



Herbert Flecken möchte noch einmal etwas ganz Neues machen. Foto: Dröse

Mann mit Wohlfühlfaktor

Die Mediengruppe Madsack ist das sechstgrößte Verlagshaus Deutschlands. Sie gibt 17 regionale Tageszeitungen in Niedersachsen, Schleswig-Holstein, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Hessen und Sachsen-Anhalt heraus, mit einer Gesamtauflage von rund 900.000 Exemplaren, sie unterhält acht Druckereien und engagiert sich in Anzeigenblättern, Online, in Apps, TV-Produktionen, Hörfunk, in der Logistik und betreibt eigene Call-Center. Vorsitzender der Geschäftsleitung und auch Chef der rund 4.500 Mitarbeiter ist Herbert Flecken. Aus seinem Büro im 9. Stock des Madsack-Verlagshauses geht der Blick über den Westen Hannovers Richtung Deister. Dort lebt Herbert Flecken, Vorsitzender der Geschäftsleitung eines Medienhauses, das inzwischen zu den größten Deutschlands zählt. „Die Medien haben etwas Faszinierendes, eine verrückte Welt. Da hat man es mit so vielen Individuen zu tun! Wir haben acht Druckereien, die Packereien – da arbeiten wieder ganz andere Menschen als in den Redaktionen oder in den kaufmännischen Abteilungen. Dann haben wir die Kreativabteilungen mit Mitarbeitern, die neue Produkte entwerfen, im Print-, Digital-, Audio- und Videobereich ... Das macht einfach Spaß, wenig Uniformitäten. Kein Tag ist wie der andere, und täglich passiert so viel!“ Der 62-Jährige ist auch nach 32 Madsack-Jahren noch immer von der Begeisterung für seine Arbeit gepackt. Wenn man die „Medien-Gene“ habe, dann könne man von dieser Faszination nicht lassen, sagt der gebürtige Hannoveraner. Doch Mitte des Jahres, mit fast 63 Jahren, will er als Geschäftsführer bei Madsack aufhören und noch einmal etwas ganz Neues machen. Mit einem seiner Söhne – er studiert in Magdeburg Wirtschaftsingenieurwesen – will der Vater von zwei eigenen und fünf Stiefkindern in der Stadt an der Elbe LED-Lampen produzieren. „Die Manufaktur gibt es schon und auch erste Entwürfe.“ Außerdem hatte er zusammen mit drei Freunden aus Studientagen, mit denen er schon als Student erfolgreiche eine Kneipe und einen Schuhladen betrieben hat, vor, ein Schiff zu chartern und Tauchfahrten im Roten Meer anzubieten. Diese Idee ist jedoch durch die instabile politische Lage dort vorerst auf Eis gelegt. Für Herbert Flecken ist Tauchen der Sport: „Es ist einfach nur schön. Sie können entspannen, es ist eine andere Welt. Wenn ich nicht mehr arbeite,

freue ich mich auf Indonesien, Madagaskar, Australien ... Das war mir bisher nicht möglich, da die Urlaube immer sehr kurz waren.“ Seit fast 40 Jahren, seit dem Studium, sind Herbert Flecken und seine drei besten Freunde ein eingeschworenes Team, spielen einmal im Monat Doppelkopf und machen jedes Jahr, fast immer in der zweiten Septemberwoche, zusammen Urlaub. „Wir haben eigene T-Shirts und Käppis mit Aufdruck. Und wissen Sie, wie wir heißen? HODN-DOKO!“ Die Überraschung seines Gesprächspartners erfreut ihn und gibt ihm einmal mehr die Gelegenheit herzlich zu lachen: „Herbert, Olaf, Dieter, Norbert“, fügt er augenzwinkernd hinzu. Der drahtig wirkende Mann strahlt Fröhlichkeit und Optimismus aus. Dabei hatte sein Leben nicht gerade vielversprechend begonnen: Durch Kriegserlebnisse schwer traumatisiert, war seine Mutter nicht in der Lage, sich um ihn und die beiden Schwestern zu kümmern. Jahrzehntlang hatte er keinen Kontakt zu ihr. Mit sechs Jahren kam er in ein Kinderheim. „Mit vielen Kindern in einem Schlafsaal. Aber ich war einer der Glücklichen, weil ich meinen Namen kannte und wusste, wer meine Eltern waren. Viele Kinder waren auf der Flucht gefunden worden, Finkelkinder, völlig enturzelt, mit Pseudo-Namen.“ Aufgewachsen sind die Geschwister dann bei einer Pflegemutter. An der Schule, so erinnert sich Herbert Flecken, habe er wenig Freude gehabt. „Weil ich Linkshänder war, gab's einen Schlag mit dem Lineal auf die linke Hand, bis die so weh tat, dass man mit rechts schreiben musste.“ Nach dem Real-schulabschluss und der Höheren Handelsschule machte er eine kaufmännische Lehre als Außenhandelskaufmann bei Krupp. Die Ausbildung endete vorzeitig mit einem guten Abschluss. Dann folgten 18 Monate Grundwehrdienst bei der Bundeswehr und ein Betriebswirtschaftstudium. Anschließend arbeitete er einige Jahre als Personalreferent bei einer Genossenschaftsbank. „Für mich war – vor allem nach meiner Kneipenerfahrung – klar, dass ich entweder selbstständig oder in einer Ebene arbeiten musste, in der ich Entscheidungen mit beeinflussen kann.“ 1980 kam er in die Madsack-Personalabteilung, stieg vier Jahre später zu deren Leiter auf, wurde 1987 Mitglied der Geschäftsführung, 1996 Geschäftsführer und ist seit 2006 deren Vorsitzender – eine Machtposition. Wie geht er damit um? „Ich hoffe, dass ich Macht positiv nutze.“ Seine wichtigste Aufgabe sieht er darin, Ziele zu definieren und Optimismus und Zuversicht vorzuleben. „Wenn man eine solche Vergangenheit hat, kann man eigentlich nur zufrieden sein. Man lebt dann gelassener.“ Er habe einen „hohen Wohlfühlfaktor“, sagt Herbert Flecken und klingt dabei absolut überzeugend. Und das, obwohl er auch im Erwachsenenalter herbe Schläge hat einstecken müssen. Denn seine Frau starb nach kurzer, schwerer Krankheit. Doch er fand ein zweites Glück und bekam gleich noch fünf Kinder dazu, die heute zwischen 17 und 28 Jahre alt sind. Der begeisterte Vater zählt auf, welches der fünf Mädchen und zwei Jungen was macht, und er lacht: „Jetzt haben wir nur noch unsere ‚kleine‘ 17-Jährige zuhause. Die macht demnächst Abitur.“ Es habe sich alles wunderbar gefügt, findet Herbert Flecken: „Da kann man doch zufrieden sein! Und jetzt ist auch noch das vierte Enkelkind angesagt.“ Er lässt sich im eleganten, schwarzen Konferenzstuhl nach hinten plumpsen. So sei das nun mal: Glück und Zufriedenheit müsse sich jeder selbst erarbeiten. Auch als Chef sei er nicht dazu da, seine Mitarbeiter glücklich zu machen. „Ich bin für die Rahmenbedingungen zuständig, aber ich kann mir kein schlechtes Gewissen einreden, wenn er mit seiner Position oder mit der Arbeit im Unternehmen nicht glücklich ist.“ Veränderungen hat es im Mediengeschäft in den vergangenen Jahren reichlich gegeben. Auch um einige schwere Entscheidungen ist Flecken nicht herum gekommen. „Ja, das ist mitunter so. Aber es kündigt sich ja lange vorher schon an. Wenn eine Abteilung geschlossen oder ein Unternehmen eingestellt wird – das ist ja nicht da wie ein Tsunami.“ Dann komme es darauf an, wie die Führungskräfte die Mitarbeiter auf eine solche Entwicklung vorbereiten. „Natürlich habe ich dann auch schlaflose Nächte. Ich bin doch kein Holzklotz! Aber ich versuche auch aus schlechten Situationen das Beste herauszuholen und fair zu reagieren. Einschätzbar und berechenbar muss man sein – auch bei Entscheidungen, die weh tun.“ Genau das sind die Eigenschaften, die er auch an anderen Menschen schätzt und die seiner Meinung nach auch im Geschäftsleben eine ganz große Rolle spielen. Dazu gehöre auch, dass man sich selbst nicht so wichtig nimmt, sich entschuldigen und eingestehen könne: „Ich hab da falsch entschieden, das müssen wir zurückholen.“ Auch er hat schon Fehler eingestehen müssen, doch die Gesamtentwicklung des Hauses Madsack ist beeindruckend: „Anfang der 80er Jahre lag der konsolidierte Umsatz bei ca. 80 Millionen Euro, der Etat für 2013 beträgt rund 700 Millionen Euro. Das Unternehmen ist gut bestellt. Es hat viele Perlen, und da gibt es keine Lieblingssperle. Die ganze Kette ist schön!“

