

59. Vereinsnewsletter | März 2023



FREUNDE DER STIFTUNG MARIA EBENE

FRIENDS OF ME



Aufblühen...

Liebe Leserinnen und Leser,
liebe Friends of ME,



Die wärmenden Sonnenstrahlen des Frühlings lassen die Natur um uns herum in voller Pracht erblühen. Viele spüren auch in sich selbst ein neues Aufblühen und Erwachen - ein wunderbares Gefühl der Leichtigkeit und des Neubeginns. Und genau diesem Thema möchten wir uns in dieser Ausgabe unseres Newsletters widmen. So wird uns Andreas Giselbrecht im zweiten Teil seiner Geschichte mit dem Titel „Der Weg ins Leben ...“ erzählen wie nach seiner Aufnahme in die Psychiatrie, nach der Entgiftung und dem Erkennen der eigenen Verantwortung sowie dem Erlernen aktiver Freizeitgestaltung endlich wieder Zielsetzungen für die Zukunft und ein neues Aufblühen möglich werden konnten.

Ebenfalls passend zum Thema lässt uns David Junker in die Begegnungen mit Lamas und Alpakas blicken. Diese Tiere werden zunehmend in der Therapie von Suchterkrankten eingesetzt und können eine wertvolle Unterstützung auf dem Weg zur Genesung sein. In seinem Artikel geht es um das sogenannte „Trampolin-Programm“. Kinder suchterkrankter Eltern erfahren hier Zuwendung, Raum, Zeit und professionelle Unterstützung in ihrer besonderen Lebenssituation.

Birgit Hackspiel stellt uns im Interview mit Joachim Bitsche den neuen Leiter der Therapiestation Carina vor. Ein Einblick in die tägliche Arbeit der Therapiestation am Feldkircher Blasenberg kommt dabei nicht zu kurz. Im Fokus stehen außerdem aktuelle Veränderungen des Substanzmissbrauchs, neue therapeutische Überlegungen und die Bewältigung allgemeiner Herausforderungen des Lebens als Therapieansatz. Abschließend möchten wir euch in den Tanz - ein Gedicht von Ruth Schmidberger - eintauchen lassen. Ein inspirierender und tiefgründiger Text, der zum Nachdenken anregt und uns zeigt, dass auch in dunklen Zeiten das Licht der Hoffnung nicht erlischt und ein Wiederaufblühen immer möglich ist.

Herzlichst eure Obfrau

Ihre Obfrau Susanne Ebner

Teil 2: Der Weg ins Leben...



Text: Andreas Giselsbrecht und Theresia Metzler

...da saß ich nun! An einem Ort, an dem niemand jemals sein will. „Im Valduna“ – in der „Klappmühle“
... aber unglaublich! Irgendwo, ganz tief in mir drinnen war für mich klar, dass dies der einzig richtige und beste Ort für mich zum damaligen Zeitpunkt war. Bisher war ich felsenfest davon überzeugt, dass ich sofort abhauen würde, sollte ich jemals dort landen.

Die ersten Tage vollgepumpt mit Medikamenten und kaum in der Lage vernünftige Gespräche zu führen, habe ich geahnt, dass genau diese medikamentöse Behandlung wichtig war um erst mal zu ÜBER – LEBEN und dann hoffentlich WIEDER – ZU LEBEN.

Nach einigen Tagen (vermutlich nachdem die körperliche Entgiftung erfolgreich überstanden war und erste Medikamente abgesetzt wurden) begann ich mich mit anderen Patienten zu unterhalten und mich an verschiedenen therapeutischen Aktivitäten zu beteiligen. Gleichzeitig lernte ich im LKH Rankweil etwas kennen, das für mein weiteres Leben und bis heute eine enorme Bedeutung hat: AKTIVE FREIZEIT.

Ich tat Dinge, die mir bis dahin fremd waren. Ich begann Volleyball zu spielen, machte lange Spaziergänge mit Mitpatienten und führte unzählige Gespräche mit Menschen, die sich genauso wie ich in einer tiefen Lebenskrise befanden. Und das alles OHNE ALKOHOL im Blut und im Gehirn.

Eine Erfahrung, die für mich neu war, die mich meinen Körper spüren hat lassen, die in mir Gefühle entstehen hat lassen und die letztlich meinen Geist geweckt hat.

