

Frau F.

Das Gespräch mit Frau F., Klientin
Betreutes Wohnen Muristrasse, führte
Evelyne Zahnd.

Frau F. ist seit zwei Jahren in der Institution suchttherapiebärn, vorerst im Therapiestatus und seit Anfang 2024 nach erfolgreichem Übertritt nun im Betreuten Wohnen, wo sie sich auf den nächsten Schritt des selbständigen Wohnens und abstinente Lebens ausserhalb der Institution vorbereitet. Sie lässt uns teilhaben daran, was sie in diesem vergangenen Jahr im Wesentlichen bewegt hat und was sie nun zuversichtlich in die Zukunft blicken lässt:

Nach mehreren Klinikaufenthalten war es für mich sehr wertvoll hier sein zu dürfen, wo ich Zeit habe ohne Druck und auch mit vielen Freiheiten mein Leben zu ordnen.

Es gab in diesem vergangenen Jahr nebst viel Gutem auch sehr schwierige und herausfordernde Situationen, und was mir dabei wichtig ist und mich bewegt, ist, dass ich trotz allem mein Leben seit nun circa zwei Jahren im Griff habe. Das heisst, es gab keine Konsumvorfälle mehr, ich konnte viel Zeit mit meinen Kindern verbringen und ich habe sehr davon profitieren können, hier in einem geschützten Rahmen zu sein. Klar gab es auch Unstimmigkeiten und Meinungsverschiedenheiten, aber ich wusste immer, dass wenn ich etwas brauche, ist jemand da, der mich auf meinem

Weg unterstützt und das war für mich eigentlich das Wichtigste. Ich weiss jetzt, es braucht zwar Kraft, viel Disziplin und den Willen, keine Hintertüren offen zu lassen, aber es ist machbar. Und so wünsche ich mir dies auch für alle andern hier, dass sie diese Chance wirklich nutzen können und ihren Weg in die Abstinenz schaffen. Diese nun schon lange andauernde Erfahrung abstinente leben zu können und dabei stark genug zu sein, um auch sehr schwierige und schmerzhaft Situationen aushalten und meistern zu können, gibt mir Zuversicht im Blick auf die bevorstehende Zeit. Auch meine Teilzeitarbeit im Familienzentrum und das Glück, wieder als coole Familie zusammenleben und jeden Morgen mit klarem Kopf aufstehen zu können, erfüllt mich mit Freude und macht Mut.

«Wieder als coole Familie zusammenleben und jeden Morgen mit klarem Kopf aufstehen zu können, erfüllt mich mit Freude und macht mir Mut.»



Herr H.

Das Gespräch mit Herr H., Klient
stationäre Sucht- und Sozialtherapie,
führte Evelyn Zahnd.

Herr H. hat nach einem früheren Abbruch in einer anderen Institution im Mai 2024 seinen stationären Therapieprozess in der suchttherapiebärn wieder aufgenommen. Was ihn in diesen letzten Monaten im Wesentlichen bewegt hat und was ihn trotz allen Schwierigkeiten, Rückschlägen und Herausforderungen zuversichtlich in die Zukunft schauen lässt, erzählt er uns hier:

Ich hatte schon vor diesem Aufenthalt hier den Entschluss gefasst, mein Leben ohne Drogenkonsum meistern zu lernen, jedoch stürzte ich damals aufgrund verschiedener sehr schwieriger Ereignisse in eine schwere Lebenskrise und landete nach einem Suizidversuch zu meinem Schutz in der geschlossenen Abteilung der Klinik Meiringen. Danach wollte ich einfach nur noch raus. Ich erhielt dann von einem Kollegen auch tatsächlich ein interessantes und lukratives Angebot, wo ich hätte arbeiten und wohnen können. Und ich war nahe daran,

dieses anzunehmen. Doch da realisierte ich, dass mich diese Entscheidung nicht wirklich weiterbringen würde. So entschied ich mich schliesslich für den stationären Therapieaufenthalt in der suchttherapiebärn. Ich erlebe hier

«Ich habe diese Entscheidung bis heute keine Sekunde bereut.»

ehrliches Interesse an meiner Person und den Willen mir eine Chance zu geben, trotz allem, was ich in den früheren Therapien verbockt und dies hier auch ehrlich auf den Tisch gelegt habe. Und auch mein ADHS und eine eventuell nötige Medikation wurden ernst genommen. Ich habe diese Entscheidung bis heute keine Sekunde bereut. Ich profitiere sehr von der Arbeit mit meiner Bezugsperson, mit dem Arbeitsgogen in der internen Arbeit und von der zwar klaren, aber nicht zu rigiden Struktur des Settings. Hier werde ich nicht bestraft, wenn ich Fehler mache.

