

# Teen Challenge News

Das Info-Magazin des Vereins Teen Challenge Ausgabe 1 | 2017

 Wussten Sie, ...  
... dass es unterschiedliche Arten  
von Traumata gibt?  
Seite 2

 Innensicht  
Vorstandspräsident Peter Dänzer  
Verschiedene Stationen seines Lebens  
Seite 3

 Aussensicht  
Pract. med. Mathias Betz, Chefarzt  
Psychiatrie, Kantonsspital Glarus  
Seite 4



## Editorial

Liebe Freunde, Leser und Interessierte

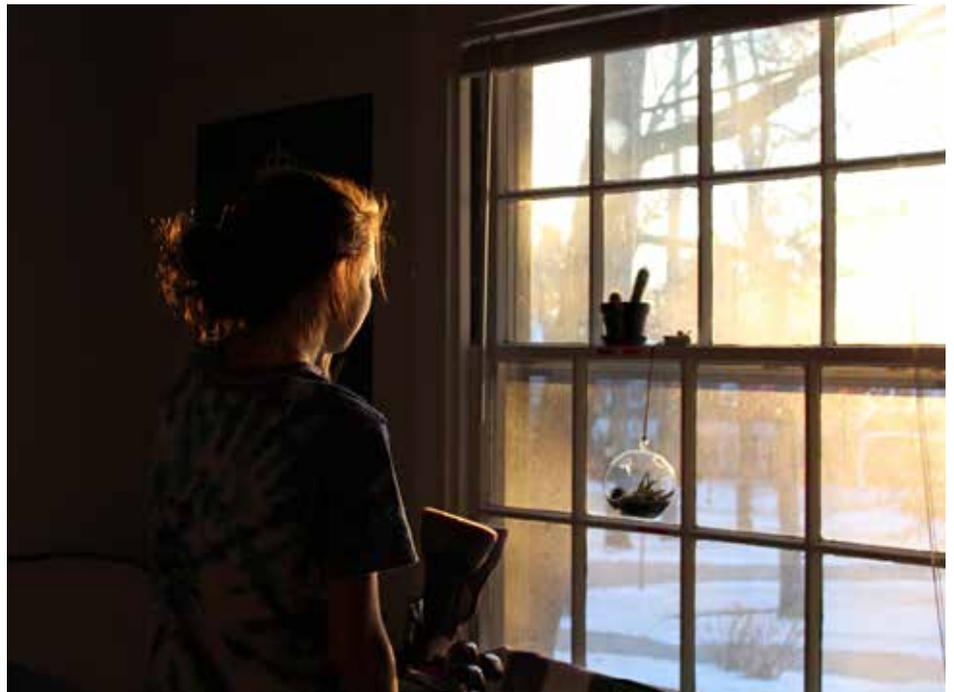
Schlechte Erfahrung oder traumatische Erinnerungen? Was können wir wegstecken und was beschäftigt uns weiterhin und hat Einfluss auf unser Leben? Mit diesen Fragen sehen wir uns vermehrt konfrontiert in unserer täglichen Arbeit mit Menschen, denen etwas passiert ist, dass nicht so leicht zu verkraften ist.

Als Begleiter von traumatisierten Menschen gehen wir ein Stück des Weges mit ihnen und schaffen Raum für Veränderung. Die Einzigartigkeit und der Wert jedes Einzelnen spielt eine entscheidende Rolle. Wir sehen den Menschen als Ganzes und nicht vordergründig eine Erkrankung, eine Störung oder sonst ein spezielles Symptom.

Lesen Sie über unsere Weiterbildung zum Thema und über das Leben unseres Präsidenten. Mathias Betz, leitender Arzt der psychiatrischen Abteilung des Kantonsspitals Glarus, berichtet über gesellschaftliche Entwicklungen und deren Gefahren für die Psyche vieler Menschen.

Wir wünschen Ihnen viel Inspiration bei unserer nachdenklichen, aber hoffentlich aufschlussreichen Lektüre.

Herzliche Grüsse, Xili Fux-Pacozzi  
Gesamtleiter Verein Teen Challenge



## Drei Dinge über ...

... Lisa Stauffer

### Was ist für Dich der ultimative Gaumenschmaus?

Ich liebe Chicken Sweet & Sour – im chinesischen Restaurant oder selbst gekocht daheim. Köstlich!

### Welches ist Dein Lieblingsort in der Ferne?

Irland. Die Natur und die Küsten sind atemberaubend. Ich mag das Land, Irish Folk und die Leute mit ihren mystischen Geschichten.