Mit jedem Tag in Rankweil und jedem Gespräch mit Gott wurde mein Herz mutiger und meine Sehnsucht nach Leben stärker. Für mich stand irgendwann fest:

- ♥ Ich liebe meine Frau und möchte noch ein Leben mit ihr verbringen
- ♥ Meine Kinder sind mein Leben und ich möchte nicht mehr, dass sie weiter wegen mir und meiner Trinkerei leiden
- ♥ Ich will versuchen meine Firma zu retten
- ♥ Und dann gibt es noch MICH: Ich will gesund werden, ich will meine Energie wieder haben, ich möchte meine Lust am Leben wieder so spüren, wie ich es als Jugendlicher konnte, ich möchte meinen Hass auf mich selber und mein ganzes Leben loswerden. ICH MÖCHTE MEIN LEBEN ZURÜCK!

Durch gute Gespräche mit anderen Patientinnen, Pflegerinnen und Ärzte habe ich vielleicht das wichtigste begriffen:

Niemand anderer ist schuld an meiner Situation – es ist ganz allein meine Verantwortung. Und nur ich ganz allein kann mich dafür entscheiden, mein Leben zu verändern.

Mein Entschluss stand fest:

Ich will sofort an den 2. Ort, an dem niemand jemals sein möchte. Ich will zur stationären Suchttherapie ins Krankenhaus der Stiftung Maria Ebene.

Während meines Aufenthaltes im LKH Rankweil durfte ich nach Maria Ebene fahren um dort mit Prof. Dr. Haller einen nahtlosen Übergang für mich auszuhandeln.

Die Zusage von Dr. Haller war wieder ein Moment, der mir gezeigt hat: Der Handel zwischen Gott und mir funktioniert.

Ich habe getan was ich konnte – und er auch!

Wenn es sie interessiert, werde ich gerne in der nächsten Ausgabe ein wenig über meine Zeit im KH Maria Ebene erzählen.

Ferienangebot für Kinder in suchtblasteten Familien



Text: David Junker, MMSc.
Bild: Frederic Sams

Seit 2012 ist die Gruppe für Kinder aus suchtblasteten Familien ein besonderer Teil unserer Arbeit mit Angehörigen im Clean bzw. besonders an der Beratungsstelle Clean in Feldkirch. Kinder sind besonders stark der elterlichen Suchtproblematik und dem Risiko ausgesetzt, selbst einmal suchtkrank zu werden.

In der Gruppe finden betroffene Kinder einen geschützten Raum um über ihre Ängste, Wünsche und Gefühle zu sprechen und bekommen Rückhalt durch die Erfahrungen anderer Kinder. Die elterliche Suchtkrankung wird offen aber kindgerecht besprochen. Unser Angebot basiert auf dem deutschen „Trampolin-Programm“ und die Teilnahme sorgt für eine große Stressentlastung.

Die sechs Alpakas und das Lama Cuzco von Mag. Birgit Knecht-Burghard waren uns auch dieses Jahr wieder behilflich. Durch die tiergestützte Begleitung kommen der Spaß, die Unbeschwertheit und die Freude in der Natur nicht zu kurz. Der Kontakt mit den Tieren fördert das körperliche und psychische Wohlbefinden und trägt dazu bei, dass Kinder spielerisch ihre Kompetenzen sowie ihren Selbstwert stärken.

In Jahr 2023 wird die Gruppe erneut als Ferienangebot vom 21. August bis 31. August stattfinden. In acht Einheiten, verteilt auf zwei Wochen, werden sechs Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren, Ferienerlebnisse der besonderen Art bekommen. Begleitend zur Kindergruppe werden auch „Erwachsenentreffen“ stattfinden, um das Verhalten des Kindes innerhalb der Gruppe und in der Familie aber auch die Suchthematik und dessen Auswirkung auf die Entwicklung des Kindes zu besprechen.

Die Vorbereitungen auf die Kindergruppe erforderten neben der Clean-übergreifenden Zusammenarbeit viel Organisationsarbeit. Jedoch ist und war jede Minute davon lohnenswert, besonders dann, wenn man in das lächelnde Gesicht eines Kindes blickt, das fragt: „Kann ich nächstes Jahr wieder kommen?“.

Besonders bedanken möchten wir uns bei allen Helfer:innen, die uns durch ihre Arbeitskraft, ihre Empfehlungen und auch allen Sachmitteln unterstützt haben.



Interview mit Joachim Bitsche, MSc.



Text: Birgit Hackspiel; Joachim Bitsche, Stellenleiter Therapiestation Carina
Bild: Christian Rettenberger

Seit fast fünf Monaten (1.11.) ist der 35-Jährige Joachim Bitsche, MSc. neuer Leiter der Therapiestation Carina in Feldkirch. In den ersten 15 Berufsjahren war er Augenoptiker und Hörakustiker – einige Jahre war er nebenberuflich auch als selbständiger Eventmanager und im Musikvertrieb tätig. In den vergangenen fünf Jahren war er selbständiger Psychotherapeut, Coach und Wirtschaftspsychologe in Bludenz und seit September 2021 auch – in geringem Ausmaß – als Psychotherapeut in der Carina aktiv.

