

40. Therapiecamp der Stiftung Auswege

„Ein wunderbares Geschenk“



„Es ist ein wunderbares Geschenk, hier sein zu dürfen“, schwärmte eine 42-jährige Patientin, die mit Multipler Sklerose und fortschreitend zerstörter Schilddrüse Anfang August 2024 zum 40. „Auswege“-Camp gereist war. „Die besten Therapiesitzungen, die ich je hatte“, erlebte dort eine 19-Jährige mit Zwangsstörungen und einem Verlusttrauma. Ähnlich begeistert äußert sich ein Großteil der 16 chronisch kranken Teilnehmer. Einhellig loben sie das 13-köpfige Helferteam, das sie neun Tage lang ehrenamtlich beriet, behandelte und betreute. (Foto unten: unsere Campfamilie.)



15 Patienten – 7 Kinder und 8 Erwachsene –, begleitet von 9 Angehörigen, vertrauten sich unserem Campteam diesmal an. Ausnahmslos alle Teilnehmer – der jüngste sieben Jahre alt, der älteste 62 - waren „multimorbid“, mit bis zu sechs gesundheitlichen Belastungen, die seit

Jahren, teilweise sogar seit Jahrzehnten bestanden, aller schulmedizinischen Maßnahmen zum Trotz. Ihnen bot das Camp rund 250 Stunden Therapie und Beratung, außerdem über 50 Arzttermine. Zum Einsatz kamen mehr als zwei Dutzend verschiedene Behandlungsansätze: von Traditioneller Chinesischer Medizin, Homöopathie und Spagyrik über Ernährungsumstellung, Phytotherapie, Entspannungs- und Meditationstechniken bis hin zu Familienaufstellungen, Neurolinguistischem Programmieren (NLP), spiritueller Psychotherapie, Geistigem Heilen, Reflexintegration, Brain Gym und Watsu (Wasser-Shiatsu) im körperwarmen Wasser des hauseigenen Hallenbads.

Dank Spenden konnte die Stiftung Auswege diesmal vier bedürftigen Hilfesuchenden die Campteilnahme ermöglichen; wir bezuschussten die Kosten für Unterkunft, Verpflegung, Beratung und Behandlung.

Für ihre ehrenamtliche Mitwirkung dankt die Stiftung Auswege ganz herzlich: Dr. Gregor Dornschneider und Dr. Milan Meder (Ärzte); Ute Rothfuss-Binz (Heilpraktikerin); Regine Haase (Psychotherapie); Karla Günther, Kristina Kragh, Güldali Temiz (Geistiges Heilen); Hermann Reißfelder (Heiler und Pädagoge); Catherine Ribaut (WasserShiatsu/Watsu); Alexandra Plattfaut (Ernährungsberatung); Patricia Mezzullo (Pädagogin und Kinderheilcoachin); Felix Impe, Satu Johanna Meder (Kinderbetreuung). In abschließend ausgefüllten Fragebögen vergaben die Teilnehmer Bestnoten für sie: Durchweg erlebten sie unsere Teammitglieder als „kompetent“, „vertrauenserweckend“, „überzeugend“, „bescheiden“, „unaufdringlich“ und „einfühlsam“ – und würden sie allesamt weiterempfehlen. Durchschnittsnoten zwischen 1,0 und 1,2 erhielten unsere Therapeuten sowohl für ihre therapeutischen Fähigkeiten als auch für ihr Verhalten gegenüber den Hilfesuchenden. Unserem Camphaus und der Umgebung gaben 14 von 16 Teilnehmern eine glatte 1. (Fotogalerie auf der nächsten Seite: unser Campteam.)



Von den Campteilnehmern mit der Durchschnittsnote 1,1 bedacht: unser Camphaus, eine Waldpension auf einer Schwarzwaldlichtung, und seine idyllische Umgebung.





