

Region

Spricht man über Sucht, so spricht man über Gesellschaft

Bäretswil Die Suchttherapie Neuthal in Bäretswil feierte dieses Jahr Geburtstag. Klienten und Therapeuten tauschten sich über früher und heute aus. Denn es hat sich einiges verändert.

Mel Giese Pérez

Heute ist es anders, erzählt Yannik*, ein Klient in der Suchttherapie Neuthal in Bäretswil, während er die Hände ineinander verschränkt. Er unterbrach seine Arbeit im Garten, wo er Rankhilfen für Beeren baut.

In der antiken Stube schmückt ein grüner Kachelofen den vorwiegend braunen Raum. Von der Decke hängen vereinzelt glänzende Disco-Kugeln. «Ich erlebe die Gesellschaft einiges verständnisvoller als vor zehn Jahren», sagt Yannik ruhig.

Das bemerkte er, als er vor wenigen Jahren in Behandlung war: Er arbeitete auf dem Bau. Seinem Chef hatte er gesagt, dass er an Alkoholsucht leide. Dieser hatte viel Verständnis für seine Lage, also wurde künftig das Feierabendbier in der Bude gestrichen.

Wie man mit Problemen umgeht, ist verankert

«Für eine suchtkranke Person funktionieren Drogen wie Krücken, die Schwierigkeiten im Alltag erträglich machen», sagt Christian Seger, Therapeut im Neuthal. So können schwere Schicksale oder Hindernisse dazu führen, dass man sich in Drogen verliert.

«Die Welt kann wirklich grausam sein, aber mit Drogen kann man sich betäuben und muss keinen Schmerz spüren», sagt Aaron*. Er ist ein Klient, der zum zweiten Mal im Neuthal in Behandlung ist. Er war vor zehn Jahren, mit 28, in Therapie und versuchte, von Alkohol und Heroin wegzukommen.

Wie es zur Drogensucht kommt, kann man nicht verallgemeinern. Die Geschichten sind so verschieden wie die Menschen dahinter. Stephan Germundson ist Therapeut und Geschäftsleiter in der Suchttherapie Neuthal. «Wir alle haben unsere eigene, zumeist beständige Art, mit Problemen umzugehen, auch wenn diese toxisch ist. Bei Suchtkranken ist es der Griff nach Drogen», erklärt er.

«Heute beschäftigt man sich in der Therapie mit sich selbst.»

Aaron
Klient

Suchtkranke sehe man als Einzelfälle, doch eigentlich sei es ein gesellschaftliches Phänomen. «Wir leben in einem System, wo wir uns sofort und jederzeit von unseren Sorgen ablenken können», sagt Germundson.

Dies bestätigt Seger, der Einzel- und Gruppentherapien leitet. «Alle haben ihre Mittel und Rezepte, um sich vor der Realität zu schützen. Aber bei Suchtkranken ist es eben offensichtlicher.» Und sie werden dafür von der Gesellschaft stigmatisiert.

«So stürzen sich Menschen, die nicht an einer Drogensucht leiden, in exzessiven Sex, Sport oder ins Nachtleben, ohne dafür verurteilt zu werden», meint Seger. «Ich habe früher übermässig Extremsport getrieben, aber weil das als eine Errungenschaft gilt, bin ich damit durchgekommen, obwohl es mir eigentlich nicht gut ging.»

Es ist nicht jede Ablenkung gleich einschneidend für den Alltag. Die Drogensucht wird aber sehr schnell desintegrativ und lebensverkürzend. Darum ist eine Suchttherapie eine wichtige Einrichtung, wo sich Klientinnen und Klienten in Form von Therapieprogrammen wieder ein



Im Austausch über Sucht und Therapie landet man immer wieder auch bei der Frage, wie die Gesellschaft funktioniert. Foto: Mel Giese Pérez

selbstbestimmtes Leben erarbeiten können.

Dieses Jahr feierte die Suchttherapie Neuthal ihren 40. Geburtstag. Seit 1983 gibt es sie schon. Ein Ort, wo Klientinnen und Klienten wohnen, in Therapie gehen und ihren Alltag neu bestreiten. Weg von Drogen. Weg vom Rausch. Geschützt vor einem instabilen Milieu.

