

DER



Ringbote

AUSGABE 2 | 2022

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



Die Zieglerschen 

Titelthema: Bilder gegen die Sucht



INHALT

- 04 THEMA** Bilder gegen die Sucht
- 08 PORTRÄT** Einmal Berlin und zurück: Dr. Stefan Schaffitzel
- 10 SPENDEN** Danke: Abhilfe bei Hitze und Wissensdurst
- 12 IMPULS** Mut für morgen – Pfarrer Gottfried Heinzmann über Gott, Mut und Zuversicht
- 14 WIR** Tickende Uhren und Klangkonzerte: Fragen an Ann-Kathrin Hack, Tagesreha Ulm
- 16 DAS BESONDERE BILD** Hennig, Therapiehund

**LIEBE LESERIN,
LIEBER LESER,**



ein wunderbarer Sommer liegt hinter uns: Tolles Wetter, viele warme, gar oftmals zu heiße Tage, die uns eher in die Eisdielen, ins Freibad oder an den nächsten Badesee gezogen haben, als an unsere Arbeitsstellen. Nicht zu vergessen die vielen lauen Sommerabende, die uns diese nun vergangene Jahreszeit beschert hat! Wäre es nicht toll, die ganzen damit verbundenen positiven Gefühle mit in den kommenden Herbst und hoffentlich nicht zu strengen Winter mitnehmen und, wenn wir mal nicht so gut gelaunt sind, wieder einfach hervorholen zu können?

Die gute Nachricht: Das funktioniert! Evelin Grünvogel, Bezugstherapeutin am Ringgenhof, hat genau darüber im Rahmen ihrer Masterarbeit geforscht. Sie hat sich dazu eines einfachen, mittlerweile praktischerweise für uns alle verfügbaren Werkzeugs bedient: Die Kamera unserer Smartphones. Wie uns Bilder und die mit diesen verbundenen positiven Gefühle stärken können und wir uns damit für schlechtere Tage wappnen können lesen Sie in unserem Titelthema!

Nehmen Sie sich also den Ringboten, suchen Sie sich ein schönes Plätzchen in der Herbstsonne und lassen Sie sich nochmals wärmen. Und: Machen Sie viele Bilder mit dem Smartphone!

Eine gesegnete Zeit wünschen Ihnen

Ihr

Andreas Schmidt
Geschäftsführer Suchthilfe

Ihre

Sabine Lorber
Stellvertretende Vorsitzende des Förderkreises



SUCHTHILFE ZUKUNFTSPROZESS GESTARTET

Aufgrund struktureller Unterfinanzierung, verschärft durch eine coronabedingte Minderbelegung, ist unter den derzeitigen Bedingungen für den Geschäftsbereich ein auskömmlich wirtschaftliches Handeln nicht möglich. Aktuell wird eine Zusammenlegung der Fachkliniken Ringenhof und Höchsten mit Anbau am Standort Bad Saulgau erwogen. Nach ersten Schätzungen könnte eine Zusammenlegung der Kliniken in einem Planungshorizont von bis zu fünf Jahren erfolgen. Durch die Standortverlegung sind jedoch keine betriebsbedingten Kündigungen zu erwarten. *SW*

TAGESREHABILITATION ULM

DER UMZUG IST GESCHAFFT: GELUNGENER NEUSTART IN DER EINSTEINSTRASSE

Seit dem 1. Juni ist es geschafft: Die Tagesrehabilitation Ulm der Suchthilfe der Zieglerschen hat ihre neuen Räumlichkeiten in der Einsteinstraße 59 in Ulm bezogen. »Wir freuen uns, dass wir nach längerer Suche in zentraler Lage so großzügige, helle und moderne Räumlichkeiten gefunden haben, in denen unsere Patientinnen und Patienten für sich Wege aus der Sucht finden und sich wohl fühlen können«, erklärt Andreas Schmidt, Geschäftsführer in der Suchthilfe. Auch Chefarzt Dr. Benjamin Schackmann und Susann Entress, Therapeutische Leitung der Tagesrehabilitation Ulm, freuen sich darüber, dass der Umzug gut über die Bühne gegangen ist und sie ihre Arbeit am neuen Standort nahtlos weiterführen können. *AS*



Susann Entress (links) und Dr. Benjamin Schackmann: Freude über den Neustart.