Gratis im Einsatz, aber keineswegs umsonst: das AUSWEGE-Campteam



R. Haase
Heilpraktikerin für
Psychoth.



Dr. med. G.
Dornschneider
Arzt



K. Günther
Heilerin



F. Impe
Kinder-/
Jugendbetreuer



K. Kragh
Schamanin
Erlebnispädagogin



Dr. med. M. Meder
Arzt



S. Meder
Pädagogin



P. Mezzullo
Erzieherin
Kinderheilcoach



A. Plattfaut
Ernährungsberaterin



H. Reissfelder
Pädagoge
Heiler



C. Ribaut
Watsu-Therapeutin



U. Rothfuss-Binz
Heilpraktikerin



G. Temiz
Heilerin



Dr. H.
Wiesendanger
Auswege-Vorstand



K. Lindenmayr
Leitung

Keine Wunder, aber viel Wunderbares

Niemand erwartete sie, niemand versprach sie: Biblische Heilwunder ereigneten sich in Oberkirch auch diesmal nicht – dafür aber reichlich Wunderbares. Innerhalb der neun Campstage verschwand, nach Angaben der Betroffenen und ärztlichem Urteil, eine seit 39 Jahren andauernde Migräne „vollständig“, wie auch eine jahrelange Depression. „Deutlich“ besserten sich: Verlusttraumata – bei zwei Kindern, welche die Trennung ihrer Eltern nicht verkraftet hatten -, Denk- und Verhaltenszwänge, Stimmenhören, chronische Anspannung, mangelnde Impulskontrolle, geringes Selbstwertgefühl, Schwindel, Kraftlosigkeit, Depressionen (in zwei weiteren Fällen). Und zumindest „ein wenig“ ließen nach: Hüftschmerzen, eine Spastik, ein Prämenstruelles Syndrom (PMS), ständiges Kribbeln, ADHS.

Um die erreichten Veränderungen zu messen, kamen unter anderem elfstufige Skalen zum Einsatz; sie reichten von -5 („viel schlechter geworden“) über 0 („unverändert“) bis +5 („viel besser geworden“).

Auf diesen Skalen schätzten die Teilnehmer am Ende ein, wie es ihnen im Vergleich zum Anreisetag ging. Dabei ergab sich immerhin ein Durchschnittswert von **+2,8** bei der Frage: „Wie geht es Ihnen heute alles in allem, verglichen mit dem Zustand vor Beginn des Camps?“ (Vier Teilnehmer kreuzten hier sogar +4 an, zwei eine +5.) Hinsichtlich der körperlichen Verfassung lag der Wert bei **+2,1**. Noch deutlicher hatte sich die seelische Verfassung gebessert: **+3,4**. (Drei Teilnehmer vergaben hier den Höchstwert +5, fünf weitere nannten +4.) Das sind beachtliche Zahlen, angesichts der Tatsache, dass alle Teilnehmer seit längerem als „therapieresistent“ gegolten hatten.

Je bewegender, je befreiender eine Campwoche war, desto schwerer fällt der Abschied. Kaum ein Teilnehmer verlässt uns leichten Herzens, manchen graut regelrecht vor dem Heimkommen. Wie packt man die empfangenen Impulse ins Reisegepäck? Wie rettet man gute Vorsätze in den Alltag? Wie schützt man die erzielten Fortschritte davor, von den Routinen und Belastungen zu Hause wieder zunichte gemacht zu werden? Davon hängt ab, wie nachhaltig die erzielten Behandlungserfolge sein werden. Viele Ratschläge, die wir unseren Campteilnehmern dafür ans Herz legen, finden sie in unserem Buch [Auswege – Kranken anders helfen](#) (Kap. „Und danach? Damit unsere Heilwoche nachwirkt: 22 Anregungen für zu Hause“, S. 245-253)



Verfolgte das Campgeschehen sichtlich zufrieden: der „Auswege“-Kuschelbär.



Der „Morgenkreis“: Mit ihm beginnt jeder Campstag. Hier bespricht die Campfamilie den Tagesablauf, sie berichtet und diskutiert, sie lauscht Kurzgedichten und Musik, sie meditiert, lacht und tanzt.



Aus Datenschutzgründen ersetzen wir die Namen von Teilnehmern im Folgenden durch Pseudonyme, gekennzeichnet mit einem *.

Ausnahmslos beeindruckt: Stimmen von Teilnehmern

„Reine Seelennahrung“

„Diese ‚Auswege‘-Camps sind reine Seelennahrung! Als ich ankam, fühlte es sich so an, als sei ich von einer Reise nach Hause gekommen. Schön, dass es euch gibt! Wir lieben euch!“

Rebecca* (48, Mutter zweier trennungstraumatisierter Jungs; Depression u.a.)