Was war Ihnen schon bei der Bewerbung wichtig für die Carina? Wie haben Sie überzeugt?

Zu dem Zeitpunkt war ich gar nicht aktiv auf der Suche nach einer neuen Stelle - meine Arbeit in der freien Praxis und die Teilzeitstelle in der Carina waren für mich eine gute Mischung. Als die Leitungsstelle der Carina ausgeschrieben wurde, war mir klar, dass jemand gefragt ist, der das Konzept und den „Geist“ des Hauses kennt und schätzt. Deshalb habe ich mich angesprochen gefühlt und mich für die Bewerbung entschieden. Ich denke, dass es auch das ist, was den Vorstand der Stiftung Maria Ebene überzeugt hat und sehe es als Auftrag, den bewährten existenziellen Ansatz weiterzuführen und an neue Gegebenheiten in der Suchtbehandlung anzupassen.

Was sind Ihre Ziele?

Mein zentrales Ziel ist es, dass sich unsere Patient:innen im Rahmen der Behandlung dahin entwickeln, dass sie ihre Alltagsstruktur erhalten können, ihre Beziehungsfähigkeit wächst und sie Verantwortung für das eigene Leben und das soziale Zusammenleben übernehmen. Nur so kann „gutes“ Leben gelingen und damit auch nachhaltig Abstinenz erreicht werden.

Wir arbeiten vorwiegend mit Patient:innen bei denen sich die Suchterkrankung als Folge anderer zugrundeliegender psychischer Störungen, wie beispielsweise Persönlichkeitsstörungen, entwickelt hat. Dies spiegelt sich dann natürlich auch in der Therapieausrichtung wieder.

Eine positive Persönlichkeitsentwicklung ist aber nur in Auseinandersetzung mit einem Gegenüber, mit verschiedenen Personen und Persönlichkeiten möglich. Das heißt für das Therapiekonzept der Carina, dass es hilfreich und wünschenswert ist, wenn unsere Mitarbeitenden ihre Persönlichkeit und Individualität in die tägliche Arbeit mit den Patient:innen einfließen lassen – ganz abgesehen davon, dass die Arbeit selbst mehr Freude macht, wenn man sich ganz persönlich einbringen kann.

Was wollen Sie verändern, was beibehalten und ausbauen?

Schon seit Jahrzehnten steht die Carina für einen lebenspraktischen Therapieansatz. Diesen gilt es beizubehalten, denn für unsere Patient:innen ist die basale Lebensgestaltung (Kochen, Ordnung halten etc.) oftmals eine große Herausforderung. Es zeigt sich, dass das alltägliche „Anpacken der Aufgaben im Leben“ die Grundlage dafür ist, dass klassische psychotherapeutische Interventionen wirksam werden können. Deshalb liegt mir dieser Behandlungsschwerpunkt auch so am Herzen. Aufgrund aktueller Entwicklungen wie Digitalisierung, Individualisierung oder die verstärkte Vernetzung durch digitale Strukturen müssen aber natürlich auch diese lebenspraktischen Ansätze angepasst und ausgebaut werden.

Als große Stärke der Stiftung Maria Ebene empfinde ich die vielfältigen Angebote (Krankenhaus, Cleans, Supro, Therapiestationen). Damit haben wir die Möglichkeit, den Patient:innen umfassende Hilfestellung anzubieten. Gemeinsam mit allen StellenleiterInnen, unserem Primar und den weiteren Verantwortlichen der Stiftung arbeiten wir intensiv daran, die interne Kooperation zu intensivieren und auszubauen. Gerade für uns als stationäre Einrichtung ist das besonders wichtig.

Gibt es auch neue Ansätze in der Therapie – was hat sich in den vergangenen Jahren verändert? Was ist das Spezielle daran?

Die Komplexität der Störungsbilder unserer Patient:innen erfordert einen individuellen Therapieansatz. Das heißt, dass wir im Rahmen unseres Konzepts für jede:n Patient:in eine eigene Therapie entwickeln und diese ständig anpassen müssen.



Joachim Bitsche lebt mit seiner Frau und seinen zwei Töchtern in Thüringen.