NEUE THERAPIEFORMEN

FAST 350.000 EURO FÖRDERUNG FÜR THERAPIEDIGITALISIERUNG

Eine Suchttherapie auch dann starten oder fortsetzen zu können, wenn therapeutische Präsenzangebote nicht oder nur eingeschränkt möglich sind: Das ist das Ziel eines Digitalisierungsprojekts der Tagesrehabilitation Ulm. Das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg, der Europäische Sozialfonds Baden-Württemberg und die Europäische Union fördern nun dieses Projekt. *AS*

KUNST.KULTUR.KAPELLE

CORONABEDINGT IN KLEINEM RAHMEN AUF DEM HÖCHSTEN

Coronabedingt in kleinerem Rahmen und erstmals im Sommer fand im Juli die beliebte Veranstaltung »Kunst.Kultur.Kapelle« statt. Rund 80 Gäste, Stifter, Spender und Ehrenamtliche, genossen in der Kapelle auf dem Höchsten anstatt in Bad Saulgau den Gesang des Ravensburger Vokalensembles diapasón. Tosender Beifall war ein klares Zeichen – diese Sommerausgabe war ein voller Erfolg. *PH*

BILDER GEGEN DIE SUCHT

Schöne Bilder machen und einfach drüber reden? Ein simpler Ansatz kann tatsächlich viel Positives bewirken.

TEXT: VOLKMAR SCHREIER

Als Jonas Renner seine Therapie am Ringgenhof beginnt, staunt er nicht schlecht: Ob er nicht Teil eines Projekts sein wolle? Dazu müsse er nur jeden Tag mit seinem Smartphone ein Bild machen, das bei ihm positive Gefühle auslöst ...

»Das konnte ich mir zuerst gar nicht vorstellen, wie das funktionieren sollte«, erzählt Renner. »Ich hab mich wirklich gefragt, ob ich jeden Tag was finde, was ich fotografieren kann«, erinnert er sich. Die Idee des Projekts, das seine Therapeutin Evelin Grünvogel für ihre Masterarbeit im Bereich angewandte Psychologie am Ringgenhof durchführte, hat ihn aber direkt angesprochen. Die Teilnehmer seiner Therapiegruppe bekamen die Aufgabe, mit offenen Augen durch den Tag zu gehen und täglich mit dem Handy ein Bild von einer Situation zu machen, die bei ihnen positive Gefühle auslöst. Jede Woche traf sich die Gruppe und stellte ihre Bilder vor – und jeder Teilnehmer sollte dabei erklären, warum gerade diese Bilder ihm einfach gut tun. So ist für jeden Teilnehmer über die Wochen ein persönliches Bilderalbum mit Situationen entstanden, die mit positiven Gefühlen besetzt sind – und das jeder hervorholen und sich die guten Gefühle wieder in Erinnerung rufen kann, sollte es mal an einem Tag nicht so gut laufen.

Schöne Bilder machen und einfach drüber reden? Was sich banal anhört, hat durchaus einen ernsthaften theoretischen Hintergrund, wie Evelin Grünvogel erklärt. »Das Stichwort hier ist die Salutogenese. Die Leitfrage ist: Was ist gesund an mir? Und, um es mit den Worten von Martin Seligman zu sagen: Wie lässt sich die psychische Gesundheit aufrechterhalten?« erklärt Evelin Grünvogel. Der Ansatz zielt auf das Empowerment: »Damit sollen die Menschen dazu ermächtigt werden, sich selbst wieder gesund zu machen.« Dazu gehöre auch, sich selbst neue Ressourcen zu erschließen, die gesundmachend wirken könnten: »Die Theorie stammt von Barbara Frederickson, einer Vertreterin der Positiven Psychologie und nennt sich ›broaden and build-theory‹. Durch das Erleben positiver Gefühle verbreitert sich meine Wahrnehmung (broaden). Dadurch vergrößert sich die Kreativität, Wissen, Phantasie usw. und neue Ressourcen werden aufgebaut (build).«



Bilder transportieren positive Gefühle und helfen dabei, sich wieder an diese zu erinnern.



Mit diesem Bild fing alles an:
Das Lichtspiel brachte Evelin Grünvogel
auf die Idee, mit Bildern zu arbeiten.

Ausgehend von dieser Idee hat sich Evelin Grünvogel also die Frage gestellt, ob es nicht eine einfach umsetzbare Intervention gibt, die das psychische Wohlbefinden der Teilnehmer stärken und gleichzeitig auch präventiv wirken kann. Wichtig: Der Ansatz sollte niederschwellig und vor allem ohne großen Aufwand umsetzbar sein (siehe unser Experteninterview auf Seite 7). Ein Smartphone habe jeder, von daher lag die Idee mit den Bildern einfach nahe.