„Das Beste, was einem passieren kann“

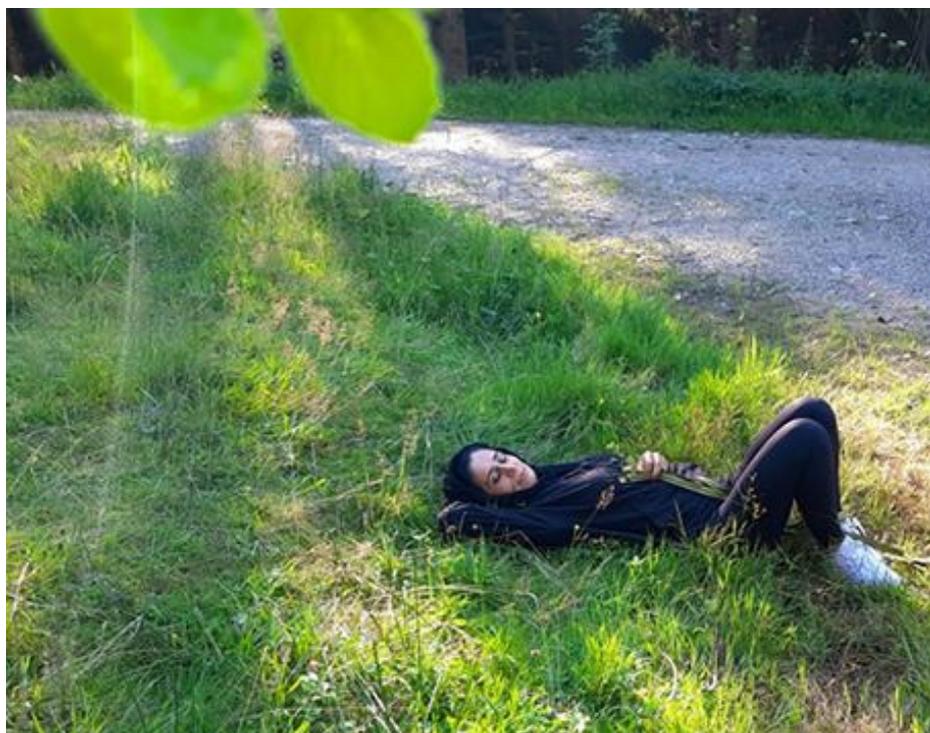
„Das ‚Auswege‘-Camp ist das Beste, was einem Menschen passieren kann. Mein Junge fragte mich bereits, ob wir nächstes Jahr wiederkommen. Wenn es ginge, wären wir jedes Jahr dabei. Alles ist gut.“

Emilia* (38; Mutter eines verhaltensgestörten Sohns; Depression u.a.)

„Liebenswert, hilfsbereit, kompetent“

„Das Camp hat uns allen sehr gut getan. Auf unsere Bedürfnisse wurde stets eingegangen. Das gesamte Team ist liebenswert, freundlich, hilfsbereit, zuvorkommend und kompetent. Es war für uns eine wundervolle Auszeit. Das Essen war ausreichend und lecker. Die

Gastgeberfamilie ist eigentlich nicht nur ‚Gastgeber‘, sondern gehört irgendwie zum Team dazu. Auch das Rahmenprogramm ist schön und interessant, in einer wundervollen Umgebung. Wir sind sehr dankbar, dass wir dabei sein und dazugehören durften. Danke, Danke, Danke!“
Eltern von Marlon* (12, Hirntumor)





„Diese Gemeinschaft ist klasse“

„Dieses Camp finde ich sehr gut – ich war wirklich mit allem zufrieden, so wie es war. Es gab nichts Negatives, ich konnte nur Positives erleben. Jeder einzelne Therapeut gab mir etwas, das ich nach Hause mitnehmen konnte. Meine Anspannung, meine Unsicherheit, meine Orientierungslosigkeit sind hier weniger geworden. Ich fühle mich ruhiger, näher bei mir angekommen, sicherer bei der Erziehung. Die Gemeinschaft hier finde ich klasse.“

Bitte macht weiter so.“

Mia*(38; Mutter eines Jungen mit ADHS-Diagnose; Multiple Sklerose u.a.)