Eva Holtz

WIR über UNS

Neuigkeiten Wissenswertes Erfreuliches



Foto: Sander Hofrichter Architekten

Neubau einer Psychiatrischen Klinik und Tagesklinik in Celle, Südsüdostansicht.

Seit 1997 engagiert sich das Klinikum Warendorff in Celle – mit einer Tagesklinik (15 Plätze) und seit 2003 mit der Psychiatrischen Institutsambulanz, in der pro Quartal rund 120 Patienten behandelt werden. Nun gehen wir einen großen Schritt weiter: Im März/April wird Baubeginn sein für ein neues Psychiatrisches Krankenhaus inklusive Tagesklinik. Anfang 2015 wird es bezogen werden können. Es wird das modernste Psychiatrie-Krankenhaus Niedersachsens sein, und es wird Maßstäbe setzen – davon sind wir überzeugt! In dem viergeschossigen Gebäude wird eine abschließlich Ein- und Zweibett-Zimmer geben: Ein heller, moderner und großzügiger Bau mit 44 Planbetten, davon 36 im Bereich der Psychiatrie und acht Psychosomatische Betten. Hinzu kommen 15 tagesklinische Plätze. Das Psychiatrische Krankenhaus ist ruhig gelegen, direkt an der Aller mit herrlichem Blick auf den Fluss. Es ist sowohl baulich wie situativ optimal! Wir bauen an einem Standort, der besser nicht sein könnte, in direkter Nachbarschaft zum Allgemeinen Krankenhaus Celle (AKH). Für Patienten aus der Stadt und aus dem Landkreis Celle und für deren Angehörige gibt es auf diese Weise nicht nur endlich eine wohnortnahe Versorgung, schnelle und kompetente Krisenintervention, Erleichterung der sozialen Bindungen und eine bessere anschließende Re-Integration; durch die räumliche und inhaltliche Nähe zum AKH können sowohl Psychiatrie wie auch die Somatik viele Synergien nutzen: Es gibt kurze Wege zu den somatischen Diagnose- und Behandlungseinrichtungen, gegenseitige konsiliarische Zusammenarbeit und viele Dienstleistungen, die man gemeinsam nutzen kann. Unsere Ärzte werden sich eng mit den Kollegen aus dem AKH austauschen. Davon werden beide Seiten profitieren. In unserem neuen Krankenhaus bieten wir das komplette Spektrum akupsychotherapeutischer Behandlung und Betreuung, 45 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – Ärzte, Pflegekräfte und Therapeuten – kümmern sich um das Wohl der Patienten. Gebaut wird die neue Klinik übrigens von den unter anderen auf Krankenhausbau spezialisierten Architekten Sander Hofrichter aus Ludwigschafen, von denen auch der Neubau des Krankenhauses Siloah in Hannover Linden stammt. Wir freuen uns auf unsere neue Klinik!
Dr. med. Rainer Brase, Geschäftsführer der Klinikum Warendorff GmbH

Schwimmen macht zufrieden

... sechs, fünf, vier, drei, zwei, eins – und das Bein absetzen. Und jetzt versuch mal über Kreuz zu hüpfen.“ Marcel Wendt hockt am Beckenrand. Für Beate steht gerade Aqua-Jogging auf dem Programm. Im tiefen Wasser des Nichtschwimmerbeckens balanciert die Bewohnerin auf einem Bein und rudert mit den Armen, um sich zu halten. Beim Hüpfen wird das Ganze noch schwieriger. „Prima!“ ruft der Sporttherapeut ihr zu. „Dann kannst du jetzt ja mit der Nudel üben und mal zeigen, was du schon kannst.“ Seit drei Monaten kommt die 47-Jährige Bewohnerin, die ihr Leben lang Nichtschwimmerin war, regelmäßig einmal die Woche mit der Schwimmgruppe ins Lehrter Hallenbad und hat schon tolle Fortschritte gemacht. Ihre Scheu vor dem Wasser ist großer Begeisterung gewichen. Und so geht es auch den anderen sieben Teilnehmerinnen, die heute mit der Frauen-Schwimmgruppe des Klinikum Warendorff im Wasser sind. Während Marcel Wendt, der Leiter der Sporttherapie, Beate am Beckenrand begleitet, lobt und aufmuntert, schallt es aus einer anderen Ecke des Beckens: „Hallo, bitte helfen Sie mir! Helfen! Helfen ja, helfen ja, helfen ja! Hallo! Hallo!“ Eine junge Frau schiebt ein Schwimmbrett vor sich durchs Wasser, guckt fröhlich, macht aber mit ihrem Spektakel ständig auf sich aufmerksam. „Mach nicht so nen Alarm!“, ruft ihr Marcel Wendt entgegen, als sie sich auf den Beckenrand zu bewegt. Doch schon wieder schallt es aus dem Wasser: „Herr Wendt, helfen Sie mir! Ich brauche Hilfe!“ Der Sporttherapeut reicht ihr Flossen und fordert sie auf, es mal damit zu versuchen. „Super, das schäumt ja richtig. Stehst du, wie schnell du mit den Flossen bist!“ Die Bewohnerin strahlt, zwinkert mir zu und sagt, als sie wieder am Rand angekommen ist: „Der Herr Wendt ist doch total süß, finden Sie nicht auch? Wenn er nicht verheiratet wär, hätt' er ne Chance bei mir.“ Marcel Wendt ist schon bei der nächsten Schwimmschülerin und sportt sie an, eine weitere Bahn zu absolvieren: „Klasse, jetzt hast du den Rhythmus raus. Du bist gut unterwegs, und Übung macht den Meister!“ Die rote Schwimmmüde vor die Brust und unter die Achseln geklemmt, pflügt die Frau gemächlich durchs Wasser – mit einem glücklichen Strahlen im Gesicht. In der Mitte des Beckens macht eine Teilnehmerin „toter Mann“ und lässt sich bewegungslos im Wasser treiben. „Ja, gut. Bauchnabel nach oben und schön das Becken strecken“, erinnert sie der Sporttherapeut. Eine andere, die flott durchs Wasser zieht, trägt Handschuhe mit Schwimmflossen und freut sich, wie schnell sie ist.



