privat (S. 3, S. 14), Annette Scherer (S. 3, S. 9, S.15, S.16), Willi Dörhöfer (S. 3), Armin Staudt/Photocase (S. 5), Stefanie Haase (S. 7), istockphoto/IBushuey (S.10), Jehle+Will (S.13), silviarita/pixabay (S.15) **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 unsere neuen Mitglieder im Förderkreis: Thomas Löschinger, Georg Pollich, Dr. med. Alexander Gauder, Corinna Kowalewsky, Raphaela Rothbauer, Manfred Graf, Norbert Eder, Thomas Vögele, Wolfgang Wollny, Christine Bachlberger, Marc Jens Vosseler, Oskar Klotz, Winfried Nagl, Anna Gommel, Doris Loser

GRÖH VERLÄSST SUCHTHILFE

Abschied! Nach sieben Jahren wird Eberhard Gröh, Geschäftsführer des Geschäftsbereiches Suchthilfe, eine neue berufliche Herausforderung annehmen und die Zieglerschen zum 01.11.2019 verlassen. Gröh wird zweiter Geschäftsführer für den kaufmännischen Bereich eines international agierenden familiengeführten Unternehmens im Bereich der Prüftechnik für die Automobilzulieferungsindustrie. Wir bedauern seinen Weggang sehr und wünschen ihm für die Zukunft nur das Beste. ***RB***

TERMINE

JAHRESFEST 2020

Ankündigung I Viele haben schon danach gefragt, um ihre Terminplanung für das kommende Jahr vollständig machen zu können: Das Jahresfest 2020 findet am 20. Juni 2020 statt!

MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Ankündigung II Das Protokoll der diesjährigen Mitgliederversammlung liegt diesem Heft als Einleger bei. Die nächste Mitgliederversammlung findet voraussichtlich am 20. Juni 2020 statt.

DAS BESONDERE BILD

»Jeder von uns hat einen bestimmten Rahmen. In der Gesellschaft, in unseren sozialen Kontakten, in und mit unserem Körper. Mancher Rahmen ist gebrochen, zu klein geworden, oder zu groß, und muss neu gezimmert werden.«

Peter Deuss