### Welches ist Dein Lieblingsbuch?

Am meisten berührt hat mich das Buch «Dein Herz soll wieder schlagen» von Dutch Sheets. Es hat mir eine tiefe Hoffnung gegeben, als ich sie am meisten brauchte.



## Wussten Sie, ...

**... dass es unterschiedliche Formen von Traumata gibt? Man unterscheidet zwischen Akuttraumata, bei denen es sich um ein einmaliges extrem belastendes Ereignis handelt und Langzeittraumata, bei denen Betroffene über Jahre Geschehnisse erleben, bei denen Beschämung, Ablehnung und Gewalt eine Rolle spielen.**

### Trauma-Folgestörungen

Viele Menschen erfahren im Laufe ihres Lebens ein Trauma. Circa zwei Drittel der Betroffenen überstehen es ohne langfristige Auswirkungen. Belastende Lebensereignisse können verarbeitet werden, wenn die Lebensumstände die betreffende Person stützen und ihr den nötigen Halt vermitteln. Eine wesentliche Rolle spielen gute Beziehungen und Bindungen. Entscheidend ist auch die individuelle Widerstandskraft, die sogenannte persönliche Resilienz. Trauma-Folgestörungen entstehen, wenn das Trauma die damalige individuelle Belastungsfähigkeit und die Bewältigungsmöglichkeiten der betreffenden

Person völlig überfordert hat. Der traumatische Stress kann nicht abgebaut werden und schädigt Psyche und Körper.

### Posttraumatische Belastungsstörung

Die häufigste diagnostizierte Trauma-Folgestörung ist die posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Betroffene zeigen ein erhöhtes Erregungsniveau. Typisch sind Schreckhaftigkeit, Anspannung, Schlafprobleme und Konzentrationsstörungen. Auf der einen Seite beobachtet man Vermeidungsverhalten; Betroffene erinnern sich kaum an die schlimmen Geschehnisse und wollen damit auch nichts mehr zu tun haben. Auf der anderen Seite erleben sich Betroffene immer wieder überschwemmt von Gefühlen und Gedanken, die sie nicht einordnen können, haben häufig Alpträume oder auch Flashbacks. Auch der Körper ist betroffen, der «Schrei der Seele» schlägt sich in körperlichen Schmerzen und Störungen nieder.

*Quellen: ICTB – Institut für Christliche Traumabegleitung und [www.activebeat.com](http://www.activebeat.com)*

## Was uns bewegt

Gemeinsam mit Irene Hirzel, Leiterin der Organisation act212, dem Beratungs- und Schulungszentrum Menschenhandel und sexuelle Ausbeutung, setzen wir uns neu mit dem Thema «Opfer aus dem Menschenhandel» auseinander. Wir stehen vor neuen Entwicklungen, Anforderungen und Turbulenzen. Das Thema «Traumabegleitung» wird besonders in unserer therapeutischen Arbeit mit den Opfern zu einem sehr wichtigen Ansatz.



## Traumabegleitung

«Nur ein Schiff, das ausgewogen beladen ist, kann sich zielgerichtet fortbewegen. Ist die Negativladung zu gross, verliert es das Gleichgewicht und droht zu kentern. So liegt am Anfang eines Wiederherstellungs-Prozesses der Schwerpunkt auf der Stärkung und Entwicklung der «positiven Schiffsladung». Es geht darum, Stärken und Stärkendes zu entdecken und zu fördern, sicheren Boden unter den Füßen zu gewinnen, neue Bewältigungsmöglichkeiten zu entwickeln, gute und hilfreiche Beziehungen aufzubauen und Abstand von Gefahren und Zerstörerischem zu erreichen. Gefühle und Gedanken, die zu überschwemmen drohen, können mit entsprechenden Übungen wieder auf Abstand gebracht werden.»

*Ursula Ruderus, ICTB – Institut für Christliche Traumabegleitung.*

Auf dieser Grundlage starten drei Teen Challenge Mitarbeiterinnen in diesem Frühling die Ausbildung zur Traumabegleitung. Sie wird dazu dienen, trauma-

tisierte Menschen, die aus unterschiedlichen Gründen zu Opfern geworden sind, aufzufangen, zu verstehen, zu beraten und begleiten.



