

Informationsbrief 02/2020

für Freunde, Mitglieder und Interessierte

Adresse:

Evangelische Bahnhofsmision Fürth e.V.

Ottostraße 6-8, 90762 Fürth

Tel. (0911) 97 72 37 - 12

Fax (0911) 97 72 37 - 21

E-Mail: detlef.brem@nefkom.net

Internet: www.bahnhofsmision-fuerth.de



Gemeinsam unter einem Dach

**Evangelische
Bahnhofsmision
Fürth e.V.**

Hilfe für Wohnungslose

Sozialtherapeutisches Übergangsheim
Übernachtungsheim und Betreutes Wohnen
Beschäftigungstherapeutische Angebote
Soziale Beratung und Vermittlung

Endlich wieder ein geregelter Tagesablauf – Die Arbeitstherapie der Evangelischen Bahnhofsmision

Dezember 2020



Die meisten Menschen wachsen bereits in der Kindheit, durch den Besuch des Kindergartens und der Schule, mit der Selbstverständlichkeit auf, dass ein geregelter Tagesablauf zum essenziellen Bestandteil des Lebens gehört. Im Anschluss daran geht die deutliche Mehrheit der erwerbsfähigen Personen mit einer entsprechenden Erwartung täglich zur Arbeit. Ein geregelter Tagesablauf, vermittelt durch eine geordnete berufliche Tätigkeit, das ist doch etwas, was sich im Leben von selbst versteht, beziehungsweise was vorausgesetzt wird. Diese Selbstverständlichkeit über das menschliche Dasein teilen wohnungslose Menschen in der Regel mit Angehörigen der Normalbe-

völkerung, da sie vor der Phase der Wohnungslosigkeit ebenfalls so aufgewachsen sind und demgemäß ihr Leben gestaltet haben.

Wer schon einmal länger arbeitslos oder krank und damit arbeitsunfähig war, weiß, wie es ist, aus dieser selbstverständlichen gesellschaftlichen Normalität herauszufallen. Das heißt nämlich, die gewohnte Stabilität, Sicherheit und Verlässlichkeit im täglichen Leben verloren zu haben und unstrukturierte Wochen, Monate oder Jahre bewältigen zu müssen. Wohnungslose Menschen haben häufig in weit größerem Ausmaß als der Durchschnittsbürger solche Verluste hinnehmen müssen. Sie leiden

daher massiv unter den damit verbundenen negativen Folgen.

Vor diesen Hintergründen ist es leicht nachvollziehbar, dass ein geregelter Tagesablauf, wie er durch die Teilnahme an der Arbeitstherapie vermittelt wird, von elementarer Bedeutung für die sozialtherapeutische Arbeit ist. Im folgenden Beitrag erzählt Hans Meier (Name geändert) seine Geschichte und seine Erfahrungen als Heimbewohner.

Seit Ende April dieses Jahres lebt Hans Meier in der Ottostraße. „Freiwillig bin ich damals nicht hierher gekommen, aber die Bahnhofsmision hat mir auf jeden Fall das Leben gerettet“, sagt Meier ganz ohne Pathos, dafür aber mit bitterem Ernst.

Tatsächlich hatte der 55-Jährige Ende vergangenen Jahres einen zum Glück erfolglosen Suizidversuch mit Alkohol und Tabletten sowie eine 6-monatige Odyssee gehäufte stationäre Krankenhausaufenthalte hinter sich, bevor er vom Sozialamt Fürth an die Evangelische Bahnhofsmision vermittelt wurde. Hier erkannte Detlef Brem bereits beim Erstgespräch den umfassenden Hilfebedarf und nahm Hans Meier zeitnah in das Sozialtherapeutische Übergangsheim auf, wo er sich nun, begleitet von



den Mitarbeitenden der Bahnhofsmission, zurück ins Leben kämpft.