„Wirklich tolle Arbeit“

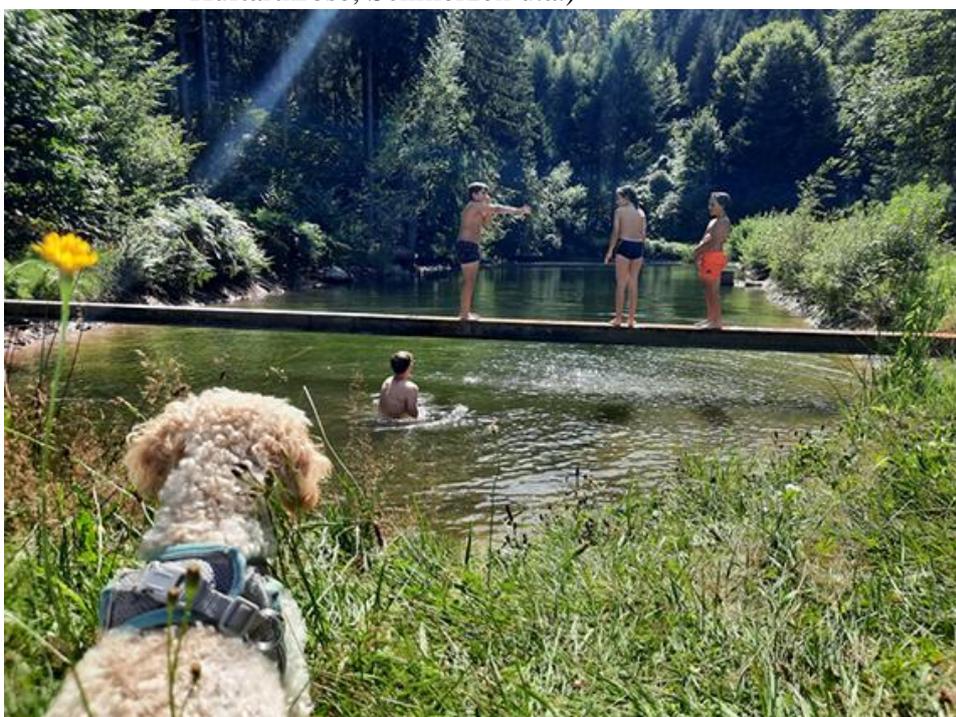
„Bin angenehm überrascht. Ein großes Lob an alle mitwirkenden Therapeuten – sie machen eine wirklich tolle Arbeit. Auch außerhalb der Therapien war es ein harmonisches Miteinander mit allen Campteilnehmern. Aber auch Alleinsein, zur Ruhe kommen war sehr gut möglich. Alle Angebote im Rahmenprogramm waren sehr interessant und schön. Mein absolutes Highlight war der ‚Heilkreis‘ – es war so viel positive Energie zu spüren. Für mich war das eine neue, sehr intensive Erfahrung. Der Ort für das Camp ist wunderbar gewählt.“

Mutter von Lia* (13; Depression, Selbstverletzung, Stimmenhören)

„Leere Speicher vollgetankt“

„Wir waren sehr zufrieden. Die Therapeuten waren super, die Betreuung war super, die Verpflegung war gut bis sehr gut. Unsere leeren Speicher konnten wir wieder volltanken! DANKE!“

Oma von Clara* (17; Pulmonalatriesie, Cerebralparese, Hüftarthrose, Schmerzen u.a.)



„Die besten Therapiesitzungen“

„Die besten
Therapiesitzungen, die ich je
hatte! Ich bewerte das Camp
mit 5/5 Sternen und werde es
gerne weiterempfehlen. Ich
war sehr zufrieden und fand
alles richtig, wie es war.“
Ella* (19; Zwangsstörung,
Verlusttrauma, Soziophobie
u.a.)



