



SOMMERFEELING IN DER SALUS KLINIK CASTROP-RAUXEL: UNSER SOMMERPROGRAMM 2022



A. Peykan

Eine befriedigende Freizeitaktivität ist ein wesentlicher Bestandteil eines erfüllten Lebens. Freizeit dient zur Rekreation und Steigerung des Wohlbefindens. Außerdem können Freizeitbeschäftigungen das Selbstwertgefühl und die soziale Integration erhöhen. Eine Suchterkrankung zu haben verhindert oft den Umgang mit Freizeit bzw. das Ausleben von Hobbies, da das Leben sich größtenteils nur noch um die Beschaffung und den Konsum des Suchtmittels dreht. Patient*innen in der Therapie berichten oft von einem empfundenen Sinnverlust, der auch eine Folge fehlenden Freizeitersparnis ist. So besteht nach dem Zusammenbruch der Lebensbalance eine Aufgabe darin, motivationale Energien für eine Veränderung des Verhaltens zu aktivieren. In Kliniken wird daher oft der Fokus auf den Aufbau neuer und befriedigender Freizeitaktivitäten gelegt. Diese können Sport, Naturerleben, künstlerisches, musikalisches oder kreatives Schaffen, soziale Aktivitäten, Spiritualität und Aktivitäten mit der Familie sein.

Nach der für alle Beteiligten sehr fordernden Coronazeit nahmen wir in diesem Sommer bei unseren Rehabilitand*innen einen großen Bedarf an Freizeitaktivitäten und Spaß wahr. Darüber hinaus wurde der explizite Wunsch nach mehr gemeinsamer Zeit mit dem Team formuliert. Außerdem wollten wir unseren Rehabilitand*innen einfach etwas Gutes tun. Es entstand die Idee verschieden gelagerte Freizeitangebote außerhalb des regulären Therapieprogramms anzubieten. Diese sollten unabhängig von den regelmäßigen Gruppenausflügen stattfinden und für jeden individuell und frei wählbar sein. So



wurde das Sommerprogramm 2022 der salus klinik Castrop-Rauxel geboren. Jede/r von uns durfte den jeweiligen eigenen Interessen entsprechend ein Angebot kreieren. Die Angebote unseres bunten salus Sommerprogramms beinhalteten:

- Beachvolleyball
- Fußballgolf
- Keramikmalerei
- Geocaching
- Minigolf
- Ohrakupunktur
- Pourring Malerei
- Spikeball
- Stand up Paddeling



Da ich im vergangenen Sommer meine Leidenschaft für das Stand up Paddeling (SUP) entdeckt hatte, war für mich sofort klar, welche Aktivität ich anbieten würde: Einen Nachmittag SUPen auf der Ruhr, denn SUP ist recht leicht zu erlernen und mit ein wenig Körpergefühl beherrscht man das Brett schnell so, dass man eine tolle Zeit haben kann. Noch am selben Tag, an dem ich den Aushang gemacht hatte, waren alle sieben Plätze vergeben. Tatsächlich hatten wir blendendes Wetter für unser Wasserprogramm und verbrachten einen wunderbaren, bewegten und gleichsam chilligen Nachmittag in Herdedecke auf unseren Boards. Einen kleinen Wermutstropfen gab es dennoch: Ein Patient machte einen spontanen Kopfsprung in zu seichtes Wasser und stieß sich den Kopf, aber letztlich und Gott sei Dank ohne weitere Verletzungen. Auch beim Geocaching, das unser Kollege Sebastian Reich aus der Bezugstherapie anbot, passierte ein kleines Malheur: Er selbst segelte auf dem Allerwertesten einen Abhang

hinunter, nachdem er aller Warnungen der Rehabilitand*innen zum Trotz den Abhang bezwingen wollte. Insgesamt lässt sich resümieren: Das Sommerprogramm war ein voller Erfolg. Die meisten Projekte waren ausgebucht - auch wenn ein wenig

Motivationsarbeit an der einen oder anderen Stelle zu leisten war. Da wir jede Woche ein oder sogar mehrere Projekte anboten, war nach 4 Wochen eine gewisse Sättigung spürbar. Wiederholte Aktivitäten wie z.B. das Minigolf oder auch das zweite SUP Angebot wurden verhaltener angenommen als im ersten Run. Auffallend war auch, dass Projekte, die eine monetäre Beteiligung erforderten, am Anfang des Monats besser angenommen wurden als gegen Ende. Insgesamt ist unser Resümee, dass wir die Angebote gern weiterführen möchten, da sich hieraus ein Mehrwert für die Beteiligten beider Seiten ergibt. Nun ist im Herbst Corona wieder in die Klinik zurückgekehrt und damit auch die Einschränkungen. Wir hoffen dennoch, weiterhin zwei zusätzliche Freizeitaktivitäten im Monat anbieten zu können, um gemeinsam mit unseren Rehabilitand*innen auch im Freizeitbereich und abtinent eine schöne Zeit zu haben.

einer **hyperkinetischen Störung** leiden sowie um das neue Behandlungskonzept für **Frauen**. Das dazugehörige Konzept haben wir bereits in der letzten salü vorgestellt.

Neben diesen Ansätzen stehen auch wichtige übergeordnete Fragen, nach dem **Sinn** und der eigenen Identität, weiterhin im Mittelpunkt der Behandlung und sollen die Rehabilitand*innen „dort abholen, wo sie stehen“. Zu diesem Thema wurde das logotherapeutische Arbeiten in einem weiteren Workshop vorgestellt.

Das große Interesse und die Vielzahl der Anmeldungen für die Workshops zeigen uns, dass auch andere Einrichtungen sich im Alltag mit diesen Themen beschäftigen. Neben der inhaltlichen Auseinandersetzung mit unserer Arbeit blieb genug Raum zum freien Austausch, für Klinikbesichtigungen und um eine Runde Kicker am Riesenkicker zu spielen. Ich möchte mich an dieser Stelle gerne noch einmal bei allen Mitarbeiter*innen für ihr Engagement bedanken. Nur dank eines tollen Teams konnte diese schöne Feier entstehen.