Eine große Veränderung der letzten Jahre ist die Vielzahl neuer Substanzen und die veränderte Wirkung bereits bekannter Suchtmittel. So wird beispielsweise dem Cannabis vielfach synthetisch hergestelltes THC beigefügt, was die Wirkung stark verändert und unkalkulierbar werden lässt. Dadurch sehen wir eine starke Zunahme an psychotischen Störungsbildern, die durch den Substanzkonsum ausgelöst wurden. Auch behandeln wir heute vermehrt Patient:innen mit Verhaltenssuchten, wie exzessives Konsumieren von Pornografie. Auch hier gilt es, individuelle Ansätze zu finden und den Patient:innen dabei zu helfen, wieder einen Weg im realen Lebensalltag zu finden.

Wie hat sich der Therapie-Alltag für die Patient:innen verändert?

Die Alltagsstruktur hat sich bewährt und ist im Wesentlichen gleich geblieben. Ich denke jedoch, dass die Therapie durch meinen persönlichen Therapiestil etwas konfrontativer geworden ist. Es ist mir wichtig, dass die Patient:innen lernen, ihre Spannungen und Gefühle auszuhalten und sich damit auseinanderzusetzen. Diese Erhöhung der Frustrationstoleranz sehe ich als essenziell, denn abhängige Menschen sind geneigt, ihre Probleme durch Konsum zu überdecken.

Wie kann die Qualität sichergestellt werden, insbesondere die Haltung der Mitarbeiter:innen. Gibt es Leitsätze?

Unser Behandlungskonzept setzt ein hohes Maß an interdisziplinärer Zusammenarbeit voraus. Gelingt diese Zusammenarbeit, so erhöht dies die Qualität der Therapie enorm. Daher ist es wichtig, offen für die Blickwinkel aller Disziplinen zu sein und Ansätze zu finden, die psychotherapeutische, soziotherapeutische und medizinische Belange gleichermaßen berücksichtigen. Eine offene und respektvolle Haltung ist dabei von hoher Bedeutung.

Auch ist es wichtig, die Wirksamkeit der Behandlung zu evaluieren. Dies machen wir im Rahmen einer Studie in Zusammenarbeit mit der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse. Zudem sind wir, gemeinsam mit dem Krankenhaus Maria Ebene und der Therapiestation Lukasfeld, gerade dran weitere Evaluationsinstrumente zu entwickeln.

Auf was legen Sie Wert in der Mitarbeiter-Führung?

Menschlichkeit.

Wo liegen die Grenzen der Therapie? Wo die Chancen?

Eine der größten Chancen der Therapie sehe ich darin, die Grenzen des Lebens zu akzeptieren. In der Behandlung unserer Patient:innen geht es unter anderem darum, ein real verwirklichtbares Lebenskonzept zu entwickeln. Wenn es möglich ist, dass der Mensch Zustimmung zum Leben geben kann, dann verliert die Sucht an Macht. Das kann dann schwierig werden, wenn angenommen werden muss, dass die Sucht Beziehungen, den eigenen Körper oder die Karriere beschädigt hat. Doch durch das Annehmen dieser Realitäten entsteht ein neuer Boden, auf dem wieder etwas wachsen kann.



FREUNDE DER STIFTUNG MARIA EBENE

FRIENDS OF ME

Friends of ME
Stiftung Maria Ebene
Maria Ebene 17
6820 Frastanz
Tel.: 05522 72746 1400
<http://friends.mariaebene.at>
info@friendsofme.at
ZVR-Zahl: 903554800

Zeilen zum Nachdenken

Autorin: Ruth Schmiedberger

tanz mit mir an das ende der letzten zigarette, die allein im aschenbecher verglüht.
zum schlüssel, der die tür der bar verriegelt und den weg zu einem traumlosen
schlaf bahnt. tanz mit mir durch den kerzenschein und die schatten an der tür, die
nach unten führt, zum kalten, kalten boden. vor allem aber tanz mit mir ans bett
meiner kinder, zum beginn eines unschuldigen tages und durch das zittern der
hand beim streichen eines marmeladebrottes mit butter.

tanz mit mir durch flaschen voller wein und gin und wermut. zum einverständnis
alles menschlichen. zu regenmänteln, die tropfen und einen see auf dem dielen-
boden bilden.
du fragst, wie es mir geht, was soll ich dir erzählen?

tanz mit mir durch das nicht-mehr-funktionieren und durch die haut, die sich so
fremd anfühlt. über den balkonsims, wenn die straße unten weit genug entfernt.
durch das journal des scheiterns, bis die mundharmonika mich weckt.

tanz mit mir zwischen den bedeutungen, durch das gewebe von verstrickungen
und schuld. ans ufer des formlosen, wo alle gegensätze sich vereinen. tanz mit mir
durch die lügen, durch die asche der toten winkel und die gebrochenen entwürfe.

tanz mit mir ans ende der nacht.