Im Wasser gibt es nur fröhliche Gesichter. Fotos (2): Wendt



12

Nebenan am Rande des Schwimmerbeckens steht Carsten Linke, der als zweiter Sporttherapeut die Gruppe betreut, und schaut zwei Bewohnerinnen zu, die unermüdet ihre Bahnen ziehen. „Helen hat hier verschiedene Schwimmstile gelernt“, erzählt er. Die Bewohnerin, die sich während ihres Trainings keine Unterbrechung erlaubt hat, ist anschließend bereit, über ihre Erfahrungen zu berichten. „Ich bin sehr ehrgeizig und leistungsbetont und will alle Schwimmstile perfektionieren“, sagt die 35-Jährige, die unter Schizophrenie leidet und seit sechs Jahren im Klinikum Warendorff lebt. „Ich hätte nie gedacht, dass ich noch mal so schwimmen lerne! Schön, wie man sich steigern kann. Wenn ich dran denke, wie blöd ich mich am Anfang angestellt habe. Nach drei Zügen Rückenkrall bin ich untergegangen!“ Helen gefällt besonders die Abwechslung: „Wir machen auch Aqua-Jogging, oder wir schwimmen auf Zeit oder auf Technik. Und es ist immer ein Ansprechpartner da. Es ist auch spannend zu sehen, wie sich die einzelnen Leute entwickeln“. Richtig beruhigt und erfrischt sei sie jedes Mal nach dem Schwimmen. „Am meisten bin ich aber zufrieden.“ Rita berichtet: „Ich schwimme die ganzen 45 Minuten in einer Tour, dienstags und donnerstags. Dabei vergesse ich meine Zukunftsängste und die Angst vor dem Rollstuhl.“ Die 60-Jährige ist Epileptikerin, benötigt beim Laufen einen Kopfschutz und bewegt sich an Land zitternd und unsicher. Im Wasser fühlt sie sich aufgehoben und wie erleichtert. „Ich habe eine total kaputte Wirbelsäule. Das Schwimmen lindert die Schmerzen. Es ist auch gut für meine Psyche. Meine Gedanken sind dann anders, ich kann mich mehr freuen, und die Krampfanfälle lassen nach.“ Die Bewohnerin erzählt, dass sie außerdem täglich lange Spaziergänge mache und sagt: „Ich kaufe leidenschaftlich gern ein und mache das auch für andere. Dabei bleibe ich in Bewegung. Ich habe Angst, dass ich mal im Rollstuhl lande und pflegebedürftig bin. Wenn ich viel schwimme, kann ich das hinauschieben.“ Melanie Hauschild kommt hinzu. Die Schwimmmeister-Gehilfin hat heute morgen Dienst im Hallenbad: „Ich find's einfach super, dass die Gruppen aus dem Klinikum kommen. Die sind alle sehr nett, kennen schon meinen Vornamen und duzen mich, und einer erzählt mir als erstes immer einen Witz. Es ist traurig, dass die Menschen so krank sind, aber toll, dass sie so was hier angeboten bekommen.“ Nein, die Gruppe wirke in keiner Weise störend, bekräftigt die Schwimmmeisterin. „Es hat sich auch noch keiner der Stammgäste beklagt“, fügt sie hinzu. Das kann Jürgen Koke, einer von ihnen, nur bestätigen. Er ist regelmäßig um diese Uhrzeit im Lehrter Bad und hat zu Mitgliedern der Männergruppe, die mittwochs kommt, bereits persönliche Kontakte geknüpft. „Unter der Dusche kommt man automatisch ins Gespräch. Anfangs war es etwas ungewohnt für mich. Aber längst nicht mehr.“ Ein anderer Stammgast pflichtet ihm bei: „Stimmt, die Leute stören gar nicht. Ich finde es klasse, dass sie kommen.“

Eva Holtz

SERVICE-SEITE



Klassik mit Live Music Now im Dorff-Gemeinschaftshaus. Foto: Giesel

- Aalglatt** (Bügelstube) Parkstr. 16, 31275 Lehrte, Ansprechpartner: Susanne Strebost, Tel. 05132/5899660, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.30–12.30 Uhr
- Ambulante Psychiatrische Betreuung** Ansprechpartner: Christine Klapproth, Tel. 0511/270465-14
- Ambulanz Suchtmedizin-Sprechstunde** Gärtenstr. 19, 30161 Hannover, Terminvereinbarung: Tel. 0511/169331-0, Öffnungszeiten: Do 13.30–17.00 Uhr
- Ambulanz Suchtmedizin-Sprechstunde für Migranten u. Angehörige** Gartenstraße 19, 30161 Hannover, Ansprechpartner: Herr Garan, Tel. 0511/16933150
- APS – Altenpflegeschule An der Eilenriede GmbH** Karlsruher Str. 2b, 30519 Hannover, Ansprechpartner: Cordula Schweiger, Tel. 0511/864754
- APS – Betreuer-/Angehörigenfortbildung** zu Psychiatrie-Themen, Karlsruher Str. 2b, 30519 Hannover, Ansprechpartner: Cordula Schweiger, Tel. 0511/864754
- Auftragsarbeiten in der Arbeitstherapie** Ansprechpartner: Günther Poser, Tel. 05132/90-2551 oder poser@warendorff.de
- Bistro Sympatico** Borgentrickstr. 4–6, 30519 Hannover, Ansprechpartner: Anja Krämer, Tel. 0511/848953-15, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–19.00, Sa und So 11.00–17.00 Uhr
- Bügelstube Köthenwald** Wara Gasse 4, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Katrin Ruhke u. Doris Wollhom, Tel. 05132/90-2863, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–16.00 Uhr
- Cafégarten Köthenwald** Wahre Dorfstr. 1, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Anke Zeisig, Tel. 05138/7012110, geöffnet Mai bis Oktober, Mo–So 14.00–21.00 Uhr, Öffnungszeiten Eislaufbahn: 29.12.2010–11.02.2011 Mo–So 14.00–20.00 Uhr
- Café Kuckuckstest** Wahre Dorfstr. 1, 31319 Köthenwald, Ansprechpartner: Betti Becht, Tel. 05132/902514, Öffnungszeiten: Fr 9.00–18.00 Uhr, So 11.00–18.00 Uhr
- Dorff-Gärtnerei-Iten** Schönder Str. 19, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Ludger Goeke, Tel. 05132/90-2681 oder dorffgaertnerei@warendorff.de, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–18.00 Uhr, Sa 8.00–12.30 Uhr und So 10.00–12.00 Uhr
- Dorff-Laden** (Second-Hand, 96-Shop, Kiosk) Wahre Dorfstr. 1, 31319 Köthenwald, Tel. 05132/90-2558, geöffnet Mo–Do 8.00–16.00, Fr 8.00–18.00 und Sa 9.00–12.00 Uhr
- Epilepsie Selbsthilfegruppe**, 1. Fr. i. Monat. „Zwischenzeit“, Schauelfelder Str. 11, Hannover, Ansprechp.: Klaudia Bade, Tel. 0511/669088 u. Martin Rumpff, Tel. 05136/892790
- Fahrradwerkstatt** Wara Gasse 4a, 31319 Köthenwald, Ansprechpartner: Lothar Brand u. Stefan Löwe, Tel. 05132/90-2712, geöffnet Mo–Fr 8.00–12.00 Uhr u. 13.00–18.00 Uhr
- is' ja Pflege** Querstraße 45, 30519 Hannover, Ansprechpartner: Constanze Düensing-Kleier, Tel. 0511/70035432 oder 0511/70035463, Rubricheusch 24 Stunden
- Kaffeerunde für Ehemalige/Interessierte** Ferdinand-Warendorff-Klinik, Station 3, Rudolf-Warendorff-Str. 17, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Judith Broschinski, Tel. 05132/90-2495, Treffen jeden Do um 16.00 Uhr
- Kunstwerkstatt Köthenwald** Wahre Dorfstr. 1, 31319 Köthenwald, Ansprechpartner: Annette Lechelt u. Johanna Krause, Tel. 05132/90-2875, Öffnungszeiten: Mo–Do 09.00–17.00 Uhr, So 12.00–17.00 Uhr
- Medikamenten-/Alkoholprobleme** Frauengruppe Ferdinand Warendorff Klinik, Station 3, Rudolf-Warendorff-Str. 17, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Regina Tegtmeyer, Tel. 05132/90-2306, Treffen jeden Dienstag von 17.00–18.30 Uhr
- Sorgentelefon** gebührenfrei und rund um die Uhr, Tel. 0800-8459390
- Tagesstätte Parkstraße** Parkstr. 16, 31275 Lehrte, Ansprechpartner: Yvonne Gruczkaun, Tel. 05132/5027957, Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–16.00 Uhr
- Tischlerei** Wara Gasse 4a, 31319 Sehnde, Ansprechpartner: Lars Müller, Tel. 05132/90-2543, Öffnungszeiten: Mo–Fr 7.15–16.00 Uhr
- Transkulturelles Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie** Tagesklinik Linden, Schwarzer Bär 8, 30449 Hannover, Ansprechpartner: Veliz Allintas, Tel. 0511/1231079-0
- Türkische Selbsthilfegruppe für psychisch Kranke** Schwerpunkt Depressionen, auch für Angehörige, Tagesklinik Linden, Schwarzer Bär 8, 30449 Hannover, Ansprechpartner: Kadriye Kaynak, Tel. 0511/84895339, Treffen 14-tägig Mo 16.00–18.00
- Veranstaltungs-Service** Räume für Veranstaltungen, 20–200 Sitzplätze, Service u. Restauration auf Wunsch, Ansprechpartner: Nicole Koschinski, Tel. 05132/90-2202