Zurück zu Jonas Renner. »Man findet tatsächlich jeden Tag etwas, was man ablichten kann«, berichtet er. Mittlerweile schaue er einfach, »was mir Schönes im Alltäglichen begegnet.« Er habe persönlich von dem Projekt profitiert. »Das hat in mir einen Lernprozess angestoßen. Über das Fotografieren hat sich mir eine neue Perspektive erschlossen, die ich vorher so gar nicht kannte.« Renner, der sich selbst attestiert, eigentlich ein »ziemlicher Perfektionist« zu sein, stellt fest: »Irgendwann hat es einfach Klick gemacht: Ich muss nicht das schönste Bild haben, sondern eines, das mich einfach glücklich macht!« Denn am Ende

gehe es eben nicht um die Schönheit eines Bildes an sich. »Das Bild muss ja nur für einen selbst eine Bedeutung haben.« Auch der Fokus habe sich verschoben: »Es geht nicht mehr um das reine Fotografieren an sich, sondern darum, mit offenen Augen durch die Welt zu gehen. Und das ist ja etwas, was man durch die Sucht verlernt hat.« Auch die Gespräche in der Teilnehmergruppe über die Bilder hat er in guter Erinnerung. Nicht nur das Erzählen darüber, warum es gerade das aktuell vorgestellte Bildmotiv war, das einen besonders angesprochen habe, sei eine tolle Erfahrung gewesen. »Es war nicht nur das Feedback aus der Gruppe. Da haben sich Menschen zusammengefunden, die sich vorher nicht kannten und Freundschaften sind entstanden.«

Jonas Renner würde sofort wieder mitmachen. »Was ich für mich mitgenommen habe? Mich auf neue Dinge einzulassen und etwas Neues auszuprobieren. Sich Zeit für sich selbst nehmen.« Er hofft, dass das Projekt Teil des Therapieangebotes bleibt. »Ich fände es schön, wenn das Projekt auch weiterhin angeboten werden könnte.«

INTERVIEW

»FOKUSSIEREN AUF DAS SCHÖNE UND GUTE HILFT«

EVELIN GRÜNVOGEL HAT FÜR IHRE MASTERARBEIT NACH EINFACHEN WEGEN GESUCHT, DAS WOHLBEFINDEN IHRER PATIENTEN ZU VERBESSERN. SIE SAGT: DAS ERLEBEN POSITIVER GEFÜHLE IST DER SCHLÜSSEL.

TEXT: VOLKMAR SCHREIER

Wie sind Sie auf das Thema Ihrer Untersuchung gekommen?

Als ich kurz vor der Masterarbeit stand, hatte ich bei mir eine hohe psychische Belastung gefühlt: Ich habe studiert, gleichzeitig gearbeitet und keine Idee, über was ich schreiben sollte. Eines Tages fiel mein Blick auf eine große gläserne Bodenvase, auf die die Morgensonne scheinte: Wunderschöne konzentrische Kreise hatten sich auf dem Fußboden durch die Spiegelung um sie herum gebildet und ich musste unbedingt sofort davon ein Foto machen. Die Sorgen waren für einen Moment vergessen... Das war die Idee: Würde das Fokussieren auf das Schöne und Gute im Leben, auf das, was gut läuft und Freude und Glück bringt, nicht auch anderen Menschen helfen können?

Broaden and build, Flourish and Languish – was verbirgt sich dahinter?

Die Positive Psychologie forscht, was Menschen psychisch gesund macht und erhält. Sie verfolgt einen salutogenetischen Ansatz, der nicht Defizite katalogisiert und Krankheiten beschreibt, sondern wissen möchte, wie Wohlbefinden für alle Menschen erreicht werden kann, auch wenn sie unter Symptomen leiden und bereits krank sind. Das Erleben positiver Gefühle hat dabei einen wichtigen Effekt: Es erzeugt eine Aufwärtsspirale, die zu immer mehr positiven Gefühlen führt und damit zu Wohlbefinden. Mit dem Konzept des Flourish/Aufblühen und Languish/Verwelken kann erklärt werden, wie es sein kann, dass es Menschen gibt, die sich als glücklich beschreiben, obwohl sie eigentlich für andere Menschen sichtlich eingeschränkt und krank sind.

Subjektiv haben die Teilnehmer profitiert. War der Erfolg auch objektiv messbar?

Meine Stichprobe war mit 12 Teilnehmern sehr klein, aber ich habe signifikante Ergebnisse gefunden. Das war zum einen eine Verbesserung des Wohlbefindens der Teilnehmer. Und: Die psychische Belastung der Teilnehmer hat sich signifikant verringert. In der Kontrollgruppe aus Patienten, die nicht teilgenommen haben, war das nicht so.

Herzlichen Dank für das Gespräch!



EVELIN GRÜNVOGEL (54) ARBEITET ALS BEZUGS-THERAPEUTIN AUF DEM RINGGENHOF. BERUFS-BEGLEITEND HAT SIE ANGEWANDTE PSYCHOLOGIE STUDIERT UND JÜNGST IHREN MASTER GEMACHT.

» Tipp

Ein Smartphone hat jeder. Und somit auch die Möglichkeit, für sich persönlich positive Momente zu konservieren und bei Bedarf wieder hervorzuholen. Probieren Sie es aus, gehen Sie mit offenen Augen durch die Welt und machen Sie jeden Tag ein Bild – Ihre Perspektive wird sich ändern!