Auch durfte ich an der Fussballmeisterschaft in Seoul teilnehmen, was mir viel bedeutet und mich auf meinem Weg zur Abstinenz sehr motiviert hat. Die dort erlittene Verletzung an der Hand und die daraus folgende mehrwöchige Arbeitsunfähigkeit warfen mich in meinem Prozess wieder ziemlich zurück und so kämpfte ich seither wieder vermehrt um eine stabile Abstinenz, bin aber trotzdem immer noch sehr motiviert, diesen Weg in ein eigenständiges Leben zu gehen. Dass ich hier Menschen an meiner Seite habe, die mich unterstützen und mit denen ich auf Augenhöhe besprechen kann, was mich beschäftigt, gibt mir Hoffnung für die Zukunft und auch zu sehen, dass man hier genügend Zeit zur Verfügung hat, um die anstehenden Schritte wie Wohnungs- und Arbeitssuche zu planen und anzugehen, macht zuversichtlich.

Kim Schädler

Ehemalige Betriebsleiterin Kita Zazabu



Das Jahr 2024 war für mich als Co-Betriebsleiterin der Kita Zazabu eine Zeit intensiver Reflexion und engagierter Arbeit. Eine der zentralen Fragen, die mich in dieser Rolle beschäftigt hat, war: Wie können wir unsere Kita so aufstellen, dass wir hinsichtlich des letztjährigen Defizits wieder finanziell stabil werden und dies in Anbetracht der steigenden Kosten auch bleiben, und gleichzeitig eine ansprechende Einrichtung für Kinder und Familien bieten? Vor dem Hintergrund steigender Kosten war es mir ein Anliegen, Lösungen zu finden, um unsere finanzielle Basis zu sichern. In diesem Zusammenhang war eines meiner Ziele, möglichst viele neue Familien für unsere Kita zu gewinnen, um eine gute Auslastung zu erreichen. Ein weiteres Thema, das mich in diesem Kontext begleitet hat, war die Auseinandersetzung mit meiner Rolle als Teamleiterin: Ich habe mich immer wieder gefragt, wie ich trotz der vielen administrativen und operativen Aufgaben auch im Team präsent sein kann, um den Zusammenhalt zu stärken

und gemeinsam mit einem positiven Blick in die Zukunft zu gehen. Mir war klar, dass ich meine Prioritäten klären und setzen muss. Mit dem Team im Kontakt zu sein und zu bleiben bedeutete auch, ohne schlechtes Gewissen einmal etwas im Büro liegen zu lassen, immer wieder auf der Gruppe vorbei zu schauen und mit den Mitarbeitenden im Gespräch zu bleiben. Ich musste also eine gute Balance finden, einerseits den Mitarbeitenden wirklich zuzuhören und ihre Situation ernst zu nehmen, andererseits jedoch den Fokus auf das Positive und die Arbeit mit den Kindern zu bewahren. Um den Teamzusammenhalt weiter zu stärken, habe ich zudem versucht, den Themen aus dem Team- und Arbeitsalltag in unseren Sitzungen genügend Raum zu geben, darauf einzugehen und gemeinsam zu schauen, wo wir einander noch besser unterstützen können.

Trotz der aktuellen Herausforderungen im Bereich der familienergänzenden Betreuung blicke ich zuversichtlich in die Zukunft: Ich glaube fest daran, dass die Kita auch in Zukunft eine unverzichtbare Stütze für Familien und eine inspirierende Umgebung für Kinder sein wird. Familien sind auf ein verlässliches und professionelles Betreuungsangebot angewiesen, und deshalb wird die Nachfrage nach qualifizierter Kinderbetreuung weiterhin bestehen bleiben.