14

Prominente gefragt

Verrückt ...?



Foto: privat

Heidi Aguilar, Deutsche Meisterin am Schwebelaken, Choreographin und Regisseurin „Feuerwerk der Turnkunst“, Abtlten: Ich finde es verrückt, wenn man 50 Jahre jeden Tag dasselbe macht und nicht mal ein bisschen über die Kante guckt. Ich würde verrückt, wenn ich jeden Tag zu so einer normalen Arbeit gehen würde. Ich habe alles, was ich gemacht habe, gern gemacht, würde aber verrückt, wenn ich es mein Leben lang hätte machen müssen. Dauert etwas Neues zu tun – das ist schön!

Liese-Lotte Peter, Leiterin Öffentlichkeitsarbeit/Internationale Kommunikation, Uhrenmanufaktur Fortis, Sarsiedl und Grenchen/Schweiz: Verrückt und total toll war für mich: Als Wladimir, einer der Kosmonauten auf der MIR, aus der Weltraumstation anrief, und wir plauderten miteinander, und ich wusste, dass unsere Uhren dort oben mit dabei waren ...

Dr. Matthias Miersch (SPD), MdB, Vors. Unterbezirk Region Hannover, Laatzen: Ich glaube, dass jeder an der einen oder anderen Ecke ein bisschen verrückt ist. Wenn man aus Sicht der Mehrheit einer Gesellschaft nicht der Norm entspricht, gilt man landläufig als „verrückt“. Das sagt aber eigentlich gar nichts, auf jeden Fall nicht, was verrückt ist und was nicht. Ganz spontan: Eine verrückte Si-

tuation für mich war, als ich unter Zeitdruck war, aber wegen der Vulkanasche nicht nach Hause fliegen konnte. Ungeplant fünf Tage auf einem Kreuzfahrtschiff über den Atlantik zu schippern, war schon verrückt.

Prominent?
Melchior (32): Politiker sieht man ja täglich im Fernsehen und hört sie im Radio, vom Bundesparteitag und so. Und dann das mit Obama und Romney – aber da mach ich mir keine Gedanken drüber. Politiker sind für mich aber keine Prominente.
Carola (67): Gott ist prominent. Aber ich selber bin unter anderem Namen auch prominent. Ich bin Magda Schneiders Tochter. Und mein Schatz Robert ist auch prominent. Der malt wunderschöne Bilder und spielt Mundharmonika. Eigentlich ist es für mich in Ordnung, wenn man zufrieden ist mit dem, was man hat und anderen hilft.
Wolfgang (61): Michael Schumacher bewundere ich. Ich bin früher selber Motocross-Rennen gefahren. Ich kann verstehen, dass es für den wie ne Sucht ist und er nicht aufhören kann. Der kann doch seine Millionen gar nicht mehr zählen. Und trotzdem setzt er unnötig sein Leben aufs Spiel! Ich wäre gern wieder das, was ich früher mal war. Wo ich mir viel aufgebaut habe, sogar eine eigene Firma ...

Impressum
is' ja itten!
Herausgeber: Klinikum Warendorff GmbH
Gesamtkonzeption, Redaktionsleitung: Eva Holtz
Layout: Umbi/Fuch, Petra Laue, Matthias Höppener-Fidus
Fotos: Rainer Dröse, Joachim Giesel, Sander Hofrichter Architekten, Marcel Wendt
Anschrift der Redaktion: Klinikum Warendorff, Rudolf-Warendorffstr. 22, 31319 Sehnde, Tel. 05132/902250, Fax 05132/902266, Internet-Seite: www.warendorff.de, e-mail: info@warendorff.de
is' ja itten erscheint vierteljährlich
Alle Personen, die hier zu Wort kommen oder erwähnt und mit vollem Namen genannt werden, sind ausdrücklich damit einverstanden.

15

is' ja itten!

17. Jahrgang

DAS PORTRÄT Herbert Flecken



SPORTTHERAPIE Schwimmen macht zufrieden



ZUHAUSE IM KLINIKUM „Ich habe viel Scheiße gebaut“



PROMINENTE BEFRAGT Was ist verrückt?