PORTRÄT

TEXT: REBEKKA BARTH

»Was wir tun ist sinnvoll und wichtig!«

*Eine Kindheit in der hohenlohischen Provinz. Dann Zivildienst in Stuttgart. Umzug nach Berlin in die Großstadt, Studium der Humanmedizin, Spezialisierung als Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Irgendwann zurück in die Provinz. Dr. Stefan Schaffitzel, Familienmensch, Karateka und Jäger, ist seit fast 20 Jahren vom Ringgenhof nicht mehr wegzudenken.
Das Porträt.*

Stefan Schaffitzel wächst gemeinsam mit seinem sechs Jahre älteren Bruder im fränkisch geprägten Nordosten Baden-Württembergs in Öhringen / Hohenlohe auf. Die Familie führte dort eine Spezialmöbelfabrik, die Schul- und Labormöbel herstellte. Die Kindheit in der hohenlohischen Provinz war eher unspektakulär, wie Stefan Schaffitzel erzählt. Schon als Kind und Jugendlicher macht er viel Sport, spielt Handball, schwimmt und macht Leichtathletik. »Ich war schon ein ordentlicher Schüler, aber kein Klassenprimus«, erinnert er sich. Nach dem Abitur hätten es seine Eltern zwar schon gerne gesehen, wenn er oder sein älterer Bruder die elterliche Firma übernommen hätten, aber: »Das war kein Muss, wir durften selbst entscheiden.«

Nach dem Abitur am Hohenlohe-Gymnasium Öhringen steht die Frage an: Wehrdienst oder Zivildienst? Stefan

Schaffitzel verweigert und beginnt im Dezember 1979 seinen Zivildienst beim Stuttgarter Jugendhaus e.V. in der Jugendarbeit. Eine für ihn persönlich spannende und erfahrungsreiche Zeit, in der ihm klar wird, keine Ausbildung oder Studium im Bereich soziale Arbeit beginnen zu wollen. Doch was tun, fragt sich der Allrounder mit Neigung für die Naturwissenschaften. Vielleicht doch Agrarwissenschaften oder wie sein Bruder Veterinärmedizin studieren? Nach dem Zivildienst arbeitet er zunächst noch für ein knappes halbes Jahr als Pflegehelfer in der Psychiatrischen Abteilung des Bürgerhospitals Stuttgart.

Dann der Umzug nach Berlin: Großstadt, auf zu neuen Ufern! Aber was soll er studieren? Nach einer Erfahrung in einer großtiermedizinischen Praxisklinik im Münsterland, wo der Bruder ein Praktikum als Student der Veterinärme-



»Alle versuchen unter den gegebenen Bedingungen das Beste für die Patienten zu erreichen.«

dizin absolviert, ist klar: Wenn Medizin, dann Humanmedizin! Einige Umwege und ein Studium der Umwelttechnik bis zum Vordiplom und parallel dazu bestandenen Physik in Humanmedizin später ist der Einstieg als »ordentlicher Medizinstudent« an der FU Berlin ab dem Sommersemester 1985 geschafft.

Dem Sport bleibt er treu, macht neben dem Studium intensiv traditionelles und Wettkampf-Karate, läuft den Berlin-Marathon. Kurz bevor Stefan Schaffitzel sein Studium beendet, erkrankt sein Bruder schwer und stirbt – eine einschneidende Erfahrung, die für ihn viele Fragen nach dem zukünftigen Lebensweg aufwirft. 1989 dann das dritte Staatsexamen, danach 18 Monate als Arzt im Praktikum in der Neurologischen Abteilung des Auguste-Viktoria-Krankenhauses in Berlin-Schöneberg bis zur Approbation. Lei-

der gibt es im Anschluss keine freien Stellen im Bereich der Neurologie. Er macht stattdessen seinen Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und arbeitet die nächsten elf Jahre zunächst in der Facharzt-Ausbildung und dann als Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie im Krankenhaus am Urban in Berlin-Kreuzberg. Mittlerweile ist er verheiratet. »Berlin mit seinen vielen Möglichkeiten war toll, wir hatten eine gute Zeit«, erinnert er sich. Als dann die beiden Kinder auf der Welt sind, ist klar: Sie sollen wohlbehalten in einer ländlichen Gegend aufwachsen. Auch die Eltern und Schwiegereltern werden betagter. Also geht es in Richtung Heimat. Im Dezember 2002 wird Stefan Schaffitzel Chefarzt am Ringgenhof, die Familie zieht von Berlin nach Ravensburg – Wilhelmsdorf als Wohnort war dann doch zu ländlich. Schwer tut er sich anfangs mit der eher als eng erlebten pietistisch geprägten Atmosphäre bei den Zieglerischen und in der Suchthilfe. Der Arbeitsplatz am Ringgenhof jedoch, wunderschön in der Natur gelegen, bringt die gewünschte berufliche Herausforderung mit sich, die nahen Berge eröffnen neue Hobbys.