In der Tat war Hans Meiers Leben schon immer ein großer Kampf, vor allem gegen den Alkohol. Mit 16 begann er eine Lehre als Dachdecker. „Schon im zweiten Lehrjahr habe ich angefangen, regelmäßig auf dem Bau zu trinken, weil ich dazugehören wollte“, erinnert sich der gebürtige Mittelfranke. Alkohol zu konsumieren, war für ihn damals selbstverständlich und gehörte zu einem normalen Leben, wie Meier heute sagt. Hinzu kam, dass er den ständigen Alkoholenuss seit frühen Kindertagen auch von seinen Eltern gewohnt war, die er rückblickend beide als „Alkoholiker“ bezeichnen würde.

„In den ersten Jahren hatte ich das Saufen noch im Griff“, berichtet Hans Meier. Neben Alkohol konsumierte er in dieser Zeit aber auch andere Drogen wie Haschisch, Speed oder Kokain. „Ich habe alles durchprobiert, bin aber auch von allem wieder weggekommen, außer vom Alkohol“, erzählt der Mittfünfziger.

Dennoch erlebte er bereits mit Ende 20 seinen ersten Zusammenbruch. Zuvor hatte er eine selbständige Tätigkeit als Kurierfahrer aufgenommen, da er seinen Beruf als Dachdecker aufgrund einer schweren Arthrose im Sprunggelenk, als Folge eines Arbeitsunfalls, nicht mehr ausüben konnte. Der damals frischgebackene Familienvater arbeitete sehr viel, um die Familie zu ernähren. Zur Aufbesserung der Haushaltskasse unterschlug er gelegentlich ein paar der Pakete, die er ausliefern sollte und ver-

kaufte den Inhalt auf eigene Rechnung. Aus ein paar Päckchen wurde schnell systematischer Betrug. „In dieser Zeit habe ich auch angefangen, unkontrolliert zu trinken“, berichtet Hans Meier. Der Druck durch die viele Arbeit und die Angst, irgendwann entdeckt zu werden, waren einfach zu groß.



Stress in der Arbeitswelt ist längst keine Ausnahme mehr, sondern gehört für viele erwerbstätige Menschen zur Normalität.

Stressfaktoren sind vor allem geringer Handlungsspielraum, hohe Arbeitsintensität, geringe soziale Unterstützung, fehlende Wertschätzung, Mobbing und Arbeitsplatzunsicherheit.

Als Folge beruflicher Stress-Situationen treten am häufigsten Depressionen, Ängste sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf.

Darüber hinaus sind stressauslösende Aspekte ebenso an der Entstehung von muskulären Verspannungen, Schlafstörungen, Rückenschmerzen, wiederholten Erkältungen, Tinnitus, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Problemen sowie Alkohol- und Drogenmissbrauch beteiligt.

Heimbewohner der Bahnhofsmission Fürth kennen wie viele Mitglieder der Normalbevölkerung diese Zusammenhänge und die damit verbundenen, oft schmerzvollen, Begebenheiten. Daher sollen in der Arbeitstherapie und mit Hilfe begleitender sozialtherapeutischer Gespräche vor allem positive Erfahrungen mit dem Thema „Arbeit“ gesammelt werden.

Als Meier schließlich aufflog, summierte sich der entstandene Schaden bereits auf 3,8 Millionen Mark. Es folgten zweieinhalb Jahre Gefängnis. Auch seine Ehe ging darüber in die Brüche. In jene Zeit fiel Meiers erste Alkoholentwöhnungstherapie. Wie viele Entgiftungen, Krankenhausbehandlungen oder Therapien er in den folgenden Jahren bis heute durchgemacht hat, kann er gar nicht mehr zählen.

Nach dem Gefängnisaufenthalt probierte es Hans Meier zunächst noch einmal auf dem Bau als Dachdecker. Die wirklich schmerzhafte Fußarthrose machte seinen Plan allerdings relativ schnell wieder zunichte, sodass er sein berufliches Glück erneut in der Selbständigkeit suchte. Als Entsorger verdiente er dabei

auch gutes Geld, zumal er sich zum Asbestentsorger ausbilden ließ. Der berufliche Stress und der Druck der hohen Schulden aus seinen Unterschlagungen ließen Meier aber gleichzeitig auch wieder öfter zur Flasche greifen. Bis zu vier Flaschen Wodka täglich trank er nach eigenen Angaben in seinen Hochzeiten. „Letztlich habe ich immer Alkohol konsumiert, um Probleme zu verdrängen und mir Druck zu nehmen“, erinnert sich Hans Meier aus der Retrospektive.

