

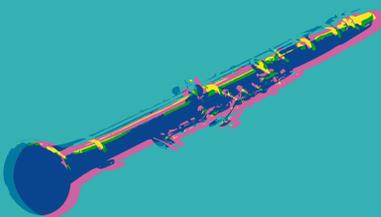
DER



Ringbote

AUSGABE 3 | 2024

Mitteilungen der Fachkliniken Ringgenhof und Höchst, des Förderkreises und der Geschäftsführung



Die Zieglerschen 

Titelthema: Hilfe mit Musik



INHALT

- 04 THEMA** Hilfe mit Musik
- 08 PORTRÄT** Sie lief einfach hinterher: Therapiepferd Nana
- 10 SPENDEN** Bitte: Ein Raum zur Gesundheit
- 12 IMPULS** Oh du fröhliche – Pfarrer Gottfried Heinzmann über den ernsten Hintergrund eines beliebten Weihnachtslieds
- 14 WIR** Dazulernen als Lebensprinzip: Fragen an Joachim Girsberger
- 16 HEILIGABEND** Weihnachtsgottesdienst auf dem Ringgenhof

**LIEBE LESERIN,
LIEBER LESER,**



kennen Sie das Gefühl auch? Wir sind doch gerade erst aus dem Sommerurlaub zurückgekehrt – und schon wieder steht Weihnachten vor der Tür! Der Trubel des Jahresendspurts nimmt uns nun in Beschlag: Die letzten Geschenke wollen noch besorgt, Plätzchen gebacken, die Treffen mit Familie und Freunden geplant werden ... Es warten noch einmal viele Aufgaben auf uns, bis wir das Weihnachtsfest feiern dürfen. Aber auch viel Vorfreude! Denn wir freuen uns auf viele Begegnungen, besinnliche Stunden, auf die ruhige Zeit »zwischen den Jahren«, die uns die Gelegenheit gibt, zur Ruhe zu kommen und das vergangene Jahr nochmals Revue passieren zu lassen.

Und da denken wir gerne zurück an das, was wir alles erlebt und geschafft haben, privat wie beruflich. Auch wir in der in der Suchthilfe schauen auf unsere Bilanz: Die Jahresfeste. Ein neues Therapieangebot mit der Musiktherapie in der Fachklinik Ringgenhof, über die Sie in unserem Titelthema lesen können. Und die guten Entscheidungen für die Zukunft, wie der Spatenstich für die Erweiterung der Fachklinik Höchsten in Bad Saulgau. Das Feld ist bestellt, wir schauen positiv ins kommende Jahr.

Stürzen wir uns also frohen Mutes in den Endspurt. Denn wir wissen: Am Ende werden wir alle Geschenke beisammenhaben, der Plätzchenteller wird gut gefüllt sein, wir können zur Ruhe kommen. Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie aus ganzem Herzen eine wunderbare Weihnachtszeit und alles Gute für das neue Jahr 2025!

Ihre

Rebekka Barth
Geschäftsbereichsleiterin Suchthilfe

Ihre

Sabine Lorber
Vorsitzende des Förderkreises



JAHRESFESTE FREUDE, WIEDERSEHEN UND GUTE GESPRÄCHE

Jedes Jahr kommen Menschen aus dem gesamten Bundesgebiet nach Wilhelmsdorf und Bad Saulgau. Einige schon seit über 50 Jahren. Allen ist gemein, dass sie in einer sehr schweren Phase ihres Lebens Hilfe in einer der Fachkliniken der Zieglerschen Suchthilfe gefunden haben. »Für uns und auch für unsere ehemaligen Patienten ist das Jahresfest etwas ganz Besonderes. Man trifft Menschen, mit denen man auf einem wichtigen Lebensabschnitt gemeinsam unterwegs war und feiert gemeinsam die durchgehaltene Abstinenz«, freut sich Rebekka Barth, Geschäftsbereichsleitung Suchthilfe, über das Wiedersehen. AS

FACHKLINIK RINGGENHOF ABSCHIED NACH FAST 22 JAHREN

Fast genau 22 Jahre hat er in der Suchthilfe gearbeitet – viele davon als Chefarzt der Fachklinik Ringgenhof in Wilhelmsdorf. Jetzt wurde Dr. Stefan Schaffitzel im Rahmen einer Feierstunde im Kreis von Kolleginnen und Kollegen in den Ruhestand verabschiedet. Schaffitzel hat von 2002 bis 2019 als Leitender Arzt der Fachklinik gearbeitet und dann bis zum Ruhestand als Funktionsoberarzt die Fachabteilung Sucht und Psychose weiterentwickelt, die heute » auch überregional hohes Ansehen genießt«, wie Holger Claus, Leitender Arzt der Fachklinik Ringgenhof hervorhob. » Wir danken ihm von Herzen und wünschen alles Gute und Gottes Segen für den neuen Lebensabschnitt«, sagte Rebekka Barth, die Geschäftsbereichsleiterin der Suchthilfe zum Abschied. AS



Holger Claus (links) und Katja Friedrich verabschieden Dr. Stefan Schaffitzel.