Im beruflichen Umfeld hat sich seither vieles verändert: 20 Jahre Suchthilfe bedeuten auch neue Strukturen, Wechsel in Geschäftsführung und im Vorstand. Doch nach wie vor ist Stefan Schaffitzel von seiner Arbeit und der Arbeit der Suchtkrankenhilfe überzeugt: »Was wir tun ist sinnvoll und wichtig!« Er arbeitet gerne auf dem Ringgenhof: »Egal ob Küche, Hauswirtschaft und Hausmeisterei, Therapie oder Medizin, alle versuchen unter den gegebenen Rahmenbedingungen das Beste für die Patienten zu erreichen.« Mittlerweile tritt er aus gesundheitlichen Gründen kürzer und ist aktuell als Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie für die Fachabteilungen Alkohol und Spielsucht sowie der Fachabteilung Sucht und Psychose zuständig. Wenn Ende 2023 der Ruhestand ansteht, wünscht er sich, einigermaßen gesund alt zu werden und noch lange in Bewegung zu bleiben. Mit seiner Frau möchte er weiterhin sportlich aktiv sein und seiner Passion, dem Jagen, nachgehen können.

DANKKE *... für Ihre Hilfe.*



Ein Eis direkt vom Eiswagen: Das erfrischt und ist an heißen Tagen das einzig Wahre. Der Förderkreis hat es für die Patientinnen und Patienten möglich gemacht – Danke!

ERFRISCHEND

ES GIBT EIS: GROSSE FREUDE BEI PATIENTINNEN UND PATIENTEN

Die Sonne brennt vom Himmel, die Sommerhitze ist unerträglich und schweißtreibend: Was für ein Glück, wenn dann plötzlich und unerwartet ein Eiswagen um die Ecke kommt, auf dem Klinikgelände anhält und erfrischendes Eis an alle verschenkt wird! Für die Patientinnen und Patienten der Fachkliniken Höchst und Ringgenhof ist dieses Glück Wirklichkeit geworden, das Staunen und die Freude darüber waren groß. Möglich gemacht hat diese eisgekühlte Überraschung eine Spende des Förderkreises Suchthilfe. »Wir haben uns einfach überlegt, wie wir eine kleine Freude bereiten können«, sagt Olaf Kohler-Ossinski vom Förderkreis. Vielen Dank! **OO**

FACHBÜCHER UND RATGEBER

GELD FÜR DIE PATIENTINNENBIBLIOTHEK DER FACHKLINIK HÖCHSTEN

Gerade eine Klinikbibliothek sollte immer über einen aktuellen Buchbestand verfügen – das gilt auch für die Patientinnenbibliothek der Fachklinik Höchst. Über das reguläre Budget hinaus hat der Förderkreis deshalb einen Sonderzuschuss für die Patientinnenbibliothek der Fachklinik Höchst bereitgestellt. Mit diesem Geld können neue Fachbücher und Ratgeber zu unterschiedlichsten Themen angeschafft werden. Die Literatur in der Bibliothek gibt den Patientinnen Unterstützung im Umgang mit Ihrer Krankheit und darüber hinaus Orientierung in ihren ganz persönlichen Fragestellungen und wird gerne und häufig genutzt. Herzlichen Dank dafür! **RB**

FÖRDERKREIS**TROTZ PANDEMIE:
DER BLICK GEHT NACH VORNE**

Zwei Jahre Pandemie, zwei Jahre keine Jahresfeste in den Kliniken – was kann der Förderkreis tun, um den Betroffenen eine kleine Freude zu bereiten? In diesem Jahr konnten die Förderkreismitglieder im Rahmen der Eiswagenaktion wieder die Kliniken besuchen. »Endlich konnten wir einmal wieder mit den Patientinnen, Patienten und den Angestellten in Kontakt treten«, so Olaf Kohler-Ossinski. Nun will der Förderkreis versuchen, gemeinsam mit den Kliniken ein tragfähiges Konzept zu erarbeiten, um hoffentlich am 9. September 2023 wieder zusammen die Jahresfeste feiern zu können. OO

**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**

Zugegeben, das Leitthema unseres aktuellen Ringboten habe ich dann erst einmal nachgeschlagen. Spontan: »neuer Wein in alten Schläuchen« – denn den Mut zur Selbstbestimmtheit haben wir alle in unseren Therapien eingetrichtert bekommen.

Aber, neue Begriffe und Ansätze generieren auch immer neue Aufmerksamkeit. Und da liegt auch die Chance für die Suchtkranken. Die unterschiedlichen Bemühungen, Menschen aller Dispositionen und Hautfarben in dem zu vereinen, was sie denn nun mal sind: Menschen. Und ihnen vorurteilsfrei zu begegnen, gibt auch uns Suchtkranken neue Perspektiven.