Mit dem Alter kamen zur und durch die Alkoholsucht weitere Krankheiten hinzu. Neben Bluthochdruck leidet Meier beispielsweise bis heute auch unter Angst- und Panikattacken, die er zunächst ebenfalls mit Alkohol bekämpfte. Schier unerträglich wurden Druck und Stress dann vor gut eineinhalb Jahren, als ein guter Bekannter, mit dem er sich für längere Zeit eine Wohnung in Fürth geteilt hatte, überraschend auszog und nicht einmal sein Zimmer räumte. Meier konnte die Miete nicht mehr zahlen, drohte die Wohnung zu verlieren und begann einmal mehr, unkontrolliert zu trinken.



Nachdem die folgende Krankenhausbehandlung erneut scheiterte, sah Hans Meier im vergangenen Jahr endgültig keinen Ausweg mehr aus diesem Teufelskreis. „Ich wollte das Elend, vor allem auch meinen Kindern, nicht länger antun und hatte beschlossen, mich tot zu saufen“, erzählt Meier aus den dunkelsten Stunden seines Lebens. Mit Schnaps und Schlaftabletten wollte er diesem Leben ein Ende machen. Nur durch Glück reichte die Dosis offensichtlich nicht aus, und Hans Meier erwachte noch einmal aus dem Delirium.

Der zunächst nicht ganz freiwillige Gang zur Bahnhofsmission im April dieses Jahres, nach monatelangem Krankenhaus- und Therapieaufenthalt, erwies sich für den 55-Jährigen dann aber als größter Glücksfall. „Ohne die Bahnhofsmission wäre ich nicht mehr am Leben. Ich habe hier endlich wieder Lebensmut und vor allem Lebenswillen bekommen,“ sagt der gebürtige Mittelfranke.

Am wichtigsten war für ihn dabei zunächst die Tatsache, dass er endlich wieder einen Platz für sich gefunden hatte, an dem er zur Ruhe kommen konnte. „Seit ich hier bin, ist der Druck weg, weil ich weiß, dass ich alle Zeit der Welt habe, um meine Probleme zu lösen“, sagt Meier.

Unterstützt von den Mitarbeitenden des Sozialtherapeutischen Übergangsheimes gelang es ihm beispielsweise, seine alte Wohnung selbständig und ordentlich aufzulösen, was wiederum für sein Selbstwertgefühl „enorm wichtig“ war. Außerdem ging er endlich seine verschiedenen gesundheitlichen Gebrechen an, nachdem er zuvor jahrelang jede Arztpraxis gemieden hatte. Neben der Vermittlung an verschiedene Fachärzte helfen ihm die Angestellten der Evangelischen Bahnhofs-



Die Corona-Pandemie hat in diesem Jahr viele Zweige der Arbeitswelt grundlegend verändert. Persönliche Gespräche, Besprechungen oder Präsenzkonferenzen und Life-Schulungen sind zum Schutz von Mitarbeitenden und Kunden oft nicht mehr möglich. Während der ersten Coronawelle im Frühjahr arbeiteten 20 % aller Beschäftigten teilweise oder vollständig im Home-Office, je nach Branche waren es sogar bis zu 50 %.

So notwendig der Schutz von Menschen ist, bleiben offene Fragen, wie dennoch gute berufliche Beziehungen aufgebaut und gepflegt werden können. Diese tragen wesentlich zur Arbeitszufriedenheit bei, sowohl aus Sicht der Normalbürger als auch wohnungsloser Personen.



mission gerade, einen Schwerbehindertenausweis zu beantragen.

Die Vermittlung an geeignete Stellen ist auch beim Thema Schulden notwendig. Mehr als 20.000 Euro an offenen Rückständen hat der Betroffene und sucht deshalb Hilfe bei der Schuldnerberatung. Am liebsten wäre ihm, wenn er in ein Privatinsolvenzverfahren gelangen könnte. Nur so besteht für ihn die Hoffnung auf einen Lebensabend mit schuldenfreier Perspektive.

