

IM NEUTHAL

Julian W. war in der Suchttherapie NEUTHAL in Bäretswil. Vor ca. einem halben Jahr hat er eine Lehrstelle gefunden und konnte in die Aussenwohngruppe umziehen. Im Interview spricht er über sich, seine Zeit im NEUTHAL und über Vorbilder.



Was ist Deine Geschichte Julian ?

Ich bin Julian W., geboren 1994 in Winterthur. Mit ca. zwölf Jahren hat es mit Kiffen und Alkohol begonnen. Mit 15 oder 16 kamen dann neue Drogen dazu: Extasy, MDMA und Partydrogen. Eine Lehre als Zimmermann habe ich abgebrochen und danach ab und zu gejobbt. Nach verschiedenen Integrationsprogrammen, die nicht viel genutzt haben, bin ich mit 18 Jahren auf die Suchttherapie NEUTHAL gestossen und entschied, dort einzutreten.

Ich hielt es erst nur wenige Monate aus und bin später aber zum Glück wieder eingetreten und konnte die Therapie dann durchziehen. Ein Jahr und vier Monate war ich dort. Ich habe eine Lehrstelle gefunden und bin seit bald 6 Monaten in der Aussenwohngruppe.

Es läuft richtig gut in der Lehre und auch in der Berufsschule. Die Zweifel waren am Anfang gross. Jetzt merke ich aber immer mehr, dass ich super unterwegs bin.

Du stehst kurz vor einem freien, selbständigen Leben nach der Sucht. Das macht Dich zum Vorbild für viele. Hattest Du auch solche Vorbilder auf Deinem Weg aus der Sucht?

Während der Therapie nicht wirklich. Lange war mein Bruder ein Vorbild, da er einen guten Umgang mit dem Thema gefunden hatte. Aktuell habe ich vor allem ein Vorbild: Eine Kollegin, die das alles auch durchgemacht hat. Wir können uns gegenseitig aufbauen. Der Austausch mit Gleichgesinnten gibt mir einen grossen Halt. In Situationen, in denen ich Schwäche zeige, bin ich sehr froh, dass ich so ein Vorbild haben darf.

Was ist für Dich heute ein Vorbild und wie war es vor der Therapie?

Heute ist es jemand zu dem ich hochschauen kann und der mir einen Weg vorzeigen kann. Jemand mit Fähigkeiten, die mir fehlen, und in die er mich einblicken lässt. Früher sah ich das eher sachlich: Ein Vorbild muss alles perfekt machen. Heute weiss ich, dass das nicht sein muss. Jeder macht Fehler. Viel wichtiger ist wie man dann damit umgeht.

Bist Du gerne ein Vorbild?

Grundsätzlich mag ich es nicht so, im Mittelpunkt zu stehen, da dies immer auch Verantwortung mit sich bringt. Seit meiner Therapie ist mein Selbstvertrauen aber gestiegen. Jetzt bin ich gerne ein Vorbild und es erfüllt mich mit Stolz, wenn das jemand sagt.

Können Vorbilder auch eine Gefahr sein?

Natürlich. Ich hatte auch falsche Vorbilder. Vor allem in jungen Jahren lässt man sich begeistern und mitziehen. Ich glaube aber, dass jeder Mensch Vorbilder hat und braucht. Oft baut man sich aus vielen verschiedenen Vorbildern eines zusammen.

Was am NEUTHAL war der Grund, dass Du die Therapie durchziehen konntest?

Einerseits ging es darum, clean zu bleiben, aber das ist nur ein sehr kleiner Teil vom Ganzen. Ich konnte viel an meiner Persönlichkeit arbeiten und vor allem viel üben, wie man in bestimmten Situationen umgeht. Dinge, die ich vorher niemandem erzählt habe, konnte ich aufarbeiten. Die Therapiesitzungen haben mir am meisten geholfen. Dadurch fand ich einen neuen Umgang mit Stress und meiner Frustrationstoleranz. Zudem habe ich die Schule sehr geschätzt. Ich konnte mich auf die Gewerbeschule gut vorbereiten.

Wie würdest Du das NEUTHAL einem Interessenten beschreiben?