1/JANUAR 2013

DAS ANDERE MAGAZIN AUS DEM KLINIKUM WARENDRORFF IN ILTEN

9

10

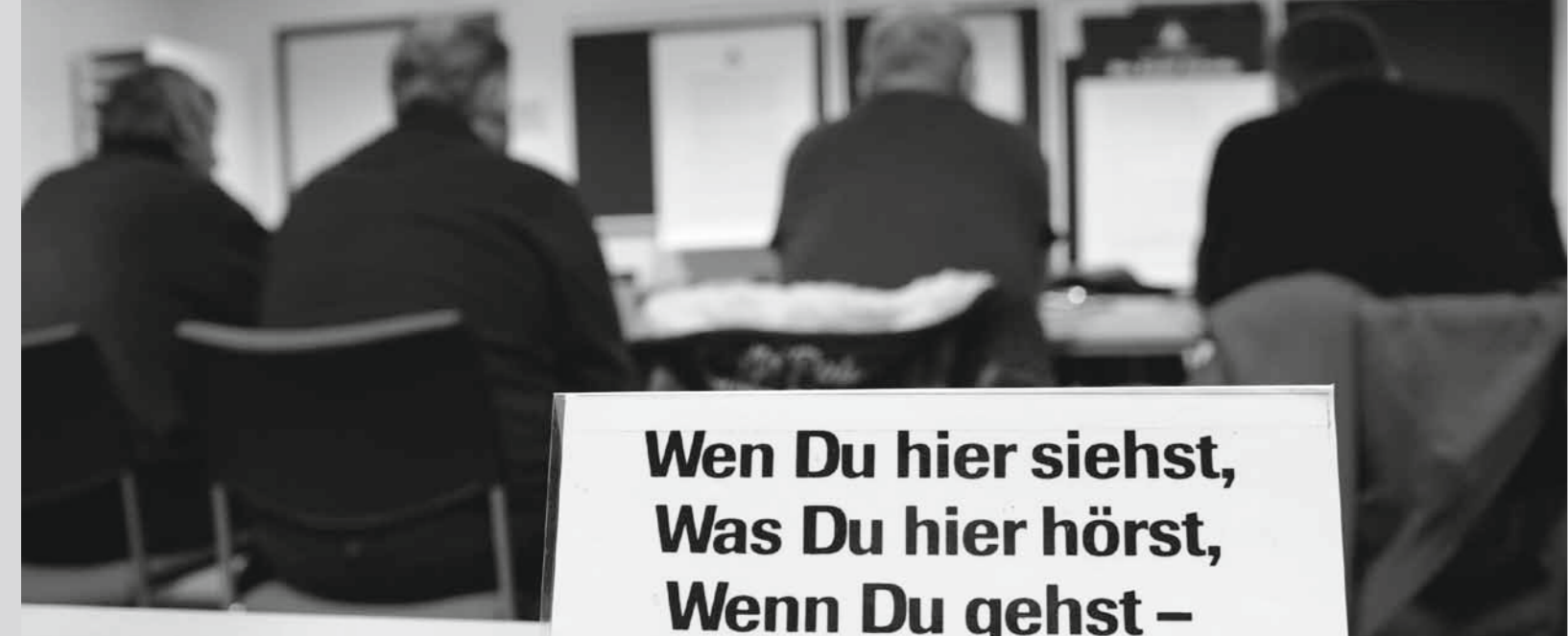
11

12

13

14

15



Wen Du hier siehst, Was Du hier hörst, Wenn Du gehst – Bitte, laß es hier!

© ANONYME ALKOHOLIKER Foto: Giesel

Heute trinkst du nicht!

Als ein Arzt und ein Börsenmakler aus Ohio – beide schwerst alkoholkrank – begannen, miteinander offen über ihre Krankheit zu sprechen, schwand der Zwang zu trinken. Das war 1935 und die Geburtsstunde der „Anonymen Alkoholiker“ (AA). Heute gehören weltweit fast drei Millionen Menschen einer AA-Selbsthilfegruppe an, seit etwa einem Jahr gibt es auch eine im Klinikum Warendorff. „Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine von anderen zu unterscheiden.“ Die Anwesenden haben eine Kreis gebildet und fassen sich bei den Händen. Mit diesem Gebet endet jedes AA-Gruppentreffen, auch das im Klinikum Warendorff. Jeden Dienstagabend kommen Bewohner der Einrichtung und Alkoholiker von außerhalb in einem Raum in Köthenwald zusammen, um über sich, ihren Kampf gegen die Sucht, über ihre kleinen Erfolge und manchmal auch über große Niederlagen zu sprechen. „Ich hatte eine gute Woche“, sagt einer der Anwesenden. Er war von einem Mitbewohner um Geld für Alkohol angeschnorrt worden, hatte es geschafft, „Nein“ zu sagen und war stolz auf sich. Ein anderer muss einräumen, dass er nicht hatte Nein sagen können, sondern sich anmieren ließ und einen schweren Rückfall hatte. Er berichtet von seinem dann folgenden Wutanfall und seiner Neigung, handgreiflich zu werden. „Ich hab ne Tira aus dem Rahmen gerissen.“ Immerhin, räumt er ein, habe er sich anschließend entschuldigen können. Eine Frau, heute unter den neuen Teilnehmern die einzige weibliche, berichtet, dass in ihren Gedanken, trotz jahrelanger Trockenheit, das Verlangen nach Alkohol immer noch sehr präsent ist. „Ich war allein zu Hause, und da dachte ich: Merk! ja keiner, kannst dir schön einen hinter die Binde gießen.“ Darüber sei sie sehr erschrocken gewesen, sagt sie. „Bei einer Feier und Veranstaltung kann ich mich innerlich darauf vorbereiten, nicht zu trinken. Aber das Unverhoffte ist so gefährlich.“ Ihre Augen strahlen, als sie berichten kann: „Ich habe es geschafft, denn ich wollte heute nicht zur Gruppe kommen und sagen: Ich habe getrunken. Ich freue mich, dass ich hier bin. Danke!“ Auch für einen anderen Anwesenden war die Teilnahme an der AA-Gruppe der Grund, standhaft zu bleiben: „Ich stand im Laden vor dem Schnaps-Regal, und dann dachte ich: Du hast dir jetzt hier in der Gruppe Respekt erarbeitet. Das wollte ich nicht aufs Spiel setzen. Hätte mich in dem Moment aber einer animiert – ich hätt' es nicht geschafft, Nein zu sagen!“ Über Ehrlichkeit und Ehre, Geduld, Demut und Stolz wird genauso gesprochen wie über alltägliche Erlebnisse, über Unsi-