FACHKLINIK HÖCHSTEN SWR-FERNSEHTEAM DREHTE FÜR »ZUR SACHE BADEN-WÜRTTEMBERG«

Ein Fernsehteam des SWR hat im September die Fachklinik Höchsten besucht und einen Beitrag gedreht. Zu sehen war der Beitrag in der donnerstagabendlichen Sendung »Zur Sache Baden-Württemberg« am 17. Oktober. Titel der Sendung: Volksdroge Alkohol. Wer den Beitrag und die gesamte Sendung verpasst hat, wird in der ARD-Mediathek fündig: Dort lässt sich die Sendung nochmals ansehen. VS

ZUKUNFT SPATENSTICH FÜR ERWEITERUNGS- BAU DER FACHKLINIK HÖCHSTEN

Am 19. November war es endlich soweit: Mit dem Spatenstich für den Erweiterungsbau der Fachklinik Höchsten in Bad Saulgau begann ein neues Kapitel in der Geschichte der Suchthilfe. Die Fachklinik vergrößert sich um weitere 42 Plätze. »Wir freuen uns, noch mehr Menschen mit Suchterkrankungen helfen zu können«, so Rebekka Barth, die Geschäftsbereichsleiterin der Suchthilfe. VS

HILFE MIT MUSIK

Musik kann viel: eine gute Stimmung schaffen, unterhalten, zum Nachdenken anregen. Musik ist auch ein therapeutischer Ansatz in der Suchtbehandlung.

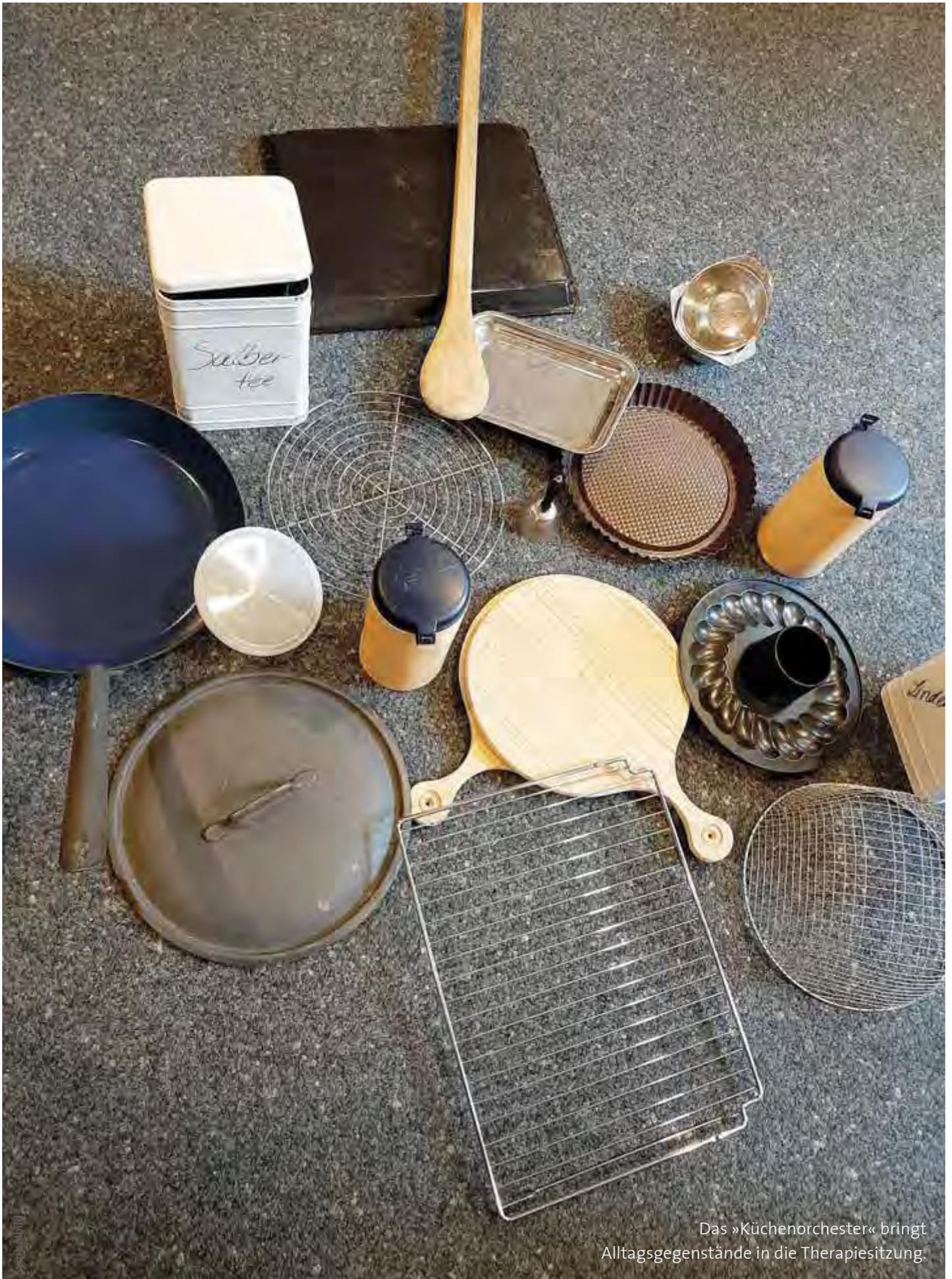
TEXT: CLAUDIA WERNER

Selber Musik machen, auf unterschiedlichen Instrumenten improvisieren, oder einfach zuhören: Musik spricht alle Sinne an. Sie hilft auch dabei, einen Zugang zu den eigenen Gefühlen und Erinnerungen zu bekommen. Die in der Fachklinik Ringgenhof neu angebotene Musiktherapie macht sich dies zu Nutze.

