



Geschäftsbericht 2022 | Sernya Lötscher Stiftung

WUT



Inhalt

Einleitung Pema Sernya Lötscher, Geschäftsleitung	1
Was Wut für mich ist Bewohnerin	3
Wut als Autist Marco Müggler, Angestellter Linthof Markt	5
Professionelle Wut Stefanie Simonet, Gruppenleitung TWG Kreatief	6
Wut Bewohnerin	7
«Falls mich jemand sucht, ich bin auf 180» Miriam Mäder, Betreuerin WG Kreatief plus	8
Eine Geschichte ... und wie ich lernte, die Wut zu steuern Niels Möllebaek, agogischer Mitarbeiter	9
Tut Wut gut? Elena Kolland, Praktikantin TWG Kreatief	12
2022 in Zahlen	14
Bericht Revisionsstelle	18
Rückblick 2022 – Ausblick 2023 P. Sernya Lötscher, Geschäftsleitung	19
Stiftungsrat und Mitarbeitende 2022	21

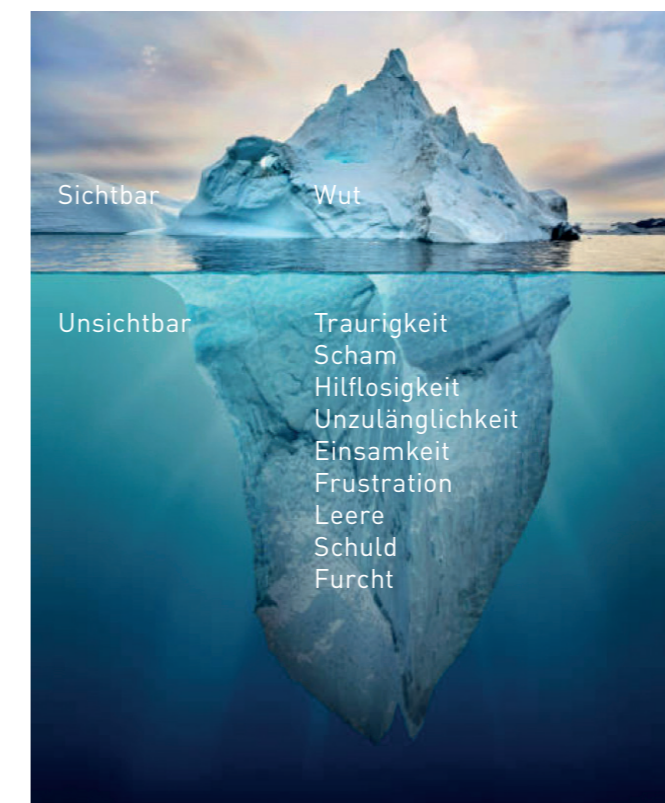
Wut gibt es nur im Singular. Wut braucht keine Mehrzahl.

So mächtig ist dieser Begriff, dass er uns reizte, ihn genauer unter die Lupe zu nehmen. Zumal es für jedes Individuum essenziell ist, über Gefühle zu sprechen, sie zuzulassen und gemeinsam zu erörtern, woher die Emotionen kommen und was sie bewirken, insbesondere auch in unserer sozial- und milieutherapeutisch geführten Wohn- und Arbeitsgemeinschaft. Das Wissen um die Wut hilft, sie besser zu verstehen und wohlwollend zu integrieren.

Die Wut ist die Schwester von Ärger und Zorn. Unterdrückt kann sie in Aggression münden, in unkontrollierbares, impulsives, zerstörerisches Verhalten nach aussen. Sie kann sich aber auch gegen die eigene Person richten. Kaum eine andere Gefühlsregung ist in unserer Gesellschaft so verpönt wie die Wut. Wer sie zeigt, gilt schnell als derb und primitiv, obwohl sie neben Freude, Angst, Ekel, Neugier, Verachtung und Traurigkeit ebenbürtig zu den sieben Grundgefühlen zählt. Dabei entdecken Wissenschaftler zunehmend positive Wirkungen dieser von der Gesellschaft so verschmähten Emotion.

Gerne weise ich auf das Wut-Eisberg-Konzept hin, das bildlich veranschaulicht, dass sich unter der Wut im Unbewussten oft ein anderes Gefühl verbirgt – oder gleich mehrere davon. Diese Konzeption greift auf Freud zurück.

Die Emotionen unter der Wut



In unserer kopfgesteuerten Gesellschaft wird von einem Teamplayer erwartet, dass man durch Selbstkontrolle die Haltung bewahrt und die Wut unterdrückt – selbst wenn dies bisweilen fatale Folgen für die seelische Balance hat, wie diverse wissenschaftliche Studien belegen.