cherheiten und Unzufriedenheiten, über Sorgen und Ärgernisse, über die Vergangenheit mit all ihren Verletzungen, Demütigungen, Beziehungsstragödien, mit Verheimlichungen, Lügen und Verfehlungen. Doch es geht auch um Pläne für die Zukunft, um Hoffnungen, Wünsche und Träume. Es wird gelacht und manchmal auch geweint. „Ich habe heute Jubiläum. Vor einem Jahr hab ich mich hier ins Klinikum begeben und hab den Schritt nicht bereut. Weil's mir gut geht, und ich nicht mehr getrunken habe – und das nach so vielen Jahren extrem Alkohol!“ Stationär ist er das erste Mal hier, erzählt er, kenne die Einrichtung aber von vielen vorangegangenen Entgiftungen. „Mir hilft jetzt die Arbeitstherapie sehr, auch dass ich dreimal die Woche Sport treibe und bei der Theatergruppe mitmache.“ Schritt für Schritt komme er langsam vom Alkohol weg. Sogar eine freundschaftliche Beziehung zu einer Frau sei nun wieder möglich geworden. „Daran hatte ich vorher gar kein Interesse. Doch ich merke, wie mich diese Beziehung festigt.“ Auf dem Tisch stehen Wasser- und Saftflaschen, Kaffee, Milch und Kekse. An der großen Pinwand des Raumes sind Poster mit der Präambel der Anonymen Alkoholiker aufgehängt, mit dem Gelassenheitsspruch und den zwölf Schritten, deren erster ist: „Wir gaben zu, dass wir dem Alkohol gegenüber machtlos sind – und unser Leben nicht mehr meistern konnten.“ Ja, diesen Schritt haben alle hier getan: Vor dem Alkohol kapitulieren. Der Weg, bis sie sich selbst und anderen dies eingestehen konnten, war weit, mit vielen Verlusten gepflastert und sehr schmerzhaft. Zwei Stunden dauert jedes Treffen, und jeder, der möchte kann sich so oft und so lange zu Wort melden, wie er es braucht. Niemand wird unterbrochen und keine Aussage kommentiert. „Ich habe 87 Entgiftungen durchlaufen – und jedes Mal anschließend gleich wieder rein in die Brennpunkte. Hier will ich gefestigt rausgehen. Es ist gut, dass ich jetzt jederzeit einen Ansprechpartner habe. Das gibt mir Sicherheit. Aber leben will ich hier nicht!“, sagt ein Gruppenmitglied. Ein anderer meldet sich: „Ich wollte nach vier Wochen schon wieder meine Sachen packen. Aber dann waren die ersten, die ich hier kennen gelernt hatte und hab rausgehen sehen, wieder hier – in nem schlimmen Zustand. Ich will aber noch ein paar Jahre leben!“ Früher sei er, wenn er nüchtern war, schnell ausgerastet und habe sich oft geprügelt: „Anschließend hab ich vor Scham gesoffen. Ich wundere mich, dass ich hier noch nicht ausgetickt bin.“ Einige aus der Gruppe kennen sich schon lange, von früheren Entgiftungen oder von Aufenthalten auf einer Intensivstation. Einige sind dem Tod nur knapp entkommen, und jeder kennt den Ernst seiner Situation. Ein AA-Mitglied fasst es so zusammen: „Ich versuche für den Rest meines Lebens ein stocknächster Alkoholiker zu sein. Und ich sag mir: Keine Höhenflüge! Immer schön auf dem Teppich bleiben, und sich jeden Tag sagen: Heute trinkst du nicht!“ „Danke“, sagen die anderen im Chor und nicken zustimmend. Eva Holtz

Demenz – das Thema der Zukunft

Das 5. Gerontopsychiatrische Symposium stand im Zeichen der mit am meist verbreiteten Erkrankung im Alter, der Demenz. Mehr als 1,2 Millionen Menschen in Deutschland leiden darunter, und es werden mehr – ein großes Problem, nicht nur für die Kranken selbst, sondern auch für ihre Familien. Um unterschiedliche Therapieansätze und um die speziellen Anforderungen an die pflegerische Versorgung ging es in den Referaten der Experten. Privatdozentin Dr. med. Henrike Wolf von der Psychiatrischen Universitätsklinik in Zürich zog ein Fazit gleich zu Beginn ihres Vortrages: „Es wäre wunderbar, wenn das Problem mit einer Pille zu lösen wäre. Leider gibt es dieses Wundermittel nicht.“ Für die Ärztin sollten bei Demenzerkrankungen immer die nicht-medikamentösen Therapieverfahren im Vordergrund stehen – nicht die Medikamente. „Es ist wichtig, kontinuierlich angenehme Erlebnisse anzubieten und Stresssituationen weitestgehend zu vermeiden. Das Allerwichtigste aber: die Prävention im Vorfeld. Und die geht schon gar nicht mit Medikamenten, sondern nur mit geistiger und körperlicher Aktivität. Ausführlich beschrieb sie nicht nur die unterschiedlichen Arten der Demenz, wie etwa die Demenz bei Alzheimer-Krankheit, die vaskuläre Demenz oder die Demenz bei der Parkinson-Erkrankung, sondern auch deren Symptome: „So ist die Parkinson-Demenz auch mit starken optischen Halluzinationen verbunden. Bei allen Formen gibt es im späteren Verlauf auch die sogenannten Verhaltensauffälligkeiten wie etwa Halluzinationen und Wahnvorstellungen, Unruhe, eine Störung des Schlaf-Wach-Rhythmus, Misstrauen oder auch Aggressionen. Nicht nur aufgrund der starken Nebenwirkungen sei bei den Neuroleptika, die auch bei der Demenz zum Einsatz kämen, Zurückhaltung geboten, so die Ärztin: „Generell ist auf eine ganz niedrige Dosierung zu achten, und immer gilt: wenn man die Medikamente einmal gibt, sollte es im weiteren Verlauf der Behandlung auch einen Absetzversuch geben. Sie können also immer nur die letzte Option sein“, warnte die Psychiaterin. Eine andere Alternative zur medikamentösen Demenzbehandlung stellte der Musikpädagoge Prof. Dr. Theo Hartogh (Universität Vechta) vor. „Musik ist gut für das Denkvermögen und das Gedächtnis, hilft bei Unruhe, fördert das Kommunikationsvermögen und verbessert die Mobilität. Sie wirkt vielfältig positiv, aber nur unter individueller Anleitung und nur über die mitmenschliche Beziehung.“ Außerdem müsse der persönliche biographische Bezug vorhanden sein: Lieblingsmusik etwa, Musik, die bei der eigenen Hochzeit gespielt wurde oder Lieder aus der Kinderzeit. „Die Erinnerung an die Musik aus der Kinder- und Jugendzeit ist auch bei Demenzkranken meist noch vollständig vorhanden.“ In seinem Institut und in der Vechtaer Dementen-Wohngemeinschaft „Haus Arche“ wird umfassend zur Wirkung von Musik geforscht. Die Ergebnisse seien toll, so Prof. Hartogh:

Veranstalter und Referenten. Foto: Giesel



„Eine Demenzkranke hat sogar noch Cello gelernt!“ Endgültig überzeugte der Musikpädagoge das Fachpublikum mit seinen Filmsequenzen, die die Wirkung von Musik bei schwerst Dementen dokumentierten. So wurde bei einer apathischen Patientin, die anfänglich nur völlig unartikulierte Lallen von sich gab, nach kurzer Zeit echtes Mitsingen, mit richtiger Melodie und gut verständlichem Liedtext! „Diese Patientin ist ein Beispiel dafür, wie man Demenzkranke durch Musik aktivieren kann“, erklärte der Musikpädagoge. Anschließend wird die strahlende alte Frau gefragt, wie das Musizieren war. Ihre klare Antwort: „Ich kann mich nicht an das Musizieren erinnern. Aber ich fühle mich glücklich.“ Prof. med. Barbara Zimmermann, Studiengangsleiterin Physiotherapie an der Hochschule 21 Buxtehude und Kinaesthetik-Trainerin Silke Reichert informierten über „Demenz in Bewegung – aus therapeutischer und kinästhetischer Sicht“ und machten die Wichtigkeit einer rechtzeitig beginnenden Therapie besonders deutlich. „Das Frühstadium wird oft verkannt. Doch auch da ist regelmäßige Bewegung bereits sehr wichtig.“ Generell sei nicht oft genug zu betonen, dass eine Prävention gegen Demenz ein aktiver Lebensstil sei, zu dem geistige wie körperliche Bewegung gehöre, so Prof. Zimmermann. Und bei bereits Erkrankten müsse Bewegung ohne Gefährdung ermöglicht werden. So empfiehlt die Ärztin zur Orientierung im Haus oder in der Wohnung etwa Lichtstreifen oder reflektierende Streifen im Boden, beispielsweise vom Bad zum Schlafraum. „Mit Lichttherapie und Farben haben wir auch interessante Erfahrungen gemacht.“ Einige praktische Bewegungsübungen der Kinästhetik-Trainerin ergänzten den Vortrag. Dr. rer. medic. Christine Riesner von der Universität Witten-Herdecke erläuterte abschließend die Rolle und Aufgabenstellung des pflegerischen Teams bei der Versorgung Demenzkranker und kam – so schließt sich der Kreis – auch noch einmal auf Medikamente zu sprechen: „Nach unseren Erfahrungen soll man so wenig unterschiedliche Medikamente wie möglich geben, denn die Neben- und Wechselwirkungen können nicht eingeschätzt werden. Wir haben zudem festgestellt, dass durch übersteigerte Medikation auch kognitive Störungen hervorgerufen oder verstärkt werden.“ Dr. Riesner betonte ebenfalls den hohen Stellenwert des menschlichen Kontakts – gerade bei Demenzkranken: „Der Pflegeauftrag bei Demenz ist die Beziehungsgestaltung, die Begleitung im Alltag und die Herstellung größtmöglicher Normalität. Die gute Beziehung ist das Wesentliche bei der Pflege von Menschen mit Demenz. Ich muss immer erst den Kontakt herstellen, bevor ich irgendetwas mit dem Patienten tue.“ Er müsse sicher sein können, dass die Pflegekraft „gut“ sei und darauf vertrauen können, dass alles richtig und gut ist, was mit ihm geschehe. „Dazu braucht es ein starkes, gut funktionierendes und harmonisches Team!“ Eva Holtz