Heute sind sieben Männer gekommen. Im Therapieraum: Ein wahres Sammelsurium an Musikinstrumenten – von großen und kleinen Schlaginstrumenten aller Art über Gitarren und Ukulelen, Flöten, Klavier und Akkordeon bis hin zu Gong und Glockenspiel reicht das Spektrum. Für die heutige Therapiestunde hat Musiktherapeutin Dorothee Anders zusätzlich das Instrumentarium für ein ganzes Küchenorchester mit Backblech, Pfanne, Topfdeckel, Sieb, Gugelhupfform, Kochlöffel und Metalldosen für die Patienten vorbereitet. Im Kreis setzen sie sich um die Instrumente für das Küchenorchester. Sie sollen auswählen, was am besten zu ihrer aktuellen Stimmung passt.

»In der Musiktherapie sind keine musikalischen Fähigkeiten erforderlich und man muss auch kein Instrument spielen können«, erläutert Anders. Vielmehr gehe es darum, musikalisch Beziehungen aufzunehmen, sich auszudrücken und mittels der Musik zu kommunizieren. Da sich auch neue Patienten in der Gruppe befinden, ist es für Musiktherapeutin Anders ganz wichtig, die Funktion der Notfallglocke zu erläutern. »Sie können es immer dann betätigen, wenn es Ihnen zu viel wird. Sie dürfen sich jederzeit aus der Situation rausnehmen und können selbst Stopp sagen«, erklärt sie.

Musik kann ohne Worte einen unmittelbaren Zugang zu tiefen Gefühlen und längst vergessenen Erinnerungen schaffen. »Genau darin liegen Sinn und Zweck der Musiktherapie«, erklärt Dorothee Anders. Gerade für Patienten, die nur schwer Zugang zu ihren Gefühlen bekommen, sei sie eine sehr geeignete und hilfreiche Therapieform, quasi ein Türöffner. Die Erlebnisse, die über die Musiktherapie entstehen, seien wiederum Anknüpfungspunkte in der Einzeltherapie. Immer wieder erinnert Anders die Patienten daran, ihre individuellen Erlebnisse im Laufe



Das »Küchenorchester« bringt Alltagsgegenstände in die Therapiesitzung.



Musiktherapeutin Dorothee Anders zeigt das Monochord.

der Stunde gedanklich mitzunehmen und später bei Bedarf nochmals zu thematisieren.

Mittlerweile haben sich die Patienten ihr individuelles Schlaginstrument ausgesucht und versuchen sich an ihrem eigenen Rhythmus. Nicht wild und laut ist das Ergebnis, sondern eher vorsichtig und ausprobierend. Mit den Füßen sollen sie den Beat vorgeben, damit es ihnen leichter fällt, im Rhythmus zu bleiben. Anschließend können die Patienten mit dem »Gefühle-Blues«, den die Musiktherapeutin am Klavier begleitet, ihre eventuell schlechte Stimmung aus sich heraus singen. »Was ist, wenn ich im Moment gar nicht leide?«, fragt einer von ihnen. Überhaupt sei die groovige Melodie viel zu positiv.

Nach dem aktiven Teil der Therapiestunde nimmt Dorothee Anders die Patienten mit auf eine Fantasiereise mit dem Monochord. Beim Spiel der Saiten entstehen mit nur einem Ton anhaltende Schwingungen, die sich wie eine feine Klanghülle um die Zuhörer legt. Auch hier ist der Musik-

therapeutin der Hinweis wichtig, dass jeder selbst die Entscheidung trifft, ob er auf ein entstehendes Gefühl schauen oder ob er die Schublade lieber wieder zumachen möchte. »Sie sind hier nicht beim Zahnarzt und müssen etwas aushalten«, so Anders. Tatsächlich wird es für einen Patienten schon nach wenigen Klängen zu viel und er verlässt den Raum. Die anderen führt die Musiktherapeutin mit dem Instrument und ihrer Stimme an ihren individuellen Wohlfühlort in der Herzgegend. »Erlaube dir neugierig zu sein auf das, was du dort erlebst, siehst, hörst und schmeckst«, fordert sie auf. Immer wieder erinnert sie die Patienten daran, das gerade Erlebte als Anknüpfungspunkt für die Einzeltherapie gedanklich mitzunehmen.

Nach der Klangreise bleibt für die Patienten Zeit, um zu erzählen, was sie erlebt haben. Während es für manche fast an die Schmerzgrenze ging, empfanden andere das klangliche Abenteuer hoffnungsvoll bis supertoll. »Anfangs fiel es mir schwer, aber dann konnte ich die Klänge einfach zulassen«, schildert ein Patient seine Erfahrung.

