

Erfahrungsbericht VIII (Verfasser ist der ÜE Hasselborn namentlich bekannt)

Mein Aufenthalt in der Übergangseinrichtung im Hasselborn zog sich über exakt drei Monate hin. Als ich mich in der Entgiftung befand, kam das Thema, nach Hasselborn zu gehen, zum ersten Mal auf. Vorher war mir gar nicht bewusst, dass es solche Einrichtungen überhaupt gibt oder was ihr Zweck ist.

Mittlerweile weiß ich, dass dies ein Ort ist, wo man sich weiter stabilisieren kann und professionelle Hilfe findet, um die richtigen Schritte vorzubereiten, um ein abstinentes Leben führen zu können. Völlig egal, ob man schon eine Therapie beantragt hat oder noch keine Idee hat, wie es weitergeht. Es ist ein drogenfreier Raum, der der Selbstfindung dient. Begleitet von kompetenten Therapeuten und Sozialarbeitern, die einem unterstützend zur Seite stehen. Auch Aussagen über Härte und Strenge der Einrichtung, die auch Ihnen vielleicht schon erzählt wurden, haben sich für mich nicht bestätigt.

Natürlich gibt es eine Struktur und auch Regeln, die eingehalten werden müssen; aber die sind nun mal unabdingbar in einer solchen Lebensgemeinschaft wie hier in Hasselborn.

Aber wer für sich erkennt, wie wichtig diese Dinge für ein abstinentes Leben sind, wird sich gern daran halten. Denn eine gewisse Struktur und eigene Regeln, an die man sich gerne hält, weil man ihre Bedeutung kennt, gehören zu den Grundsteinen - weit über die Therapie oder sonstige Einrichtungen hinaus. Nun, da ich in zwei Tagen in meine eigentliche Langzeittherapie gehe, schaue ich auf meine Zeit hier zurück und kann sagen, dass sich jeder einzelne Tag gelohnt hat und ich die Zeit hier nicht missen möchte.

Ich habe an meinem Selbstvertrauen gearbeitet, habe gelernt, was Verantwortung - besonders Eigenverantwortung - bedeutet und zu meinem Wohl und zum Wohl der Gruppe meinen Beitrag zu leisten.

Als ich hier ankam, folgte sogleich das Aufnahmegespräch (welches mit Unterstützung des Sozialarbeiters kein Hindernis darstellt) und die Einteilung in den jeweiligen Arbeitsbereich (Küche, Garten, Ergotherapie und Hauswirtschaft). Die Arbeitsbereiche bilden dann den Kern der Gruppenarbeit. Ich habe mich für den Garten entschieden. Hier hat man die Möglichkeit, im Freien zu arbeiten und an täglichen Spaziergängen mit unseren Tieren teilzunehmen. Gerade die Abwechslung aus körperlicher Arbeit und spazieren gehen im Wald hat mir sehr gefallen. So kann man entscheiden, was für einen an jedem Tag neu das richtige ist.

Der therapeutischen Arbeit in der Gruppe wird viel Raum gegeben. Ob man diesen nutzt, steht und fällt natürlich mit dem Engagement aller Beteiligten. Es wird auch durch die Möglichkeit von Einzelgesprächen eine Option geschaffen, seine Kernthemen zu ergründen, um so für eine anschließende Therapie einen besseren Einstieg zu gewährleisten. Aber diese Dinge liegen in den Händen von jedem Einzelnen, womit wir wieder beim Thema der Eigenverantwortung wären. Auch gibt es hier unter den Klienten Verantwortliche für die verschiedenen Bereiche im Haus. Ich selber hatte die Rolle des Gruppensprechers im Garten und des so genannten Müllverantwortlichen im Haus.

Somit wurde mir ermöglicht, Verantwortung für die Gemeinschaft zu übernehmen und meine sozialen Kompetenzen auszubauen. Wofür ich sehr dankbar bin.

Auch ein Freizeitprogramm wird geboten, das es uns ermöglicht, auch mal außerhalb des Geländes auf andere Gedanken zu kommen, und das völlig unabhängig vom persönlichen Geldbeutel ist. Selbst für Sportbegeisterte oder die, die es werden wollen, gibt es Möglichkeiten. Ob es das Trainieren im Krafraum oder das Joggen in der Laufgruppe ist. Ich für meinen Teil habe diese Option gerne in Anspruch genommen. Es ist für mich ein Mittel, meinen Kopf zu befreien, überschüssige Energien abzubauen und etwas für meine Gesundheit tun.

Was mich hier auch überrascht hat ist das überdurchschnittlich gute Essen, das hier von den Jungs in der Küche täglich frisch zubereitet wird. Unter anderem aus eigenem Gemüse, für das das Gartenteam sorgt. Wer möchte, kann sich am Wochenende selber zum Dienst melden und mit vier anderen Klienten seine Küchenqualität zum Besten geben. Was wirklich sehr viel Spaß machen kann.

Unterm Strich kann ich für die Einrichtung meine Empfehlungen aussprechen und jedem sagen, der sich entscheidet, hierher zu kommen, sich auf das Haus einzulassen, aus seiner Komfortzone zu gehen und somit der eigenen Entwicklung den Raum zu geben, die sie braucht.