Es ist wie es ist

Ich hab viel Scheiße gebaut: Einbrüche und Klauen für Drogen, und ich bin immer ne freche Göre gewesen. Bin ich auch heute noch. Bei mir muss alles zaack-zaack gehen, sonst werd ich ungeduldig und schwer nörgelig.“ Britta ist 44 und lebt seit drei Jahren im Heimbereich der Klinikum Warendorff, die ersten 1 1/2 Jahre in einem beschützten Bereich und seitdem offen. Neben Drogenproblemen wurden bei ihr eine Psychose diagnostiziert. „Ich berauscht mich immer noch ab und zu mit Cannabis. Das tut gut. Früher hab ich sehr viel gekifft, und dann hab ich schlimme Sachen gemacht, die Wohnung von meinem Freund zusammengeschlagen und alle Leute schwer beleidigt“, sagt die gebürtige Hildesheimerin, die die Realschule abgeschlossen und dann eine Frisörlehre gemacht hat. Danach sei es mit den Drogen losgegangen, erzählt sie, schüttelt über sich selber den Kopf – und dreht sich dabei die nächste Zigarette. Aber krank – das sei sie wohl vorher schon gewesen. „Obwohl ich so schön groß geworden bin, und ich hab keine Klamotten und so. Mama hat immer schön gekocht, und ich hab beim Essen immer an der Seite meines Vaters gesessen. Aber ich war schon immer der Rabauke von uns fünf Geschwistern. Ich hab als Kind viel Haul und Stubenarrest gekriegt, wenn ich Mist gebaut hab. Ich hab meine Eltern und Geschwister geschlagen und sie beklaut – bis sie mich rausgeschmissen haben!“ Nein, sie habe ihre Familie nicht verlieren wollen, sagt sie und kann sich ihr Verhalten bis heute nicht erklären. „Ach, manchmal bin ich so durcheinander!“ Seitdem sie 20 Jahre alt war, lebt Britta nun stationär in psychiatrischen Einrichtungen, in einem ständigen Wechsel zwischen Akutkrankenhäusern und Heimbereichen. „Zwischen-drin hab ich auch mal zwei Jahre in einer eigenen Wohnung gelebt. Doch dann hab ich meine Tabletten nicht mehr genommen, und dann war's vorbei.“ Sie drehte wieder ab, landete auf der Straße und durchlebte die drei schwierigsten Monate ihres Lebens, erzählt sie. „Kälte, kein Geld, kein regelmäßiges Essen, nicht duschen und sich nicht mal ein bisschen schön machen können. Wenn ich nicht so viel Scheiße gebaut hätte, hätte ich vielleicht jetzt nen Mann, ne Familie, ein Auto, aber so – alles Scheiße!“ Dagegen gehe es ihr hier im Wernerhaus in Köthenwald gut: „Hier

Arbeiten und aktiv sein ist für Britta Lebenshilfe. Foto: Giesel



hab ich alles, und die tun wirklich was für arme Menschen. Aber was die sich oft anhören müssen, wenn einer austickt und dann auch was kaputt geht! Das Personal hat's schon schwer hier. Die hören viele Frechheiten. Hut ab, was die leisten!“ lobt Britta die Mitarbeiter und schiebt resolut nach: „Also wirklich, ich hab keine Beschwerde!“ Wenn sie manisch sei, finde sie sowieso alles toll. „Manchmal bin ich aber auch depressiv. Dann brauch ich viel Zuneigung.“ Die bekommt sie dann auch von ihrem Freund, den sie aus der Drogenszene kennt und mit dem sie eine langjährige, aber sehr schwierige Beziehung verbindet. „Der ist jetzt auch hier. Durch mich ist er obdachlos geworden, und es war schlimm, was ich mit ihm gemacht habe. Ich sag: Ich bin zu krank für dich, mein Bärchen, such dir ne Gesunde. Weil ich ihn immer und überall gefährde. Meinetwegen wollte er schon mal aus dem Fenster springen!“ Britta arbeitet in der Gärtnerei und hält ihr Zimmer selbständig in Ordnung. „Arbeiten tu ich gern: Tomaten pflanzen, Blumen pikieren, Schleifen binden, aufräumen – alles. Ich bin nur am Putzen und am Tun, in der Gärtnerei und hier. Ist auch ne nette Gruppe da in der Gärtnerei. Hier hab ich aber manchmal Probleme mit Bewohnern, die so krank sind. Dann beschimpfe ich die auch schon mal: Du Schlampe oder so, sage ich dann.“ Meist schafft sie es aber hinterher, sich zu entschuldigen. „Ich schimpfe eben so drauflos. Das ist aber nicht die Wahrheit, was ich dann sage. Das ist eben durch die Erkrankung, dass man so empfindlich ist.“ Und sie weiß ganz genau, wenn sie ihre Tabletten nicht nimmt, „tickt sie wieder aus“. „Dann zerreiß ich die ganzen Klamotten und schmeiß sie raus, schneid an meinen Haaren rum, tobe und werf die Schlüssel weg. Dann höre ich Stimmen, die sagen: Kiff ruhig, bist sowieso doof und krank. Die sagen, dass sie außerirdisch sind, aber hier auf der Erde leben und Gedanken lesen können.“ Die vielen Fotos, die im Regal am Kopfende ihres Bettes stehen, zeigen ihre Familie, ihren Freund, Britta vor der Gärtnerei und schick zurechtgemacht zum Ausgehen. „Ich mach immer hier bei der Disco mit, tanze gern und geh gern ins Kino. Ich gucke alle Filme. Aber nach ner halben Stunde bin ich müde, auch in der Disco. Dann leg ich mich wieder ins Bett und steh gern um 3 Uhr früh auf. Dann schlafen alle noch, und ich räume dann auf: das Zimmer, den Schrank – ist immer was zu tun.“ Manchmal muss sie dann aber die Arbeit schwänzen, sagt sie: „Weil ich wieder einpenne.“ Sie deutet auf eines der Fotos: „Das da sind Oma und Opa auf ihrem Balkon. Ob die noch leben, weiß ich gar nicht.“ Zu ihrer Familie hat Britta keinen Kontakt mehr. „Es ist wie es ist!“ Eva Holtz