Sagen was man ist und nicht es verheimlichen zu müssen – und idealerweise fällt der/die/das Gegenüber dann nicht gleich in Ohnmacht, darin liegt für uns die große Chance.

Selbstbestimmtheit fällt nicht vom Baum, es bedarf Mut und Ausdauer. Hinfallen, aufstehen, weiterversuchen – haben wir alle schon erlebt. Moderne Ansätze und ein neuer Blick auf den »Evergreen« in der Suchttherapie, das finde ich richtig gut. Und wenn das dann auch an unseren Kliniken und Tagesrehas in den vielen Sprachen, die wir dort vorfinden, so angegangen wird – finde ich das noch viel besser. Denn Empowerment muss er- und gelebt werden. Packen wir es an!

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

KOLUMNE

PFARRER GOTTFRIED HEINZMANN

MUT FÜR MORGEN



PFARRER GOTTFRIED HEINZMANN
IST VORSTANDSVORSITZENDER
DER ZIEGLERSCHEN

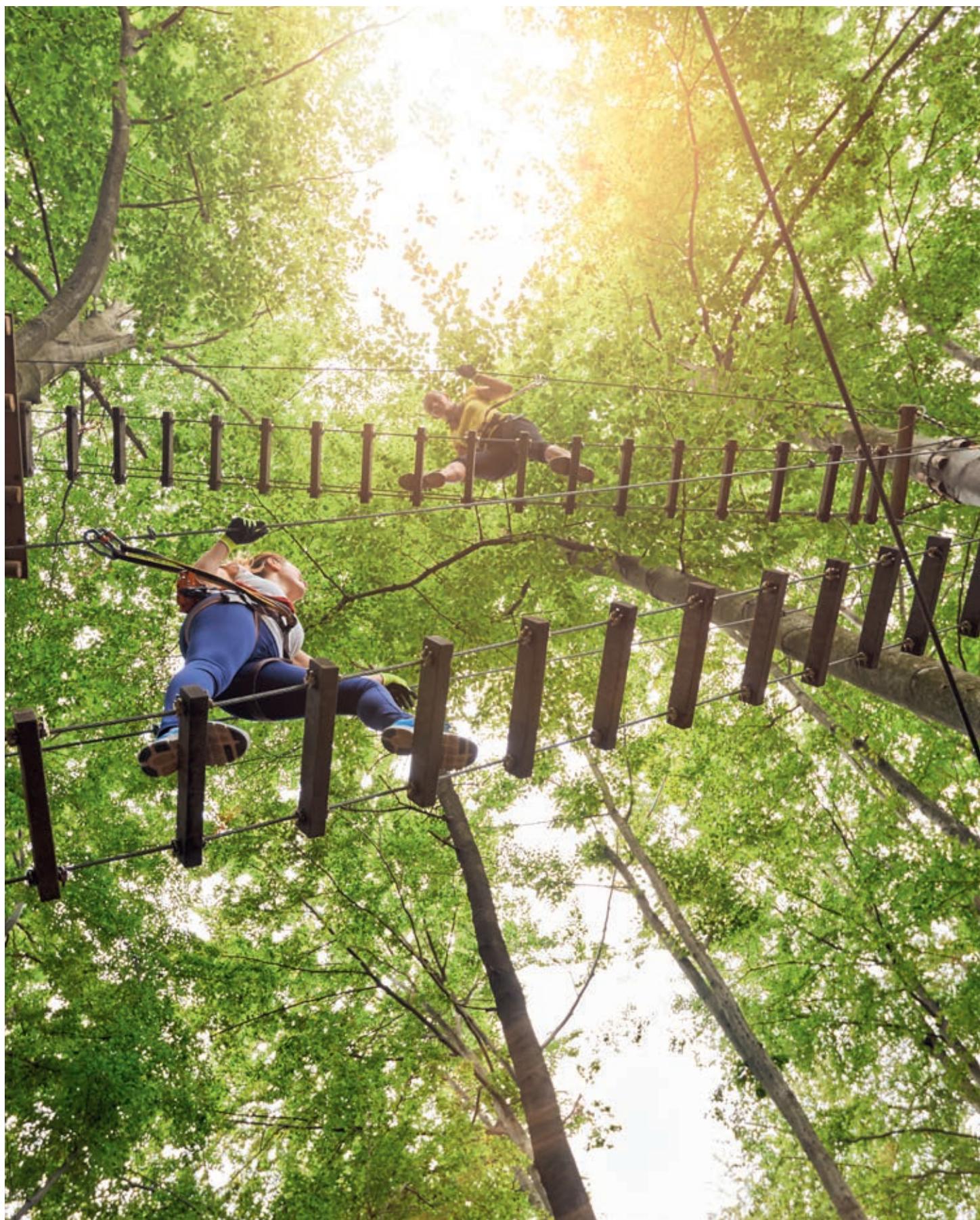
Ein Mädchen geht nach dem Unterricht zur Lehrerin: »Darf ich Sie noch was fragen?« Die Lehrerin blickt von ihren Unterlagen auf, lächelt und sagt: »Gerne! Was hast Du denn auf dem Herzen?« Verlegen druckst das Mädchen herum: »Kann man eigentlich heiraten, auch wenn man eine Hörbehinderung hat?«

Was für eine Frage! Mich berührt, welche Last auf ihrer Kinderseele liegt. Und was für besondere Ängste und Sorgen Kinder mit einer Behinderung mit sich herumtragen. Gleichzeitig freue ich mich darüber, dass das Mädchen so mutig war und ihre Frage ausgesprochen hat.