Nebst nächtlichem Zähneknirschen, erhöhtem Blutdruck u. a. kann die Ursache vieler Depressionen und psychosomatischer Erkrankungen in verinnerlichtem Zorn liegen. Wer keinen sozial eher akzeptierten Ausdruck für die Wut findet, läuft Gefahr, selbstzerstörerische Verhaltensweisen zu entwickeln, etwa Sucht- und Essstörungen wie Anorexie oder Bulimie.

Der Umgang mit der Wut und ihrer Intensität wird vor allem durch das Elternhaus geprägt. Interessant finde ich auch die These des 2019 verstorbenen Familientherapeuten Jesper Juul, der betont, ein gewisses Mass an Aggression sei für ein gutes Familienklima unabdingbar.

Aufgrund seiner Theorie, sagt die Psychiaterin Dela Kienle denn auch, Erwachsene müssten sich wie «Menschen aus Fleisch und Blut» mit all ihren natürlichen Emotionen verhalten, einschliesslich Gereiztheit, Frustration und Wut. Die Eltern sollen also authentisch sein, ihre eigenen Grenzen offenbaren und anschliessend die Verantwortung für ihr Verhalten übernehmen. Dann wird es auch einem Kind gelingen, seine Gefühle in all ihrer Bandbreite kennenzulernen und auszuhalten – nicht zuletzt die negativen.

In diesem Sinne dürfen in einem sozialtherapeutischen Milieu jegliche Emotionen, so auch die Wut, authentisch gelebt werden. Ein Thema, mit dem das Team und die Bewohner täglich konfrontiert sind und das in diesem Jahresbericht Ausdruck findet.

Abschliessend ist anzumerken, dass zahlreiche politische, soziale und kulturelle Veränderungen ohne die Triebkraft der Wut nicht zustande gekommen wären. Beispiele sind deren viele zu finden, darunter die Urmutter der europäischen Frauenbewegung, Olympe de Gouges (1748–1793), der Salzmarsch in Indien von Mahatma Gandhi 1930 auf seinem langen Weg zu Sieg und Unabhängigkeit, der Aufstand gegen die Rassentrennung in USA von 1955 bis 1956 und in neuerer Zeit Proteste wie Black Lives Matter 2013 und die Fridays-for-Future-Bewegung 2018.

Ich danke den Schreibenden in dieser Ausgabe für den Mut, sich auf dieses Thema einzulassen, auch wenn dadurch schmerzliche Erfahrungen wach wurden. Es inspirierte uns alle erfreulicherweise auch, sich auf lang Unterdrücktes und Verdrängtes einzulassen und es heilend zu integrieren.

Unseren Leserinnen und Lesern wünsche ich ein Innehalten, damit auch sie die Wut aus einem anderen Blickwinkel betrachten können und eine andere Perspektive dazu gewinnen.

Pema Sernya, Geschäftsleitung

Was Wut für mich ist

Sie zerreisst uns innerlich. Sie ist stark, heftig und dennoch eines der leiseren Gefühle in der Gesellschaft.

Wut ist beschämend. Wut ist falsch. Jeder, der sie hat, will sie verstecken. Denn Wut ist unerwünscht. So finden es die meisten.

Viele Leute denken, Wut sei ein Makel. Eine Schande, sie zu zeigen. Geschweige denn über sie zu reden. Für einige ist sie leicht erreichbar, an der Oberfläche am schlummern. Für andere, als wäre sie in einer anderen Galaxie gelandet. Und die Wut ist nicht wirklich ein Teil von dir. Du spürst sie nicht. Weil du sie zu lange, zu tief vergraben hast.

Du weisst, dass es Wut ist, wenn deine Hände sich zur Faust ballen wollen. Wenn deine Beine nicht still sein können und du den Drang verspürst, etwas kaputt zu boxen. Papier zu zerreißen. Laut zu sein. Eine warme Wolke in deiner Brust. Du stehst aufrecht und machst dich gross. Dein Blick ist nach aussen und sehr einengend fixiert.

Viele Leute denken, Wut ist ein Makel. Das stimmt nicht. Wut auf eine gesunde Art rauszulassen, ist stark. Es ist mutig.

«Was ist mit mir los?» frage ich mich, wenn die Wut meinen Verstand kitzelt. Ich kann mich den alltäglichen Dingen einfach nicht mehr widmen. Weil ich mich traurig und angespannt fühle. Etwas beschäftigt mich. Tag für Tag ist es da. Ich weiss nicht, warum. Und ich weiss nicht, was. Bis ich erkenne, dass es Wut ist.