GESPRÄCHSNOTIZ

»MUSIK KANN EINE RESSOURCE SEIN, DIE KRAFT GIBT«

DOROTHEE ANDERS IST MUSIKTHERAPEUTIN AN DER FACHKLINIK RINGGENHOF. SIE SAGT: MUSIK HAT GERADE FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN OFT EINE GROSSE BEDEUTUNG.

TEXT: ANNETTE SCHERER

Worum geht es bei der Musiktherapie?

Es geht bei uns nicht darum, ein Instrument zu lernen oder gemeinsam schön zu musizieren. Sondern es geht um den Patienten. Durch bewusstes Erleben und Erfahren der Musik soll er sich selber näher und seinen Gefühlen wieder auf die Schliche kommen und darf dabei neue Beziehungserfahrungen machen. Musik berührt, löst Gefühle aus und hat gerade für suchtkranke Menschen oft eine große Bedeutung. Sie kann im Alltag eine Ressource sein, die Menschen stärkt und stolz macht.

Muss man bei der Musiktherapie in der Fachklinik Ringgenhof selber aktiv sein oder reicht auch das Zuhören aus?

Grundsätzlich ist beides möglich, also auch nur das Hören. Wir sind hier bei unseren Angeboten überwiegend aktiv. Dabei nutzen wir keine elektronischen Instrumente, sondern versuchen, durch feine Instrumente Schwingungen hervorzurufen. Wir haben in unserem Gruppenraum ganz viele Instrumente, von denen die Patienten einige auch ausleihen können: Gitarren, Ukulelen, Schlagzeuge, Percussion, Querflöte, Blasinstrumente, Klavier. Aber auch ein Backblech, Metallsieb oder ähnliche Gegenstände, die Töne oder Schwingungen erzeugen, können unsere Instrumente sein.

Und was kann Musiktherapie bewirken?

In der Musiktherapie können Menschen Neues ausprobieren, hören, fühlen, reflektieren, sich in der Gruppe austauschen durch Rhythmus, Klänge und Blicke. Das ist Beziehungsarbeit in der Gruppe. Nur wenn man sich aufeinander einstellt, ist ein musikalisches Miteinander möglich. Musik kann einen unmittelbaren Zugang zu tiefen Gefühlen und längst vergessenen Erinnerungen schaffen. Gerade für Patienten, die nur schwer Zugang zu ihren Gefühlen bekommen, ist die Musiktherapie eine sehr geeignete und hilfreiche Therapieform. Die Erlebnisse, die über die Musiktherapie entstehen, können wiederum Anknüpfungspunkte für die Einzeltherapie sein.

Herzlichen Dank für das Gespräch!



DOROTHEE ANDERS (56) IST MUSIKTHERAPEUTIN. SIE HAT DAS NEUE ANGEBOT DER MUSIKTHERAPIE IN DER FACHKLINIK RINGGENHOF AUFGEBAUT.

»Tipp

Gönnen Sie Ihren Ohren und Ihrer Seele eine Auszeit bei einem Gang in die Natur fernab akustischer Belästigung. Was ist zu hören? Welche Geräusche ziehen Sie an, welche stoßen Sie ab? Wie geht Ihr Atem? Wie ist der Rhythmus Ihrer Schritte? Wie gestalten Sie den Übergang zurück in den Alltag?

PORTRÄT

TEXT: VOLKMAR SCHREIER

»Als ich gehen wollte lief sie mir einfach hinterher.«

Als das »bemalte Pferd« hat man sie vielleicht schon einmal gesehen. Dabei ist Nana im Hauptberuf Therapiepferd in der Fachklinik Höchsten und bemalt zu werden nur ein kleiner Nebenaspekt ihres Jobs.

Das Porträt.

Nana bleibt stehen und guckt. Guckt zu der Frau, die sie eigentlich am Weg entlangführen soll. Guckt auf das üppige grüne Gras neben dem Weg. Mustert ihre Führerin nochmal mit ihren großen Augen – und entscheidet sich fürs Gras. Genüsslich macht sich die Stute über die saftigen Halme her. Weitergehen? Nein, irgendwie ist der Draht zu der Patientin der Fachklinik Höchsten abgerissen. Nana, mit ihren mittlerweile 27 Jahren die Seniorin unter den Therapietieren, hat da ihren eigenen Kopf. Merkt sie, dass die Patientin gedanklich abschweift, die Achtsamkeit nicht mehr auf dem Therapiepferd liegt, was eigentlich der Sinn der Führübung in der Therapieeinheit ist, ist ihre Rückmeldung sehr direkt: Du interessierst dich nicht für mich? Dann ist für mich das Gras jetzt interessanter als du.

»Sie schenkt einem nichts.« Das hat Nanas letzter Vorbesitzer über die Stute – dunkelbraunes Fell, nicht allzu groß, so dass

auch Kinder schon auf ihr reiten können – gesagt. Ein sensibles Tier, dessen Vertrauen man sich erst erarbeiten muss, wie Elke Heymann-Szagun, die an der Fachklinik Höchsten für die tiergestützte Therapie verantwortlich zeichnet, berichtet. Denn Nana war bei ihren vielen Vorbesitzern irgendwann immer »übrig«. Die Kinder, die auf ihr geritten waren: Auf größere Pferde gewechselt. Die Frau ihres letzten Vorbesitzers, für die sie gedacht war: Verstorben. Überhaupt das Aufsatteln: Total unbequem für das Tier, das zeigt sie auch – keine guten Voraussetzungen für ein Reitpferd. Immer wieder ist Nana überflüssig, wird weiterverkauft. Die Stute wird Menschen gegenüber zurückhaltend, distanziert, denn auch mit Tieren macht ständige Zurückweisung etwas. »Das wirklich überraschende war aber: Als ich sie mir damals angesehen habe und gehen wollte, lief sie mir einfach hinterher – sehr zum Erstaunen ihres damaligen Besitzers«, erzählt Heymann-Szagun.