Meiers größtes Problem ist natürlich nach wie vor die Alkohol-

sucht, obwohl er seit seinem Einzug in die Ottostraße trocken lebt. „Es hat lange gedauert, bis ich akzeptiert habe, dass ich krank bin. Inzwischen weiß ich, dass selbst eine einzige Alkoholpraline reicht, damit ich wieder die Kontrolle über den Alkohol verliere“, gesteht er. Detlef Brem, Geschäftsführer der Bahnhofsmission Fürth und ausgebildeter Suchttherapeut, bekräftigt, dass Alkoholabhängigkeit sich nicht auf Willensschwäche reduzieren lasse. „Sich einfach zusammenreißen, funktioniert nicht, weil Alkoholsucht eben eine schwere chronische Krankheit ist, die man sein Leben lang nicht mehr los wird“, sagt Detlef Brem und ergänzt „Ziel muss es daher sein, mit den Betroffenen eine zufriedene Abstinenz zu erreichen. Auf dem Weg dahin benötigen die meisten Hilfesuchenden sorgsame und geduldige Begleitung.“

Ein wichtiger Baustein für diese zufriedene Abstinenz ist bei Hans Meier beispielsweise die Teilnahme an der Arbeitstherapie. Seine Arbeit war Meier nämlich zeitlebens sehr wichtig und bedeutete Freiheit, Sicherheit und Leidenschaft für ihn. Da er jeden Job stets mit Enthusiasmus gemacht hat, hatte er auch stets großen Druck und Stress. „Bei der Arbeitstherapie ist das jetzt anders. Ich habe eine sinnvolle Beschäftigung und trotzdem keinen Stress“, sagt Hans Meier. Wohin Stress und Druck bei ihm führen, weiß der Mittfünfziger, und dahin möchte er nie mehr in seinem Leben kommen.

MATTHIAS KAMM

Impressum

Informationsbrief 2/2020 der
Evangelischen Bahnhofsmission Fürth
Auflage: 600
Verantwortlich für den Inhalt: Detlef Brem
Bilder: Pixabay

Angebote zur Förderung von Beschäftigung und Arbeit im Sozialtherapeutischen Übergangshaus

- Teilnahme an der Arbeitstherapie Werkstatt, Küche, Wäscherei oder Hausmeisterei
- Erwerb von Grundqualifikationen (Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Durchhaltefähigkeit, passendes persönliches Erscheinungsbild, geeignete soziale Umgangsformen, angemessene Belastungsfähigkeit) in der Beschäftigungstherapie für weiterführende Arbeitsmöglichkeiten
- Sozialtherapeutische Gespräche zur Aufarbeitung von Konflikten, die im Rahmen der Beschäftigungstherapie zwischen den Heimbewohnern und bei der Erbringung einer angemessenen Beschäftigungsleistung auftauchen, mit Erwerb von passenden Konfliktbewältigungsstrategien
- Klärung vorhandener und aktivierbarer Fähigkeiten mit Hilfe der erwerbsbiografischen Anamnese
- Klärung des persönlichen Stellenwerts von „Arbeit“
- Motivierung zur Beschäftigung
- Klärung von persönlichen Beschäftigungsinteressen
- Klärung von geeigneten Beschäftigungs- bzw. Erwerbsmöglichkeiten bei niedriger Leistungsfähigkeit und zusätzlichen gesundheitlichen Einschränkungen
- Motivierung zur Alphabetisierung
- Motivierung zu Ausbildungs-, Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen
- Vermittlung in adäquate Beschäftigungsmöglichkeiten
- Unterstützung bei der Arbeitssuche, z.B. Erstellung von Bewerbungsunterlagen, Erarbeitung von angemessenem Bewerberverhalten

Evang. Bahnhofsmision Fürth e.V.

Ottostraße 6-8, 90762 Fürth
Tel. (0911) 97 72 37 12
Fax (0911) 97 72 37 21

Sparkasse Fürth

IBAN: DE 29 7625 0000 0000 001461
BIC: BYLADEM1SFU

Was wir in der Kleiderkammer so brauchen:

- große Kaffeetassen, Besteck und Geschirr
- Deo, Duschgel, Shampoo, Bodylotion
- Rasiergel, Rasierschaum
- Rasierapparate, Nass-Rasierer
- Jeans, Pullover, Schuhe, Jacken
- Spannbettlaken und Handtücher
- Bettdecken und Kopfkissen (waschbar)

oder fragen Sie uns!