„Wohlüberlegtes Konzept, bis ins kleinste Detail“

„Mit den Therapien und den großartigen Therapeuten war ich mehr als zufrieden. Meine Erwartungen wurden übertroffen. Meine Tochter blühte im Camp auf. Die Tatsache, dass die Eltern in das Ganze einbezogen sind, zeigt, wie wohlüberlegt das Konzept der ‚Auswege‘-Camps ist, bis ins kleinste Detail. Die Angebote haben ein breites Spektrum. Die Arbeit des Teams ist unersetzlich.“
Mutter von Ella*, s.o.

„Wir haben das Gefühl, dass diese Camps uns jedes Jahr mehr positive Veränderungen in unserer Situation bringen. Gerne würden wir nächstes Jahr wieder kommen.“
Eltern von Sophia* und Stella* (31, Zwillingsschwwestern; bei beiden Epilepsie, Double-Cortex-Syndrom)





Auch Kinder kommen in „Auswege“-Camps auf ihre Kosten.





„Ein wunderbares Geschenk“

„Es ist ein wunderbares Geschenk, hier sein zu dürfen. Diese Woche hier hat mich sehr überrascht – ich habe den Prozess gefühlt, der in mir stattfand. Jeder Therapeut hat seinen Schwerpunkt, und es ist toll, dass man sich jeden Tag aufs Neue darauf besinnen kann, was im Moment passt. Auch außerhalb der Therapien finden interessante Gespräche statt. Man fühlt sich hier wie eine große Familie – der gegenseitige Respekt ist überall zu spüren. Die Note 1 gebe ich für die Natur rund ums Camp, für das Funkloch, das gute Essen, die Ruhe. Vielen Dank für diese wunderbare Erfahrung, die mir noch lange in Erinnerung bleiben und mein Leben verändern wird.“

Hannah* (42; Multiple Sklerose, Hashimoto-Thyreoditis u.a.)

„Positiv überrascht“

„Ich bin positiv überrascht, was hier möglich ist – und wie kraftvoller alles wirkt. Auch im Zusammenspiel. Überall Wertschätzung und Verständnis. Sicher ist nicht jeder Therapeut der Richtige, aber aufgrund ihrer Vielfalt ergänzen sie einander wunderbar. Das Haus ist großartig; die Gastwirtsfamilie ist super freundlich, immer entgegenkommend, macht alles möglich. Kurzum, ich habe mich sehr wohl und angenommen gefühlt.“
Anita* (62; Depression, Migräne, Fibromyalgie u.a.)

„Erfüllend und wundervoll“ - Wie Teammitglieder dieses Camp bewerten

„Ein funkelndes Kleinod“

„Auch diesmal war es ein Erlebnis der besonderen Art - dieses ganz eigene, kaum zu beschreibende Camp-Flair. Mentale Türen öffnen, gangbare ‚Auswege‘ aufzeigen, gemeinsames Spüren und Er-Leben von Entschleunigung, sich seiner Selbst bewusst werden, das Außen für einige Tage zurücklassen können - allein schon durch: kein Internet! - war für Jung und Alt, egal, ob Campteilnehmer oder Therapeut, erkennbar wohltuend. „Geborgenheit, Zuwendung, nicht mehr Alleinsein mit seiner Situation, Auswege aufzeigen, auf die man geschwächt alleine nicht kommt: All das bekommen Campteilnehmer geschenkt.“



Dieses Camp und die dahinterstehende Idee zusammen mit den sie tragenden Menschen ist ein funkelndes Kleinod in dieser nicht selten trüben Welt. “

Dr. Gregor Dornschneider (Arzt)