»Um ehrlich zu sein, war jede Stunde mit Nana besonders.«

Seit 2017 ist Nana also Therapiepferd und »arbeitet« in der tiergestützten Therapie der Fachklinik Höchsten mit suchtkranken Frauen. Die Fachklinik ist eine von wenigen Suchtfachkliniken in Deutschland, die einen solchen Therapiebaustein anbieten. Für jede Patientin ist der Kontakt zu Tieren ein größerer oder kleinerer Teil der Behandlung. Neben Pferden wie Nana gibt es dort noch Lamas, Alpakas und Ziegen. Die Tiere helfen den Patientinnen dabei, sich selbst besser kennenzulernen und wieder anzunehmen, zu reflektieren, aber auch Verantwortung für sich und andere zu übernehmen – wichtige Bausteine in der Therapie. Was Nana offensichtlich besonders gut kann? »Sie schenkt einem Vertrauen, wenn man sie nicht einfach aufgibt« erzählt eine ehemalige Patientin. Sich dieses Vertrauen zu erarbeiten, sei aber ein ordentliches Stück Arbeit, denn mit eiliger Abfertigung komme man im Umgang mit ihr nicht weit. »Man muss sich auf sie einstellen.«

Nana scheint ihren Job zu lieben. In verschiedenen Therapieeinheiten ist sie das tierische Gegenüber der Patientinnen. Beim Pferdeführen müssen die Patientinnen sehr achtsam sein und auf Nana reagieren – sonst frisst sie lieber Gras. Bei Parcoursübungen müssen zwei Patientinnen gemeinsam Nana durch einen Parcours mit Hindernissen führen. Auch da ist Nana sehr direkt: Fehlt im Team die Abstimmung, bleibt sie einfach stehen. Erst wenn sich das Team wieder sortiert hat, geht es weiter. Überhaupt sind Hektik und schnelle Aktionen nicht so ihr Ding: Nur wenn sich die Patientinnen ruhig und einfühlsam ihr gegenüber verhalten, kann sie sich entspannen und den Menschen gegenüber Zutrauen zeigen. Es ist ein gegenseitiges Aufeinander einlassen, ein Geben und Nehmen, wie eine Patientin berichtet: »Um ehrlich zu sein, war jede Stunde mit Nana besonders. Durch Nana habe ich wieder den Weg zu mir selbst gefunden, da sie mich immer gespiegelt hat und klar zeigte, was sie möchte oder auch nicht.« Und dass es nach den Therapiestunden von den Patientinnen immer eine kleine Belohnung gibt, ist ein schöner Bonus für das Therapiepferd. Manche Patientinnen bekommen Nana im Rahmen ihrer Therapie auch als Pflegepferd zugeteilt.

Über die Tiertherapie hinaus hat es Nana zu einigem Bekanntheitsgrad gebracht. Als das »bemalte Pferd« war sie schon das ein oder andere Mal im Ringboten abgebildet, zierte die Einladungskarte zum Beratungsstellentag. Tatsächlich hat sie, zumindest im Sommer, wenn das Fell schön kurz ist, kein Problem damit, als lebendige Leinwand zu fungieren. Ganz im Gegenteil: Bemalt zu werden scheint sie zu genießen, vor allem dann, wenn sie Zebrastreifen aufgemalt bekommt. Denn so ein frischer Zebra-Look hilft zumindest für einige Tage gegen die lästigen Fliegen ...

Nana hat im Tiertherapiebereich der Fachklinik Höchsten eine Heimat gefunden. Was ihr und auch vielen ihrer tierischen Kolleginnen und Kollegen jedoch noch fehlt, ist ein Tierpate oder eine Tierpatin. Wer Tierpate werden möchte, findet auf www.zieglersche.de/tierpate-werden alle Informationen dazu!

BITTE

... helfen Sie mit.

Ein spezieller Entspannungsraum wäre gerade für Drogenpatientinnen in der Fachklinik höchstens eine grosse Hilfe.



RUHE, ENTSPANNUNG, STRESSABBAU BITTE HELFEN SIE MIT, PATIENTINNEN EINEN RAUM ZUR GESUNDUNG ZU SCHAFFEN

Die Kindheit von Alina Bühler ist eine, die man niemandem wünscht. Der Vater trinkt, fast täglich gibt es Prügel und Gewalt. Mit 14 nimmt sie zum ersten Mal Drogen, mit 17 haut sie von zu Hause ab. Jahrelang lebt Alina, deren Name zum Schutz geändert ist, auf der Straße – in einem Teufelskreis aus Drogensucht und Beschaffungskriminalität.