Es ist eine wunderschöne Liegenschaft mit viel Platz und Raum und einer sehr familiären Atmosphäre. Es ist eine Suchttherapie, es wird extrem streng dort sein, aber wenn man sich einlässt, kann man viel lernen und mitnehmen. Wichtige Dinge für ein selbständiges Leben. Ich bin sehr froh, habe ich die Therapie durchgezogen, auch wenn es nicht einfach war und ich nicht immer gerne dort war. Ich denke auch das gehört dazu.





Die Suchttherapie Neuthal stellt sich vor

Wir sind eine stationäre Suchttherapie in drogenfreier und familiärer Atmosphäre mit zwölf Plätzen. Die denkmalgeschützten Gebäude einer alten Fabrikantenvilla bieten einen besonderen Ort, der die Achtsamkeit fördert. Abseits von Ballungszentren ist Bäretswil im Zürcher Oberland ein geeigneter Ort für einen Neuanfang und um Ursachen und Folgen einer Sucht Schritt für Schritt zu bearbeiten.

Wir können im Team auf vielseitige Ressourcen zurückgreifen. Die überschaubare Grösse der Einrichtung garantiert Flexibilität im Alltag und eine offene, lebensnahe Atmosphäre. Gemeinsam mit den Klienten machen wir das NEUTHAL zu einer vorübergehenden Heimat.



ARBEIT

Durch die Pflege von Haus und Umgebung sowie das Erledigen der Aufgaben in Küche und Lingerie kann das eigene Arbeitsverhalten kritisch überprüft und verbessert werden. Das Bildungsangebot ergänzt den Arbeitsbereich.

Nach einigen Monaten folgt die Berufsabklärung, um nach Abschluss eines Lehr- oder Arbeitsvertrages in die Aussenwohn-



gruppe überzutreten: Dem letzten Schritt vor der endgültigen Selbständigkeit.

FREIZEIT

Drei bis vier Abende pro Woche stehen zur freien Verfügung. Die Gestaltung der Wochenenden ist Aufgabe der Klienten in Absprache mit dem Team. Sport und die Musikgruppe gehören zum obligatorischen Teil der Freizeitgestaltung. Ausserdem stehen Skis, Bikes, Volleyball, Tischtennis und eine Kletterwand zur Verfügung. In den mehrmals in der Woche stattfindenden Therapiegruppen und den Einzelgesprächen werden Schwierigkeiten aus dem Alltag geklärt und es werden neue Lösungsansätze gefunden. Wiederkehrende

Muster können erkannt und schrittweise verändert werden. Sport-, Arbeits- und Therapieintensivwochen bringen zudem Abwechslung in die üblichen Tagesstrukturen.

NEUTHAL WOHNEN

Unser neuer Bereich wendet sich an alle Menschen mit dem Bedarf nach einer Wohnsituation mit unterstützenden Strukturen, die bereit sind, auf den Konsum von Suchtmitteln zu verzichten. Arbeits-, Bildungs- und Freizeitangebote sowie die Infrastruktur des Therapiebereichs können mitgenutzt werden.

VORGEHEN BEI INTERESSE

Nehmen Sie telefonisch oder per E-Mail Kontakt mit uns auf. Bei einem anschliessenden ersten unverbindlichen Treffen findet nach dem gemeinsamen Mittagessen ein Gespräch mit einem Therapeuten statt. Ein

Bewohner wird bei einem Rundgang durch die Anlage dabei sein. Bei Bedarf bieten wir Unterstützung bei der Suche eines Entzugplatzes und bei Behördengängen.

DAS NEUTHAL UNTERSTÜTZEN

Wir sind finanziell sehr davon abhän-

gig, dass wir als Institution ständig gut ausgelastet sind. Bereits ein nicht belegter Platz kann zu einem Defizit führen. Mit modernen, attraktiven und speziellen Angeboten im Arbeitsbereich und in der Prävention generieren wir Einnahmen. Trotzdem sind wir für Vieles auf Spenden angewiesen:

Unser Postcheckkonto: 89-850243-9

Kontaktadresse:

Im Neuthal 4
8344 Bäretswil
052 386 26 22
info@neuthal.ch
www.neuthal.ch



Neuthal