Wie können Kinder Mut für Morgen gewinnen? So, dass sie zuversichtlich und entschlossen in die Zukunft gehen können? »Sei mutig!« – sagen Erwachsene gerne. Doch was ist, wenn Kinder dem nicht entsprechen, sondern sofort denken: »Das bin ich aber nicht.«

»Sei stark und mutig!« – dieser Wunsch steht auch in der Bibel. Er gilt Josua, dem jungen Nachfolger von Mose. Er hatte eine große Aufgabe vor sich und konnte Ermutigung gut gebrauchen. Doch es bleibt nicht nur ein Wunsch, denn in der Bibel wird gesagt, wo der Mut herkommt. »Sei stark und mutig ... Denn der HERR, dein Gott, ist mit dir bei allem, was du unternimmst.« (Josua 1,9)

Gottes Nähe macht den Unterschied. Kinder spüren das manchmal viel besser als Erwachsene. Und fragen am Ende der Religionsstunde: »Können wir noch den Segen haben?« Der Segen Gottes macht deutlich: Gott ist da. Bei mir. Und er ist für mich. Das macht Mut, mit Einschränkungen und Unsicherheiten umzugehen. Das gibt Zuversicht, um fröhlich in die Zukunft zu gehen. Und – wenn der oder die Richtige gefunden wird, auch zu heiraten.





Fragen an

ANN-KATHRIN HACK

Ann-Kathrin Hack, 31, ist medizinische Fachangestellte und arbeitet in der Tagesrehabilitation Ulm.

Was hat Sie dazu bewegt den Beruf zu wählen, den Sie heute ausüben?

Neben meiner eigenen Vergangenheit ist es zunächst einmal die Freude an der Arbeit mit Menschen generell, die mich dazu bewogen hat, gerade diesen Beruf zu wählen. Besonders spannend finde ich immer die unterschiedlichen Lebensbiografien und seelischen Befindlichkeiten, die mir in der täglichen Arbeit begegnen. Und wenn ich dann noch die Möglichkeit habe, selber Impulse und Anregungen geben zu können: Was wünscht man sich denn mehr?

Was bereitet Ihnen an Ihrer Arbeit am meisten Freude?

Die eigene, persönliche Weiterentwicklung und Wissenserweiterung. Davon profitiere ich, das macht mir Spaß. Dazu gehört auch der Austausch und der Kontakt zu Rehapatient*innen, meinen Kolleg*innen und Kooperationspartner*innen, der mich einfach weiterbringt.

Was wünschen Sie sich für Ihre Arbeit in Zukunft ganz besonders?

Dass ich meine Neugierde am Leben behalte!

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

Da habe ich aktuell niemanden im Kopf, der mir spontan einfallen würde.

Was bringt Sie richtig auf die Palme?

Ach, da gibt es dann doch so einige Dinge. Meine Rangliste: Am meisten wohl cholerische und ignorante Autofahrer*innen. Auch tickende Uhren nerven, dicht gefolgt von der Kombination aus Hitze und Helligkeit. Aber auch 24/7-Nörgelei und Klangkonzerte durch demonstratives Umrühren des Kaffeelöffels gehören ins Ranking!

Wofür würden Sie mitten in der Nacht aufstehen?

Ganz klar: Zunächst mal für Familie und Freunde! Aber auch für meinen Kater Anton würde ich mitten in der Nacht aufstehen. Und natürlich der Toilettengang, wenn sich die Blase meldet. Aber das ist ja zutiefst menschlich!

Auf was könnten Sie in Ihrem Leben nicht verzichten?

Auf die Natur, Ausdauersport, Pasta, Musik und vielfältige Begegnungen mit Menschen und Tieren.

Was ist ihr Lieblingsessen?

Oh, das wechselt immer wieder und ist ehrlich gesagt von der jeweiligen Stimmungslage abhängig :)

Wenn Sie drei Wünsche frei hätten, welche wären es?

Mein erster Wunsch wäre, eine Wohnung zu finden, in der Katzen erlaubt sind. Dann die Fähigkeit, in der Gegenwart wahrhaft zu leben. Und nicht zuletzt, dass mich meine Lieben noch sehr lange begleiten!



Was bleibt?