Nun ist sie Patientin in der Fachklinik Höchst. Zugunsten einer Therapie wurde ihr ein Jahr Haftstrafe erlassen. Die inzwischen 24-Jährige, spindeldürr, unsicherer Blick, immer wieder Schweißausbrüche, kommt in der Klinik kaum zur Ruhe. Nachts liegt sie wach, tags hält sie es nur

kurz an einem Ort aus. Lläuft unruhig über die Flure, ist immer auf dem Sprung. Immer in Alarmbereitschaft.

Damit Patientinnen wie Alina Bühler besser zur Ruhe kommen können, möchte die Fachklinik Höchst nun einen speziellen Entspannungsraum einrichten. »Beruhigende Farben, gedämpftes Licht sowie bequeme Sitz- und Liegemöbel – all das würde den Patientinnen einen Rückzugsort bieten, der ihnen hilft, Stress und Verspannungen abzubauen«, erläutert Rebekka Barth, Geschäftsbereichsleiterin in der Suchthilfe. Ausgestattet werden soll der Raum zudem mit einem medizinischen Hydrojet-Massagegerät. Über

Wasserdüsen sorgt es für einen Massageeffekt und verhilft zu Ruhe und Entspannung. »Gerade für unsere Drogen-Patientinnen wäre ein solcher Entspannungsraum – als Ergänzung zur Therapie – eine große Hilfe«, erklärt die Expertin.

Doch so wichtig das Vorhaben für die Sucht-Rehabilitation auch ist, aus eigenen Mitteln ist es nicht zu finanzieren. 23.000 Euro kostet die Einrichtung dieses professionellen Entspannungsraums, Geld das für Renovierung und Ausstattung, etwa mit Liegen und Sesseln, vor allem aber für die Finanzierung des medizinischen HydroJet-Massagegeräts benötigt wird. Rund 13.000 Euro wurden bereits gespendet. Nun fehlen noch 10.000 Euro, für die wir Spenden hoffen. Machen Sie mit?



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 CHRISTOPH HAHN

Musiktherapie am Ringgenhof? Ich freue mich! Nach der Therapie erinnerte ich mich an meine alte reparaturbedürftige Geige auf dem Dachboden. Ich ließ das vernachlässigte saitenlose Instrument instand setzen und nahm wieder Unterricht – das erste Mal nach 25 Jahren Pause. Das verschüttete Können blitzte wieder auf und ich erfreue mich an der Rückkehr der manchmal schönen Töne. Seitdem ist das Spielen auf der Violine wieder Teil meiner Freizeit geworden. Beim Geigenspiel denke ich an nichts anderes und kann mich darin vertiefen, da ich mich recht konzentrieren muss. Das ist bei jedem anderem Instrument sicher genauso. Aber mit der großen Weltkarriere wird es wohl nichts mehr und Anne-Sophie Mutter will mit mir wohl auch kein Duett mehr spielen ...

Zu meiner Zeit am Ringgenhof vor ein paar Jahren lag der Musikraum meiner Erinnerung nach leider etwas herrenlos brach und war meist verschlossen. Es ist wunderbares Signal, dass der Musikraum wieder hergerichtet wurde und ein maßgeschneidertes Therapieangebot beinhaltet. Ich spüre also jetzt eine energiegeladene Aufbruchs- und eine Jetzt-Erst-Recht-Stimmung am Ringgenhof und dass man mit Hoffnung und Ehrgeiz der am Horizont lauernden Schließung sich entgegenstemmt. Das macht Mut und Zuversicht, dass die Suchtklinik für die Männer erhalten bleiben kann.

CHRISTOPH HAHN, EHEMALIGER PATIENT, BELEUCHTET UNSER
TITELTHEMA VON EINER ÜBERRASCHENDEN SEITE.

KOLUMNE

PFARRER GOTTFRIED HEINZMANN

O DU FRÖHLICHE WEIHNACHTSZEIT?



PFARRER GOTTFRIED HEINZMANN
IST VORSTANDSVORSITZENDER
DER ZIEGLERSCHEN

Hand aufs Herz – erwarten Sie eine fröhliche Weihnachtszeit? Dazu müsste man manches ausblenden, ignorieren, ausschalten. Im persönlichen Leben und auch in dem, was sich um uns herum abspielt.

Man könnte meinen, das beschwingte Weihnachtslied »O du fröhliche, o du selige, gnadenbringende Weihnachtszeit!«, habe ein unbeschwerter Mensch gedichtet. Weit gefehlt! Für Johannes Daniel Falk, gefeierter Dichter in Weimar, Freund von Goethe und Herder, brach die heile Welt zusammen. Die napoleonischen Kriege brachten die Pest mit sich. Alle sechs Kinder erkrankten, vier starben, er selbst rang wochenlang mit dem Tod. In dieser Zeit fasste er den Entschluss, sein Leben zu ändern. Er wandte sich Gott zu und beschloss, Kindern, die unversorgt und hilflos auf der Straße leben, ein Zuhause zu geben. Gemeinsam mit seiner Frau baute er ein »Rettungshaus«, mit Internat,

Schule und Ausbildungsplätzen für 200 Kinder. Barmherzigkeit und Liebe – das waren die Grundlagen für seine Pädagogik.