Heute ist für euch der Retter in der Stadt Davids geboren worden: Es ist Christus, der Herr.

(Lukas 2,11)

Liebe Freunde und Mitglieder der Bahnhofsmision,

wie feiern Sie 2020 Weihnachten, das Fest der Liebe und Eintracht, das Fest der Begegnung mit Familienmitgliedern, Freunden oder anderen nahestehenden und lieb gewonnenen Menschen?

2020 war ein besonderes Jahr: Niemand von uns hatte mit einer Corona-Pandemie und dem darauffolgenden Lockdown gerechnet. Erst recht dürfte kaum jemand erwartet haben, dass die Fallzahlen der infizierten Personen im Herbst höher ausfallen als am Anfang der Ausbreitung des Coronavirus und ein neuer Lockdown erforderlich sein würde. Die Angst geht um. Wird es wieder zu dramatischen Umsatzeinbrüchen wie im Frühjahr kommen, zum Beispiel bei Einzelhändlern, produzierenden Betrieben, Gaststätten sowie bei Veranstaltern von Freizeit- und Kulturangeboten? Dabei geht es bei vielen Unternehmen, aber auch Einzelpersonen um die Existenz: Kann die Firma weiter fortbestehen oder steht sie vor der Insolvenz? Kann der Arbeitnehmer oder die Angestellte wie bisher weiter im Betrieb tätig sein oder steht er bzw. sie vor der Arbeitslosigkeit?

Liebe Leserinnen und Leser, die Frage ist berechtigt: Wie feiern Sie 2020 Weihnachten?

Die Frage ist ebenso ernst. Jenseits der wirtschaftlichen Folgen, die für viele unserer Mitmenschen dramatisch sind, sind die möglichen gesundheitlichen Auswirkungen wesentlich gravierender. Diese können von einem asymptomatischen Verlauf über dauerhafte Organschäden bis zum Tod reichen. Nein, niemand von uns möchte sich mit dem Coronavirus

anstecken, weder aus beruflichen noch privaten Gründen. Dann halten sich die meisten Menschen doch lieber an die bekannten Schutzregeln: Abstand halten, Hygiene beachten, Alltagsmaske tragen und regelmäßig lüften.

Gerade die umfangreichen und notwendigen Maßnahmen zur Eindämmung der Covid-19-Pandemie führen zu erheblichen Beeinträchtigungen bei der Aufnahme, Pflege, Stabilisierung und Intensivierung sozialer Beziehungen. Dieser Aspekt wird aus meiner Sicht (zu) wenig in öffentlichen Diskussionen behandelt.

Sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich gehört zu guten, verbindlichen, vertrauensvollen und damit tragfähigen sozialen Beziehungen der direkte Kontakt. Diesbezüglich ist in unserem Kulturkreis der persönliche Handschlag verbreitet, im Freundes- und Familienkreis zählt hierzu meistens eine körperliche Umarmung. Viele Mitmenschen leiden unter Vereinsamung bis hin zur Isolation, da ihnen die täglichen Kontakte zu und Gespräche mit Arbeitskollegen, Nachbarn, Freunden, Bekannten sowie Familienangehörigen fehlen. Menschen sind soziale Wesen. Wir sind auf persönliche Begegnung und direkten Austausch angewiesen. Dies gehört zum essentiellen Bestandteil unseres Daseins.

Liebe Freunde und Mitglieder, wer von Ihnen diese Bedürfnisse an sich bewusst wahrnimmt, der fragt sich zurecht: Wie feiere ich 2020 Weihnachten?

Die Lust, die Weihnachtstage festlich zu begehen, kann einem schon vergehen. Doch da sind die Wünsche nach persönlichen Be-



gegnungen, nach bereichernden Gesprächen und nach gemeinsamer Zeit mit vertrauten, lieb gewonnenen Menschen. Muss Weihnachten 2020, wie es in verschiedenen Print- und Online-Medien zu lesen ist, ausfallen?