## Zwei Herzen unterwegs für viele

**Peter Dänzer, Vorstandspräsident des Vereins Teen Challenge, steht mit seiner Frau Ruth seit Jahrzehnten gemeinsam im therapeutischen Dienst für Menschen mit psychischen, suchtbedingten und kognitiven Beeinträchtigungen. Eine Aufgabe, die bei ihnen beiden zum Beruf und letztlich zur Berufung geworden ist.**

### **Was war Deine Motivation, therapeutisch mit Menschen zu arbeiten?**

Ich selbst erlebte 1974 eine Therapie und Genesung bei Teen Challenge. Am Schluss der Therapie hatte ich einen Traum: Ich sah mich therapeutisch mit Menschen arbeiten und wusste, das ist meine gottgegebene Aufgabe. Daraufhin absolvierte ich eine Ausbildung zum Krankenpfleger und eine Notfallausbildung. 12 Jahre später, 1986, fand ich den Weg zurück zu Teen Challenge, um im Wohnheim Hochwart in der Frauentherapie zu arbeiten. Ich war damals Praktikant und lernte in dieser Zeit meine Frau Ruth kennen, die schon länger bei Teen Challenge arbeitete. 1988 absolvierten wir die Gebetsseelsorge-Ausbildung und 1992 wurden wir selbst zu Ausbildern auf diesem Gebiet.

### **Wie sah Euer Alltag der therapeutischen Arbeit mit Menschen aus?**

Nach dem Praktikum arbeitete ich im Wohnheim Hochwart und baute parallel eine Aussenwohngruppe auf. In dieser lebten wir dann als Familie zusammen mit den Menschen, die uns anvertraut wurden. Wir haben sie jeweils betreut und ein Stück weit begleitet. 1991 wurden wir für die Leitung eines Frauenhauses in Amden angefragt. Nach reiflicher Überlegung übernahmen meine Frau und ich diese Aufgabe. Ich machte in dieser Zeit eine Ausbildung zum Sozialtherapeuten und lernte blockweise über Betriebswirtschaft an der Uni Fribourg.

### **Ein bewegtes Leben! Was war Eure Aufgabe in Amden?**

Wir leiteten das Frauenhaus und lebten auch dort wieder gemeinsam mit den Bewohnerinnen und unserer Familie in



*Ein Leben lang beratend unterwegs, Ruth und Peter Dänzer*

dem Haus. Aber nichts ist so stet wie der Wandel: Schon bald kam die Anfrage, im gleichen Ort ein Gebetshaus aufzubauen. Das Gebetshaus von der Chrischona-Gemeinde stand zum Verkauf. Als Verein Bartimäus übernahmen wir es und bauten es entsprechend auf. Ich war Präsident dieses Gebetshauses bis 1999, dann ging es bereits wieder weiter für uns als Ehepaar und Familie.

### **Was war die nächste Station?**

Die Stiftung Besthope in Herisau suchte einen Leiter, und ich übernahm diese Funktion. Erstmals zog unsere Familie an einen Ort, der nicht im Therapie-Zentrum integriert war.

Bis 2015 leitete ich die Institution, die sich ebenfalls für Männer und Frauen mit psychischen, suchtbedingten und kognitiven Beeinträchtigungen einsetzt mit dem Ziel, sie in die Selbständigkeit und Eigenverantwortung zu führen. Im Anschluss an die Zeit bei Besthope, ersetzte ich für ein Jahr eine Kollegin bei der Stiftung Meilestei. Parallel dazu machten Ruth und ich als Ehepaar eine Coaching- und Mentoring-Ausbildung im Jahr 2015, die unserem nächsten Lebensabschnitt als Grundlage dienen wird.

### **Und Teen Challenge kam ein drittes Mal auf Deinen Plan.**

Seit 2013 bin ich Präsident des Vorstands von Teen Challenge. 2014 haben wir angefangen, uns mit Opfern aus dem Menschenhandel auseinanderzusetzen. Zusammen mit Irene Hirzel, der Leiterin der Organisation act212, dem Beratungs- und Schulungszentrum Menschenhandel und sexuelle Ausbeutung, wurde das Projekt aufgegleist. Wir stehen aber noch sehr am Anfang. Das Projekt bringt neue Herausforderungen mit sich, und unsere Mitarbeiter müssen entsprechend geschult werden, unter anderem in der Traumabegleitung. Jeder Mitarbeitende muss sich nochmals klar für diese Veränderung und die neuen Aufgaben entscheiden. Oft sind die Opfer aufgrund gesetzlicher Bestimmungen nur eine sehr kurze Zeit bei uns. Unser Ziel ist, dass sie in dieser Zeit das Vertrauen in einen guten Gott und in helfende Menschen finden. Wenn wir uns selbst ohnmächtig fühlen, weil wir nur so wenig Zeit mit ihnen haben, hilft uns das Zitat aus der Bibel in Psalm 84, Vers 11: «Denn ein Tag in deinen Vorhöfen ist besser als sonst tausend.»