... wenn sonst nichts mehr geht. Fotos (2): Giesel

In Ruhe weinen, Schreien und toben

Es ist schön, in Ruhe weinen zu können oder zu schreien, ohne zu stören. Viel besser, als fixiert zu werden. In der Fixierung ist man seinem Schmerz ausgesetzt und kann nichts machen. Hier kann ich Musik hören, mich auspowern, und mit dem wechselnden Licht ist es total schön. Ich bin froh, dass es diesen Raum gibt und dass ich jetzt kaum noch fixiert werden muss“, sagt Jana. Die 21-Jährige lebt seit einem dreiviertel Jahr im Pflegeheim des Klinikums Warendorff, in einem beschützten Wohnbereich im Rahmen eines Unterbringungsbeschlusses nach Betreuungsrecht, und sie war vor allem in der Anfangszeit fast jeden Tag im „Deeskalationsraum“. Auch für Nicole ist dieser in warmen Farben gehaltene, rundum mit dicken Schaumstoffmaten gepolsterte Raum, in dem ein Sandsack hängt und sanfte Musik und gedimmte, wechselnde Beleuchtung für Beruhigung sorgen, eine große Erleichterung: „Ich musste vorher fast täglich fixiert werden“, sagt die junge Frau. Zahllose Selbstmordversuche hat sie hinter sich, und erst kürzlich hat sie wieder einmal versucht, sich zu strangulieren. Wenn sie nur noch „wie durch ein schwarzes Tuch sieht“, wird es auch für ihre Umgebung mitunter brenzlig: „Ich bin dann wie weg und wirklich unberechenbar. Manchmal ist das echt gefährlich. Ich weiß, dass ich dann anderen Angst mache, aber ich wollte noch nie jemanden verletzen!“ In solchen Fällen ging es dann früher nur mit Fixierung. „Damit hab ich schon schlechte Erfahrungen gemacht. Wenn man sich wehrt, wird hart zugegriffen. Hier kann ich mich bewegen und ausatmen, und es ist gut, dass man sich da nichts antun kann.“ Meist kauert die 23-Jährige jedoch in einer Ecke. Dann hört sie ganz laut ihre Lieblings-CDs und denkt über sich und ihr Leben nach und darüber, warum ihre Eltern so „scheiße“ sind, sagt sie: „Wenn ich dann so einen Tag geschafft habe, ohne Ausraster, ohne andere zu verletzen, ohne zu treten und was kaputt zu machen, dann bin ich zufrieden.“ Seit fast einem Jahr gibt es den Deeskalationsraum in einem der beschützten Wohnbereiche in Köthenwald. „Seitdem sind bei uns die Fixierungen um 80 Prozent zurückgegangen“, freut sich Olaf Schönfeldt, der stellvertretende Heimleiter. Etwa 30 Personen haben den „Deeskalationsraum“ schon benutzt, viele von ihnen häufig. „Es sind überwiegend Frauen“, ergänzt Heimleiterin Sabine Wenzel. Männer, so ihre Erfahrung, lebten ihre Aggressionen eher beim Sport aus. „Und der Raum ist auch nicht für jedes Krankheitsbild geeignet. Für jemanden mit einer Angststörung ist er z. B. gar nicht geeignet.“ Ein 30-jähriger Bewohner, der ansonsten nicht spricht und nur ungesteuerte Bewegungen zeigt, blüht im Deeskalationsraum jedoch auf: Er juchzt und schreit, bearbeitet die gepolsterten Wände und den Sandsack und ist wie entfesselt und befreit. Olaf Schönfeldt hat beobachtet: „Wenn er aus dem Raum kommt, wirkt er erleichtert und ist viel ruhiger als vorher.“ Für eine andere, sehr verwirte Bewohnerin ist es ihr „Tanzraum“, in dem sie ohne Einschränkungen ihren Bewegungsdrang ausleben kann.



So wie Fixierungen, so ist auch der Deeskalationsraum immer die letzte Möglichkeit, wenn kein Gespräch mehr möglich ist und keine andere Therapie mehr greift. Der Raum ist ein wichtiger Bestandteil des Gesamtkonzeptes „Deeskalation“, ein anderer ist das Deeskalationstraining der Mitarbeiter, um Spannungen und kritische Situationen bereits im Entstehen zu erkennen und zu entschärfen. „Aus Kleinigkeiten wird oft ganz viel. Die Bewohner können ihre Handlungen nicht immer steuern und die Folgen nicht einschätzen“, so Olaf Schönfeldt. Die Erfahrungen mit diesem Schutzraum sind so gut, dass in jedem der beschützten Bereiche ein solcher Raum entsteht. „Am besten ist die Wirkung, wenn die Bewohner freiwillig hineingehen“, ist Sabine Wenzels Erfahrung. Und immer wichtig: „Das Gespräch hinterher.“ Wie kam es zu diesem Ausnahmezustand? Was war der Auslöser für die innere Not? In einer genauen Dokumentation wird alles niedergelegt: Wer, wann, wie lange, warum? Von den 506 Aufnahmen waren 411 auf eigenen Wunsch. Der Aufenthalt beträgt zwischen 10 Minuten und maximal einer Stunde. Nach den ersten 10 Minuten erfolgt ein erster Test der „Absprachefähigkeit“: Ein Mitarbeiter setzt sich zu dem Bewohner in den Raum und spricht mit ihm. Dann wird entschieden, ob der Aufenthalt beendet werden kann. Alle 10 bis 15 Minuten erfolgt eine weitere Kontaktaufnahme. „Wir haben festgestellt, dass die meisten Aufenthalte nach 16 Uhr nötig sind, dann wenn Arbeitstherapie, Sport und andere Angebote aufgehört haben“, resümiert die Heimleiterin und wünscht sich folgerichtig auch danach Angebote für die Bewohner. „Wenn wir die Ursachen kennen, warum Bewohner in Erregungszustände und Krisensituationen geraten und darauf eingehen können, brauchen sie den Raum vielleicht irgendwann einmal gar nicht mehr in Anspruch zu nehmen.“ Bis es jedoch so weit ist, ist nicht nur Nicole froh über die Existenz des Deeskalationsraumes. „Wenn ich rauskomme, bin ich viel ruhiger. Aber nach ungefähr einer Stunde brauche ich wieder Leute um mich.“ Eva Holtz

Veranstaltungen im Klinikum Warendorff:

- 27. Januar, 11 Uhr: Neujahrsempfang im Verwaltungs-Pavillon, Ilten
• 7. Februar, 19 Uhr: Weiberfastnacht im DoG
• 9. und 10. März, 10 Uhr: Frühlingsbrunch in der Dorff-Gärtnerei, Tischreservierung erbeten unter 0 51 32/ 90 26 81
• 23. März, 14 Uhr: Ostermarkt „Ach Du Dickes Ei“ in Köthenwald
• 6. April, 19 Uhr: Benefizkonzert mit Nelly Sander und dem Shadow Light Duo im DoG, Karten: 28 Euro, Traute Peukert, Tel. 0 51 38/ 7 09 96 22