An Weihnachten 1816 ist Johannes Falk krank. Für das Fest mit den Kindern dichtet er ein Lied: »O du fröhliche, o du selige«. Er will den Kindern die frohe Botschaft weitergeben, dass Jesus sie bedingungslos liebt. Er schreibt: »Ich freue mich, dass ich den Ton treffe, der den Kindern ans Herz geht.«

Das Lied, das Johannes Falk gedichtet hat, berührt auch heute noch die Menschen. Eine fröhliche Weihnachtszeit hängt nicht an äußeren Umständen. Eine fröhliche Weihnachtszeit erlebe ich, weil Gott in diese Welt und in mein Leben kommt. Ganz nah bei mir ist, mich trägt und hält. Eine fröhliche Weihnachtszeit erlebe ich, wenn ich Gottes Barmherzigkeit und Liebe an andere weitergeben kann.





Fragen an

JOACHIM GIRSBERGER

Joachim Girsberger (40) arbeitet seit 2012 an der Fachklinik Ringgenhof. Er ist Sozialarbeiter und Suchttherapeut und Mitglied in der Mitarbeitervertretung.

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

Zunächst gänzlich ohne Plan, bin ich über den Zivildienst im ZfP Bad Schussenried im sozialen Bereich heimisch geworden. Die Arbeit mit Menschen bereitete mir Freude und gab meinem Leben damals eine sinnerfüllte Richtung. Anderen Menschen auf professionelle Weise helfen zu wollen, führte mich zunächst zur Krankenpflegeausbildung und schlussendlich zu meiner jetzigen Tätigkeit als Sozialarbeiter im therapeutischen Bereich.

Was bereitet Ihnen an Ihrer Arbeit am meisten Freude?

Dabei sein zu dürfen, wie Menschen in unterschiedlichsten Lebenslagen wieder zurück ins Leben finden und dazu einen kleinen Beitrag leisten zu können. Zudem das Privileg zu haben, an den Erfahrungen einer Vielzahl an Menschen teilhaben zu dürfen und so immer wieder neue Facetten des Lebens kennen zu lernen. Gleichzeitig dabei immer wieder selbst dazulernen zu können.

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

Dass suchtkranke Menschen und die Suchthilfe an sich in der Gesellschaft mehr wahrgenommen werden und entsprechend die Unterstützung erfahren, die benötigt wird. Für die Suchthilfe der Zieglerschen wünsche ich mir, dass wir, trotz der immer wieder schwierigen Rahmenbedingungen, uns weiterentwickeln und das vorhandene Potential gut nutzen können.

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

Mit Thich Nhat Hanh, der trotz der schmerzhaften Erfahrungen des Vietnamkriegs, seinen gewaltfreien Weg wei-

tergegangen ist und stets für einen friedvollen und achtsamen Weg gestanden ist.

Was bringt Sie richtig auf die Palme?

Trotz guter Vorsätze schaffen dies gelegentlich meine Kinder :), Zeitdruck und genau dann funktioniert der PC nicht, Telefon-Hotlines.

Wofür würden Sie mitten in der Nacht aufstehen?

Für meine Familie, vor allem für meine Kinder und für gute Freunde.

Auf was könnten Sie in Ihrem Leben nicht verzichten?

Auf meine Kinder.

Was ist ihr Lieblingsessen?

Letztendlich lande ich immer wieder bei den Kässpätzle :)

Wenn Sie drei Wünsche frei hätten, welche wären es?

Dass die Menschheit endlich was aus den vielen Kriegen und Krisen lernt. Ich möglichst gesund durchs Älterwerden gehen darf und am Lebensende dankbar und zufrieden zurückschauen kann.

EIN RETREAT AN EINEM RÜCKZUGSORT UND KEINE FREIZEIT!

Eindrücke zur Ralligenfreizeit

NEUGIERIG UND UNVORBEREITET bin ich zu einer »Freizeitveranstaltung« gefahren. Wie es mir erging?

BEIM GUT RALLIGEN der Christusträger ist alles aus einem soliden Guss geschaffen – so nehme ich es sofort wahr. Schon bei der Vergabe der Schönheiten durch den Schöpfer hat die liebliche Landschaft am Thunersee die Hand mehrmals hochgehoben: Saftig grüne Hügel, schneebedeckte Berge und türkisblaues Seewasser formen eine Märchenlandschaft. Das Gut selbst ist ein Bau aus dem 14. Jahrhundert und auch dort setzt sich die Schönheit und Wertigkeit bis ins kleinste Detail fort – so schön!

ABER WEGEN ÄUSSERLICHKEITEN und Annehmlichkeiten ist man eher weniger dort. Anfangs war der Aufenthalt von Dr. Rieth, langjähriger Leiter der Kliniken Ringenhof und Höchsten, für länger erfolgreich abstinenten Patienten ins Leben gerufen worden. Der Sinn ist eine Auffrischungs- oder Festigungskur. Und das ist sinnvoll für Menschen, die sich bestärken und wieder bestätigen wollen auf ihrem Weg einer zufriedenen Abstinenz.