„Wundervolle unterschiedliche Fähigkeiten“

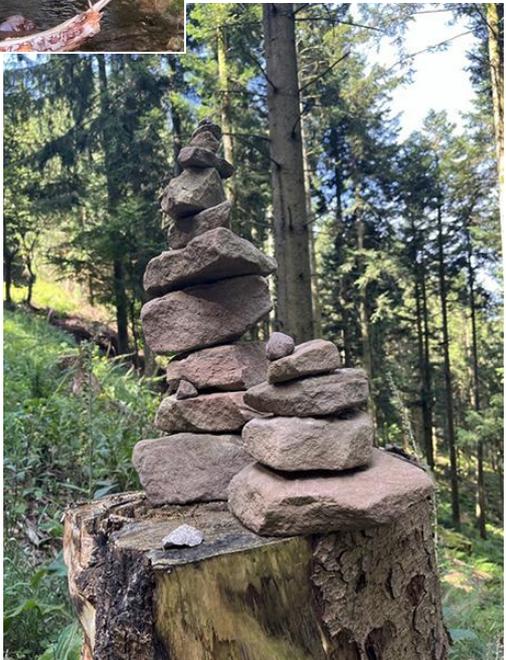
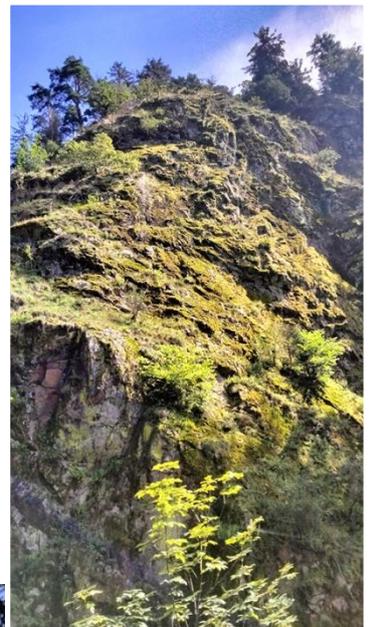
„Zum ersten Mal durfte ich in einem ‚Familiencamp‘ mitwirken. Das waren für mich ganz andere Erfahrungen als in den bisherigen ‚Mind&Soul‘-Camps. Die Atmosphäre war durch die Teilnahme der tollen Kinder und Jugendlichen mit ihrer Fröhlichkeit, die im Laufe des Camps stärker sichtbar wurde, lichter und damit leichter. Ich erlebte, wie die Teilnehmenden immer gelöster und zuversichtlicher wurden. Dazu beigetragen haben die wundervollen unterschiedlichen Fähigkeiten und Kompetenzen des Teams und die Bereitschaft der Hilfesuchenden, einen anderen Blickwinkel zu sich selbst und ihrem Leben einzunehmen sowie vieles auszuprobieren. Mir wurde einmal mehr bewusst, wie wichtig geistige Heilweisen in Verbindung mit der therapeutischen Arbeit sind – wie sehr sie zur Selbstheilung beitragen. Danke, ihr wunderbaren Menschen, für die Erlebnisse mit euch: Danke an alle Teilnehmenden, an das Therapeuten- und Pädagogenteam, das Team vom Hengsthof und nicht zuletzt der Stiftung Auswege!“

Regine Haase (Heilpraktikerin für Psychotherapie)

„Leider keine Dauerveranstaltung“

„Wehmütig muss ich akzeptieren, dass das Camp (noch) keine Dauerveranstaltung ist. 😊 Trotz Chaos durch viele personelle Wechsel habe ich dieses Camp als das bisher harmonischste erlebt – mit Austausch, Miteinander, Unterstützen und vielem mehr auf allen Ebenen.“

Kristina Kragh (Geistiges Heilen)



„Wie ein magisches Puzzle“

„Dieses Camp hinterlässt immer noch hochschwingende Spuren in mir. Mit einer optimalen Atmosphäre von Ort, einem stimmigem Team und vor allem einer ganz besonderen Gruppe an Teilnehmern fügte sich alles liebevoll zusammen. Der Ort an sich gleicht einer Energiequelle zum Auftanken.

Die individuellen Heilungsmomente boten Raum für alles, „was sein darf“; Emotionen/Blockaden durften abfließen, sowohl energetisch als auch körperlich. Faszinierend war es dabei, zu sehen/fühlen/hören, wie jeder Therapeut mit seinen individuellen Methoden bei den Behandlungen weiter ansetzen konnte; alles fügte sich wie ein magisches Puzzle zusammen. So sorgte das Team für ein stetiges Wohlbefinden der Teilnehmer. Besondere und kostbare Gespräche auch außerhalb der Behandlung wirkten genauso mit ein im Heilungsprozess. Jedem Teilnehmer wünsche ich, dass er durch dieses kollektive BewusstSEIN seinen ‚Ausweg‘ mitnehmen und den Heilungsprozess dabei aktiv halten kann.“

Patricia Mezzullo (Pädagogin und Kinderheilcoachin)