Therapie muss wehtun

Die Therapieziele hätten sich zwischen damals und heute merklich verbessert: «Früher kam man in die Therapie und lernte, wie man im System funktioniert. Heute geht es darum, sich mit sich selbst zu befassen und glücklich zu werden», sagt Aaron.

Um dies zu erreichen, müssten sich die Klientinnen und Klienten «ihren Schattenseiten stellen». «Deshalb schmerzt Therapie auch», sagt Germundson. Es gehe um Achtsamkeit mit dem Selbst.

Aber wie unterscheidet sich denn eine Suchttherapie vom Besuch beim Psychologen?

«Es unterscheidet sich nicht gross», sagt Germundson. Die

Gesellschaft sei so konstruiert, dass wir Leid mit Substitutionen stillten. Viele Menschen hätten verlernt, auf sich zu achten. Bei einigen merke man es mehr als bei anderen.

Man muss wackelige Säulen stärken

Im Neuthal wird mit einem Modell gearbeitet, das auf den Erkenntnissen der Sozialisationstheorie basiert. Damit eine Person in der Gesellschaft «funktionieren» kann, braucht sie Stabilität in vier Sozialisationsfeldern: Arbeit, Bildung, Freizeit und im engsten sozialen Umfeld. Diese Aspekte bilden die Säulen für eine solide Integration in die Gesellschaft. Ist eine davon oder sind sogar mehrere wackelig oder gar nicht vorhanden, dann gilt dies als gefährdet. Im Fall einer suchtkranken Person ist es dann schwierig, der Sucht zu entkommen.

So ist eine Erarbeitung in all diesen vier Sozialisationsfeldern essenziell für ein erfolgreiches Programm. Im Neuthal arbeiten die Klientinnen und Klienten in der oder um die Villa, etwa in der Küche oder im Garten. Sie gehen in Einzel- und Gruppenthera-

pien, müssen sich aber auch um eine «Aussentherapie» kümmern. Erst in der Phase der Ausserorientierung arbeiten sie dann in externen Betrieben.

Die Therapie ausserhalb der Villa sorgt dafür, dass der Bezug zum Alltäglichen, weg vom Neuthal, nicht verloren geht. Auch, um eine langfristige Anlaufstelle zu haben. Sie lernen zudem, Freizeitaktivitäten nachzugehen. Vor Kurzem waren sie auf einem Kajakausflug auf Elba.

Ein Augenzwinkern für Yogastunden

Heute leben zehn Personen in der Villa. Einige von ihnen bleiben sechs Monate, andere ein Jahr oder länger. Sie sind zwischen 16 und 39 Jahre alt. Auf den ersten Blick scheinen sie alle noch sehr jung zu sein. Zwei von ihnen sind minderjährig.

Germundson sagt: «Wir erzeugen eine familiäre Atmosphäre. Das ist wichtig für die Entwicklung der Klientinnen und Klienten.» Betreuerinnen und Betreuer sind nicht primär und ausschliesslich Autoritätspersonen in der Therapie, sondern Vertrauenspersonen. Somit sei die Kommunikation offener,

«Achtsamkeit ist wichtig in der Therapie.»

Stephan Germundson
Therapeut

vertrauter, was eine effizientere Therapie ermögliche.

Am Mittag wird zusammen gegessen. Die Tische in der Stube sind einladend gedeckt – bunte Plastikbecher erinnern an ein Geburtstagsfest. Aus der Küche klingt es munter. Ein leckerer Duft nach warmer Hausmannskost erfüllt die Villa, bis hinaus in den Garten.

Germundson öffnet die Haustür und betätigt die Klingel. Von überall trudeln Klienten in die Stube. Sie schöpfen sich ihr Essen, unterhalten sich und tauschen sich über die Arbeit aus. Die Stimmung ist heiter.

Man spricht über das Programm am Nachmittag: Therapiesitzungen und Yoga. «Körperliche und seelische Achtsamkeit sind wichtig», erläutert Germundson. Es sei kein Zufall, dass hier Yoga praktiziert werde. Das Programm wird von den Klienten ein wenig belächelt. Trotzdem lobt man sich gegenseitig für das erfolgreiche Teilnehmen und die neu gewonnene Flexibilität. Alles mit einem Augenzwinkern.

*Die Namen sind der Redaktion bekannt und wurden aus Schutz und Diskretion geändert.