ICH FÜHLTE MICH SOGLEICH LIEBEVOLL warm aufgenommen in einer vertrauten Familie, bei der ich gleich bereit war, mich zu öffnen und mitzuwirken. Vorab gilt es jedoch sich klar zu machen, dass dieser Aufenthalt einen essenziellen Anteil Spiritualität und Glauben an Gott



mitbeinhaltet. Sicherlich ist eine Teilnahme auch ohne religiösen Bezug möglich. Das halte ich aber für unbefriedigend, weil das gesamte Setting nicht mehr so gut passen könnte. Das muss man unbedingt wissen!

DAS DIESJÄHRIGE MOTTO lautete »erfülltes Leben« – mit einem großen Spielraum für Gedanken und Diskussionen. Es gab zwei Gesprächsgruppen und wir wurden wie jedes Jahr von zwei Therapeuten – dieses Mal Claudia Lux und Martin Damm, die langjährig die zwei Suchtkliniken kennen – begleitet. Vier intensive Gruppensitzungen an drei Tagen mit therapieerfahrenen Teilnehmern: Das hinterlässt tiefe Spuren – gut, dass wir die richtige Balance zwischen intensiver Arbeit miteinander und Ruhephasen für die eigene Verarbeitung der aufwühlenden Gedanken und Anregungen hatten. Wichtig auch, wie ich finde: die regelmäßigen und freiwilligen Andachten am Morgen und Abend. Sie umrahmen die Gesprächsarbeit, gießen die ergreifenden Erlebnisse in ein rundes Format. Und auch Gespräche mit den Klosterbrüdern sind jederzeit möglich, die noch einmal eine ganz andere geistliche Perspektive bieten.

ICH KAM AHNUNGSLOS HIN und verändert zurück. Eine Freizeit kann man das nicht nennen. Es ist eine Klausur mit anderen und für sich selber. Ich gehe wieder mit. Danke, dass ich das erleben durfte. *Christoph Hahn*

IMPRESSUM

DER RINGBOTE Das Magazin des Geschäftsbereiches Suchthilfe und des Förderkreises Suchthilfe der Zieglerschen e.V. November 2024, Nr. 3 Auflage: 2.700 Stück **HERAUSGEBER** Die Zieglerschen – Süd – gem. GmbH, Geschäftsbereich Suchthilfe, vertreten durch Rebekka Barth, Geschäftsbereichsleiterin Suchthilfe und der Förderkreis Suchthilfe der Zieglerschen e.V., vertreten durch Sabine Lorber, Vorsitzende **ERSCHEINUNGORT** 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** Maria Keller (verantw.) **AUTOREN DIESER AUSGABE** Claudia Werner, Christoph Hahn, Annette Scherer (AS), Volkmar Schreier (VS) **BILDNACHWEISE** Titelfoto: smartboy10/istock Weitere Bilder: Illya_Vinogradov/istock (S.2), Rolf Schultes (S.2), privat (S.2, S.7), Annette Scherer (S.3, S.5, S.6), Elke Heymann-Szagun (S.9), Pacharee/AdobeStock (S.10), Illustration: Nils Menke (S.12), romrodinka/istock (S.13), Bernhard Wrobel (S.14), Christoph Hahn (S.15), kna123/istock (S.16) **ANSCHRIFT DER REDAKTION** Die Zieglerschen – Süd – gem. GmbH Geschäftsbereich Suchthilfe Maria Keller Saalplatz 4 88271 Wilhelmsdorf Telefon (07503) 920 - 103 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: Edgar W. Zeller, Marko Budimir, Ulrich Kretschmer

TERMINE

HEILIGABEND-GOTTESDIENST

Einladung Gottesdienst in der Kirche am Weg an Heiligabend, 24.12.2024 um 16 Uhr

JAHRESFESTE – TERMIN 2025

Bitte vormerken Im kommenden Jahr werden die Jahresfeste der Fachkliniken Ringgenhof und Höchsten bereits vor den Sommerferien stattfinden. Bitte merken Sie sich den Termin schon einmal vor: 12. Juli 2025

IN EIGENER SACHE

Ab dem kommenden Jahr ändert der Ringboten seine Erscheinungsweise. Zukünftig wird es nur noch zwei statt drei Ausgaben im Jahr geben. Der nächste Ringbote wird also nicht wie gewohnt zu Ostern, sondern im Frühsommer erscheinen.



HEILIGABEND AUF DEM RINGGENHOF

Wir feiern auch dieses Jahr wieder einen Heilig Abend Gottesdienst in der Kirche am Weg – mit dem Wort Gottes, Liedern, die wir gemeinsam singen, aber auch einer außergewöhnlichen Deko und Aktionen, mit denen jeder ins Weihnachtsgeschehen mitgenommen wird. Für den Gottesdienst 2024 haben wir uns das Thema: »Endlich sehe ich das Licht ...« ausgewählt. Wir alle kennen Dunkelheiten in unserem Leben: Verlust, Krankheit, Stress im Job oder in der Familie, auf weltpolitischer Ebene ... Gerade in solchen Zeiten brauchen wir ein Zeichen von oben. Lassen Sie uns gemeinsam feiern und das Licht in die Welt hinaustragen.

Eingeladen sind Patienten und ehemalige der Suchthilfe, Freunde und Angehörige und natürlich die Gemeinde ob nah oder fern.

Wir freuen uns auf Sie!