„Das bisher schönste Camp“

„Dieses 40. Camp war für mich das bisher schönste und intensivste. Es herrschte eine auffällig ausgewogene und verbundene Harmonie und Wertschätzung im Team, wie ich sie bisher noch nie erlebt hatte. Dies ermöglichte mir große Freude und Inspiration bei der Arbeit. Die Hilfesuchenden waren ausnahmslos offen und empfänglich für unsere Angebote, suchten und bekamen auch außerhalb der Einzeltermine bereitwillig Gesprächskontakte. Ein sehr lebendiges und beglückendes Erlebnis!“

Hermann Reißfelder (Heiler und Pädagoge)



Heiß war's. Für manche Anwesenden lagen da ausgiebige Siestas noch näher als ohnehin.

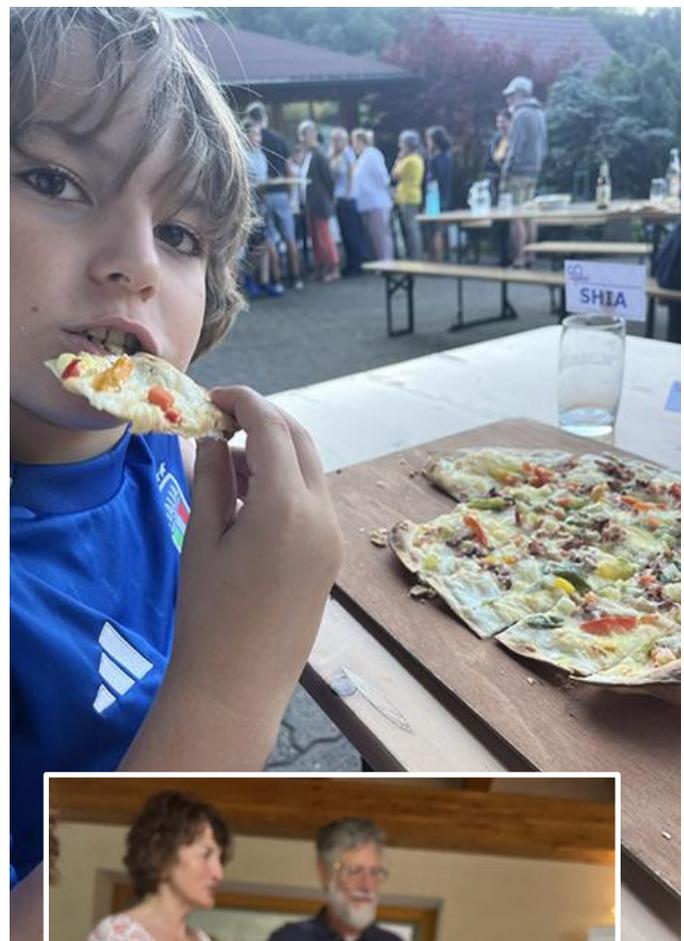




Gesunde Ernährung ist ein Hauptanliegen jedes „Auswege“-Camps ...



... aber Ausnahmen sind zulässig, wie etwa beim traditionellen „Flammkuchenfest“ oder der (einmaligen) Verführung durch Schwarzwälder Kirschtorte.



Ich bewundere deinen Mut!
 Danke, dass du für mich da bist!
 Ich finde dich toll!
 Bleib so wie du bist!
 Ich wünsche dir einen zauberhaften Tag!
 Auf dich kann man sich gut verlassen!
 Ohne dich ist alles doof!
 Du motivierst mich! Danke dafür!
 Ich habe dich wirklich gern!
 Das hast du heute echt toll gemacht!

Mit dir macht alles viel mehr Spaß!
 Du bist ein besonderer Mensch!
 Du bist sehr rücksichtsvoll und hilfsbereit!
 Du hast ein großes Herz!
 Schön, dass du in unserer Klasse bist!
 Du hast eine schöne Handschrift!
 Dein Humor ist einfach spitze!
 Ohne dich wäre es ganz schön langweilig in unserer Klasse!
 Du siehst heute einfach umwerfend aus!
 Ich mag dich!

Hatte am Ende nicht jeder ein Kompliment verdient?



H.W