Meiner Meinung nach nicht. Aus meiner Sicht darf Weihnachten 2020 definitiv nicht ausfallen, gerade weil es das Fest der Liebe und Eintracht ist, das Fest der Begegnung mit Familienmitgliedern, Freunden oder anderen nahestehenden und lieb gewonnenen Menschen. Die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Auswirkungen können uns vor Augen führen, worum es an Weihnachten eigentlich geht. Wir feiern nämlich die Geburt des Jesuskindes. GOTT wird an Heilig Abend Mensch. GOTT wird uns Menschen gleich, um uns zu erlösen, und zwar von allem, was uns einengt, belastet oder was uns unfrei macht.

Wenn wir das Bild der Krippe anschauen, dann sehen wir keinen Prunk, sondern ein ärmlich gewickeltes Kind in einer Futterkrippe,





geboren in einem Tierstall, weitab von vielen Menschen. Wenn wir im Lukasevangelium nachlesen, dann finden wir dort auch keine Belege für ein großes Fest anlässlich der Geburt des Jesuskindes. Es ist lediglich von ein paar Hirten die Rede. Nicht umsonst singen wir an Weihnachten „Stille Nacht! Heilige Nacht! Alles schläft, einsam wacht nur das traute hochheilige Paar“.

Weihnachten 2020 muss gefeiert werden, auch wenn es geboten ist, die bekannten Schutzregeln einzuhalten! Es darf mit wenigen Gästen gefeiert werden. In diesem Rahmen sind übrigens persönliche Begegnungen und intensive Gespräche besser möglich als in einer großen Gruppe. Der beste Austausch über die eigenen Erfahrungen und das damit verbundene Erleben gelingt, wenn sogar nur zwei Personen miteinander ungestört kommunizieren. Bewusst zu hören, was der Andere zu erzählen hat, was ihn äußerlich beschäftigt und innerlich bewegt, dazu braucht es nicht viele Mit-

menschen, sondern nur einen zugewandten Gesprächspartner.

Auch ein gesunder Spaziergang an einem Nachmittag ist allein, mit ein paar Freunden oder Familienmitgliedern durchführbar.



Vielleicht haben Sie, liebe Leserinnen und Leser, aber auch Lust, die Weihnachtsgeschichte nachzulesen, um ein besseres Ge-



sprache für die Ereignisse rund um Jesu Geburt zu bekommen. Wer von Ihnen Interesse an einem Gottesdienstbesuch hat: Auch dies ist trotz der Auflagen im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie weiterhin möglich. Wenn Sie zu einer Risikogruppe gehören, dann können Sie gemeinsam mit vertrauten Menschen zuhause einen Gottes-

dienst im Fernsehen oder Radio verfolgen und darüber miteinander ins Gespräch kommen.

Weihnachten 2020, trotz oder gerade wegen der Covid-19-Pandemie, kann für uns alle eine gute Gelegenheit sein, darauf zu achten, was alles in unseren Lebenszusammenhängen funktioniert und was alles in unseren sozialen Bezügen möglich ist.

Stärker das Augenmerk darauf zu legen, was alles möglich ist, anstatt die ungeteilte Aufmerksamkeit allen Beschränkungen zur Eindämmung der Corona-Pandemie zu schenken, ist dienlich und notwendig, um sich eine zversichtliche und lebensbejahende

Grundhaltung zu erhalten oder diese zu fördern. Das heißt natürlich nicht, den realistischen Blick für die Gefahren einer Corona-Infektion zu verlieren.

An Weihnachten feiern wir die Geburt des Jesuskindes, unseres Erlösers. Dies kann auch eine gute Gelegenheit sein, sich darüber bewusst zu werden, was in unserem Leben wirk-

lich wichtig ist, was uns durchträgt, was uns befreit und was uns Freude schenkt.

Ein frohes Weihnachtsfest und ein gesegnetes Neues Jahr, verbunden mit herzlichen Grüßen, wünscht Ihnen

Ihr

Dietrich Bressan

