

# Anti-Littering - eine Therapie von und für Patienten der Forel-Klinik

Littering bezeichnet das achtlose Wegwerfen und Liegenlassen von Abfall auf öffentlichem Grund. Die Anti-Littering-Aktion mit Patientinnen und Patienten der Forel Klinik ist aber mehr als das Entfernen der teilweise selbst verursachten Verschmutzung und hat eine, wie wir finden, sehr schöne Entstehungsgeschichte.

*Text von Dr. sc. ETH Christian Lorenz, Leitung Medizinisch-Therapeutischer Bereich und PD Dr. med. Thomas Maier, Ärztliche Leitung an der Forel Klinik*

Ähnlich wie eine laufende Nase ein Symptom eines Erkältungsinfekts ist, kann Alkoholkonsum ein Symptom einer Suchterkrankung sein. Und so wenig wie Naseputzen die Erkältung heilt, lässt sich mit dem reinen Trinkstopp die Sucht bewältigen. Leider können manche Symptome sehr hartnäckig sein, deswegen hört man aber nicht auf, sie zu behandeln. Daher arbeiten wir in der Forel Klinik mit dem Konsum, z.B. indem wir Rückfälle während der Therapiedauer als Möglichkeit betrachten, um die auslösende Situation für den erneuten Alkoholkonsum therapeutisch nachzubearbeiten (siehe auch unser Beitrag in der Ausgabe vom Dezember 2023).

## Littering rund um das Klinikgelände

Wenn Betroffene Alkohol trinken, empfinden sie eine kurzzeitige Erleichterung von allem, was sie im Leben belastet – denn Alkohol ist in den allermeisten Fällen nicht das Hauptproblem, sondern ein Mittel, um sich zu betäuben und die eigentlichen, tieferliegenden Probleme zu verdrängen. Deshalb spricht man auch von „Selbstmedikation“ durch Alkohol. Im Rauschzustand wird alles ausgeblendet – leider auch Gedanken an eine saubere Umwelt. Hinterher sind die Betroffenen oft beschämt, erleben den Rückschlag als ein Versagen und wollen die leeren Dosen oder Flaschen einfach nur heimlich weghaben und vermeiden, dabei entdeckt zu werden. In diesem Moment sind die Betroffenen so mit ihrer Angst und Scham beschäftigt, dass sie nicht mehr das Richtige tun und die Behälter einfach liegenlassen, statt sie ordentlich zu entsorgen.

Dass das so verursachte Littering auf öffentlichem und teilweise auch privatem Grund in Ellikon a.d. Thur ein Problem darstellt und verständlicherweise auch den Unmut der Bevölkerung auf sich zieht, ist der Forel Klinik seit Langem bekannt.

Deshalb sammelten Mitarbeitende des Technischen Dienstes der Klinik früher regelmässig in der näheren Umgebung des Geländes die herumliegenden leeren Trinkbehälter auf.

## Der Wendepunkt

Im November 2022 war ein Tiefpunkt erreicht, da nicht nur das Littering zwischenzeitlich erhebliche Ausmasse angenommen hatte, sondern beim Rundgang mitunter auch versteckte Depots mit Alkoholika entdeckt wurden. Es war klar ersichtlich, dass mehrere Patienten/Patientinnen gemeinsam ausserhalb des Klinikgeländes getrunken hatten. In diesen Fällen sind wir strikt, um den sicheren Rahmen der Klinik und die grosse Mehrheit der abstinenzmotivierten Patienten zu schützen: Wer seine Mitpatienten dazu anstiftet zu konsumieren, wird von der Behandlung ausgeschlossen. Die therapeutische Leitung zog sogar in Erwägung, mit Klinikpersonal ein Entsorgungsteam zu bilden und überdies - entgegen unserer sonstigen Behandlungshaltung - den Ausgang für alle Patientinnen und Patienten einzuschränken. Stattdessen wurde zuerst eine ausserordentliche Versammlung mit ihnen einberufen, um das Problem direkt anzusprechen.

Viele der Patientinnen und Patienten zeigten sich an dieser Versammlung betroffen vom Verhalten der anonymen Umweltverschmutzer und beschlossen spontan: „Wir gehen das natürlich selbst aufräumen!“. In der Folgewoche stellten die Patientensprecher den Antrag, nicht nur einmalig, sondern regelmäßig Anti-Littering-Aktionen durchführen zu können. Dabei legten sie besonderen Wert darauf, jeglichen Müll zu beseitigen, der überall, wo Menschen leben, entsteht. Denn: „Wir möchten nicht auf unsere Suchterkrankung und in diesem Zusammenhang nicht auf Leergut wie Flaschen und Dosen reduziert werden,

sondern nachhaltig etwas Gutes tun für diese schöne Umgebung, in der wir genesen dürfen!“

Die erste Anti-Littering-Aktion fand am 1. Dezember 2022 statt und seitdem alle zwei bis drei Wochen im Umkreis von ca. 1 km rund um das Klinikgelände. Die Teilnahme ist freiwillig, dennoch mangelt es nie an Patientinnen und Patienten, die mitmachen. Auch therapeutisch ist diese Aktion wertvoll: Vielen Betroffenen fällt die Konfrontation mit den Behältnissen im nüchternen, abstinenzwilligen Zustand tatsächlich schwer und kann mächtige Emotionen wie Suchtdruck, Scham und Schuld auslösen, die

im Anschluss bearbeitet werden können. In der Suchtmedizin nennt man das übrigens „Expositionstherapie“. Und nicht zuletzt ist das vielleicht wertvollste Resultat dieser Aktion, dass ein respektvoller Umgang mit der Umwelt die Selbstachtung fördert.





## Einladung Jahresfest Samstag, 15. Juni 2024

**11.00 bis 16.00 Uhr, Forel Klinik, Ellikon a.d. Thur**

Wir freuen uns, Ihnen und Ihren Familien wiederum ein buntes Programm aus Informationen und Attraktionen an unserem Jahresfest bieten zu können. Geniessen Sie einen spannenden und abwechslungsreichen Tag bei uns in der Forel Klinik.

Die Parkplätze sind signalisiert und es bestehen halb-stündlich ÖV-Verbindungen via Bahnhof Rickenbach-Attikon und Postauto-Linie 615.

Wir freuen uns auf zahlreiche Begegnungen!

**forel**  
klinik

Klinik für Alkohol- und  
Medikamentenabhängigkeit

**Forel Klinik AG**  
Stationäre Klinik  
Islikonerstrasse 5  
8548 Ellikon a. d. Thur  
T +41 52 369 11 11

Tagesklinik und Ambulatorium  
Sihlquai 255  
8005 Zürich  
info@forel-klinik.ch