# Gegen Überforderung und Stress

Seit 2012 leitet der Chefarzt Mathias Betz die Psychiatrie im Kantonsspital Glarus. Der Verein Teen Challenge ist seit Jahren einer der wichtigsten Kooperationspartner für Anschlusslösungen an die stationäre Behandlung von Patienten.

## Auf welcher Ebene findet die Zusammenarbeit zwischen dem Verein Teen Challenge und der Psychiatrie des Kantonsspitals statt?

Der Verein Teen Challenge hat zum Teil langfristig platzierte Bewohner. Hierbei handelt es sich um chronisch kranke Menschen, die ein Leben lang Betreuung und Begleitung benötigen und die ich als Patient bereits von meinem Vorgänger übernommen habe. Der stationäre Bereich ist zudem auch der erste Anlaufpunkt für Timeouts von Bewohnern, welche das Setting im Wohnheim entlasten. Für neue Patienten ist der Verein Teen Challenge mit seinen beiden Häusern für uns ein führender Kooperationspartner. Er bietet Anschlussmöglichkeiten für psychisch beeinträchtigte Menschen nach dem Aufenthalt bei uns in der Klinik.

## Wie verläuft der Übergang von der Klinik zum Aufenthalt bei Teen Challenge?

Wir blicken auf gute Erfahrungen mit Teen Challenge. Der Übergang wird organisiert in Form von Schnuppertagen, gegenseitigem Kennenlernen und einzelnen Übernachtungen. Es muss einfach passen.

Beide Seiten merken relativ schnell, ob die Lösung funktioniert oder eher nicht.

## Gefühlt nimmt die Anzahl psychisch erkrankter und beeinträchtigter Menschen zu. Können Sie diese Tendenz bestätigen?

Gefühlt nehmen sie zu. Aktuelle Zahlen belegen diese Annahme jedoch nicht. Was sicher zugenommen hat, ist der Anteil an stressbedingten Erkrankungen durch negativ veränderte berufliche und familiäre Situationen. Familiäre Strukturen lösen sich vermehrt auf, Menschen leben dadurch in «Vereinzelung» und ohne tragfähige Strukturen. Dadurch geraten sie häufig in Überforderung, weil sie niemanden haben, mit dem sie reden oder den sie um Hilfe bitten können. Mit dem Strukturwandel der Industrie fällt ein grosser Teil der Industriearbeiter zwischen Stühle und Bänke. Jedes Jahr schliessen Fabriken. Klassische Industriearbeitsplätze verschwinden und die Arbeitnehmer werden den neuen Anforderungen nicht gerecht. Sie suchen neue Stellen, finden keine entsprechenden und verlieren ihr Einkommen. Familiäre Probleme sind vorprogrammiert, die Flucht in den Alkohol und Zerbruch häufige Folgen. Grundsätzlich haben Überforderung und Stress weltweit zugenommen. Das Leben wird immer komplexer, entwickelt sich rasend schnell und viele Menschen können dabei nicht mehr mithalten.

## Gibt es Möglichkeiten oder Ansätze, um diesen negativen Entwicklungen entgegenzutreten?

Wir versuchen, Kontakte mit IV – und Beratungsstellen herzustellen, welche den Leuten bei der Klärung von finanziellen Fragen helfen und sie in ihren Prozessen coachen. Wir motivieren sie zur Kontaktaufnahme mit regionalen Arbeitsberatungen wie zum Beispiel dem RAV. Präventiv könnten Arbeitgeber zum Beispiel ihre Mitarbeiter vor Überstunden schützen oder das Arbeitsklima angenehmer gestalten. Im familiären Umfeld könnten Menschen, die sich zuständig fühlen, Missstände spiegeln und unterstützende Hilfe anbieten.



*Pract. med. Mathias Betz,  
Chefarzt Psychiatrie, Kantonsspital Glarus*

## Impressum

### Teen Challenge News

Das Info-Magazin vom Verein Teen Challenge Schweiz

### Herausgeber

Teen Challenge Schweiz, Glarus

### Redaktion

Marnie Hux, punktundkomma, Schlatt

### Gestaltung

Susanna Aeberli, Filorosso, Gordola

### Druck

Fridolin Druck, Schwanden

### Teen Challenge Schweiz

Gesamtleitung

Kirchweg 86

CH-8750 Glarus

055 640 98 40

leitung@teenchallenge.ch

### Besuchen Sie uns auch online:

[www.teenchallenge.ch](http://www.teenchallenge.ch)



### Spendenkonto

Teen Challenge Schweiz

Konto Nr. 80-17655-5

IBAN CH09 0900 0000 8001 7655 5