Nach einem längeren holprigen Weg ist Nico G. im Alter von 27 Jahren fast am Ende seiner Langzeitreha auf dem Ringgenhof angelangt. Aufgezeichnet von Brigitte Stollenwerk.

Tägliche Begleiter

BEREITS MIT 16 JAHREN beginnt er nicht nur hin und wieder, sondern immer öfters zu trinken. Zwei Jahre später wird zusätzlich Cannabis zum täglichen Begleiter. Und der Konsum steigert sich schleichend.

DER WEG ZUR Suchtberatungsstelle aber ist gepflastert mit Schamgefühlen und Angst. Angst einerseits vor einem abstinenten Leben und andererseits vor all dem Neuen, mit dem die Abstinenz einhergehen würde und vor den Lücken, die ein suchtmittelfreies Leben mit sich bringen könnte.

IM RAHMEN seiner Therapie hat er am Projekt »Empowerment« teilgenommen und war sofort begeistert.

Neue Aufmerksamkeit

WIE COOL! Ich wollte schon immer mal fotografieren! Solche Gedanken gehen ihm durch den Kopf, als ihm das Projekt vorgestellt wird.

AUF DEM RINGGENHOF lebt er umgeben von Natur, wo er seine besten Motive findet. Und es geht nicht nur ums Fotografieren: Nico bearbeitet seine Bilder auch auf dem Handy, soweit die technischen Möglichkeiten das zulassen. Sobald er genügend Geld gespart hat, möchte er sich eine Kamera kaufen und möglichst auch einen PC zur Bildbearbeitung.

IM LAUF des Projekts hat er gelernt, Kleinigkeiten wahrzunehmen, sagt, er sei aufmerksamer geworden bezüglich der Welt und der Menschen.

Kompletter Neustart

ER DENKT MEHR über Dinge nach. Die Fotografie bietet ihm einen Rückzugsort und er hat etwas gefunden, das ihm nach der Therapie helfen wird, die befürchteten Lücken zu schließen. Fotografieren beruhigt ihn und er freut sich darüber, etwas Schönes in der Hand halten zu können. Nachdem er zuvor völlig zurückgezogen gelebt hat, schätzt er es heute, für sein neues Hobby nach draußen gehen zu müssen.

ER PLANT einen kompletten Neustart: beruflich, regional und ausgestattet mit einem neuen Hobby, dessen Vielseitigkeit und Faszination für ihn noch lange nicht ausgereizt sind.



IMPRESSUM

DER RINGBOTE Das Magazin des Geschäftsbereiches Suchthilfe und des Förderkreises Suchthilfe der Zieglerschen e.V. September 2022, Nr. 2 Auflage: 1.800 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 Sabine Lorber, stellvertretende Vorsitzende **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 (verantwortl.) **AUTOREN DIESER AUSGABE** Rebekka Barth (RB), Martin Baumgardt (MB), Petra Hennicke (PH), Olaf Kohler-Ossinski (OO), Annette Scherer (AS), Volkmar Schreier (VS), Brigitte Stollenwerk (BS), Stefan Wieland (SW) **BILDNACHWEISE** Titelfoto: privat Weitere Bilder: MPower./Photocase (S.2, S.9, S.16) privat (S.2, S.8, S.9, S.10, S.15), Annette Scherer (S.3), Jure Batagelj/iStock (S.5), Paul Schwarzl/iStock (S.11), Illustration: Nils Menke (S.12), stock_colors/iStock (S.13) **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 **GRAFISCHE KONZEPT, SATZ, REDAKTION, PRODUKTION** Agentur Nullzwei, Köln Redaktion: Volkmar Schreier Gestaltung: Michaela Fehker **DRUCK** Druckerei Marquart GmbH

PERSONALIEN

NEUE MITGLIEDER

Willkommen! Wir begrüßen herzlich unsere neuen Mitglieder im Förderkreis: Ralf Ilg, Anton Mensinger, Wolfgang Müller.

TERMINE

JAHRESFESTE

Bitte vormerken Das Jahresfest und die Mitgliederversammlung des Förderkreises sollen im kommenden Jahr am 09. September 2023 stattfinden.

RALLIGEN-FREIZEIT 2023

Bitte vormerken Die Ehemaligen-Freizeit auf Gut Ralligen wird im nächsten Jahr vom 03. bis 07. Oktober 2023 stattfinden. Anmeldungen nimmt ab sofort entgegen: Anni Köser (koeser.anni@zieglersche.de)



DAS BESONDERE BILD

Henning ist Therapiehund in der Fachklinik Höchsten in Bad Saulgau. Er bleibt beim Nachhausegehen so lange im Foyer der Klinik stehen, bis eine der Patientinnen aufsteht und ihn knuddelt. Erst dann geht er heim.

Mehr über die Therapietiere
der Suchthilfe auf
www.facebook.com/diezieglerschen

BILD: KATHARINA STOHR