Beim Versuch, einen guten Tag zu planen, ist das Einzige, was ich denken kann: Wut. Es scheint so, als würde sie mich verfolgen, und ich werde sie einfach nicht los. Ich boxe und laufe. Gebe mir Mühe, sie zum Ausdruck zu bringen. Ihr Platz zu geben. Sich auszudrücken und da zu sein. Die Wut darf da sein und sich ausbreiten. Weil ich mir auch erhoffe, sie gehe dann ein wenig weg. Ich hoffte, sie wird dadurch etwas schwächer. Aber es zerreisst mich innerlich. Alles in mir will schreien und Gegenstände zerstören. Ich gebe mir viel Mühe, dass es niemand bemerkt, weil mir das peinlich ist.

In meinen Händen liegen Gefühle. Und ich weiss nicht, was mit ihnen machen. Sie wollen gefühlt und gesehen werden. Das versuche ich dann auch zu ermöglichen. Aber es ist so, dass sie nicht verschwinden. Und ich weiss nicht, wieso. Ich schreibe, ich rede, ich boxe und ich laufe. Ich höre Musik. Und dennoch ist sie da. Die Wut. Ich will mich entspannen. Aber mein Kopf holt dann die ganzen Gefühle raus, wenn ich mal versuche, nichts zu machen.

Vor mir liegen alle meine Skills. Meine Fertigkeiten. Die Sachen, die ich gerne tue und die mich glücklich machen. Aber die Gefühle bauen sich auf wie eine Mauer und versperren mir den Weg. Die Mauer aus Gefühlen wird so gross, dass sie alles andere verdeckt und sich in das Zentrum stellt.

Meine Emotionen hatten Platz und Raum bekommen. Ich gab ihnen doch Platz. Ausser, ich hab was falsch gemacht. Aber könnten sie mich dann bitte auch in Ruhe lassen? Und wenn: Was habe ich denn falsch gemacht?

Ich koche gerne mit anderen zusammen. Bin gerne mit den anderen unterwegs. Aber ich kann es nicht geniessen. Weil die Gefühle schreien. «Ich!» will schreien. Alles in mir will einfach mal drauf los schreien, aber ich habe Angst davor, zu schreien, weil ich niemanden damit erschrecken will. Und auch, weil mir dies sehr peinlich ist.

Aber vielleicht habe ich den Emotionen nicht genug oder nicht den richtigen Raum gegeben? Was brauchen sie? Welche Art von Ausdruck? Und wie lange? Wann ist es Zeit, die Gefühle wegzustellen, ohne dass es verdrängen ist? Wann ist es zu viel und übertrieben? Ich arbeite jeden Tag an meinen Ressourcen. An den Dingen, die ich gerne mache, aber ich kann mich nicht ewig mit Schokoriegeln vollstopfen, und die Mauer der Gefühle ist viel zu riesig. Sie drängen sich mir auf und wollen was von mir, was ich ihnen nicht geben kann, weil ich nicht weiss, wie. Weil ich nicht weiss, was.

Viele Leute denken, Wut ist ein Makel. Eine Schande, eine Schwäche. Ist es nicht. Es ist mutig.

Bewohnerin

Wut als Autist

Ich empfinde in meiner jetzigen Situation nie wirklich Wut. Früher konnte es vorkommen, dass ich bei einem Geräusch, beim Verhalten einer Person oder in einem Stresszustand innerlich Aggression spürte. Über die Jahre konnte ich dies durch Hilfsmittel und Achtsamkeit gut in den Griff bekommen. Andere Menschen mit Autismus haben in diesem Gebiet grössere Schwierigkeiten.

Falls unsere Alltagsroutine sich ändert, kommt es leicht zur Frustration. Auch eine Reizüberlastung (z.B. Menschenmenge) kann uns schnell in Rage versetzen. Die physischen Anzeichen bei einem Wutanfall sind meist Selbstverletzungen, wie Kopf gegen die Wand schlagen oder mit den Armen herumwedeln. Angriffe gegenüber anderen Menschen sind Ausnahmefälle. Leider sind die meisten Personen nicht geschult, mit solchen Momenten umzugehen.

Asperger kommt meistens mit weiteren psychischen Problemen. In meinem Fall gehören in Stresssituationen Zwangsgedanken dazu. Diese können auch gewalttätiger Natur sein. Ich habe nicht den Impuls, der Person, die mich auf die Palme bringt, Gewalt anzutun. Die fehlgeleiteten Chemikalien in meinem Gehirn haben einfach die Idee, in diesem Moment die schlimmsten Gedanken zu produzieren. Ich kann selber nichts dafür.

Ich hoffe, dieser kurze Artikel hat einen Einblick in meinen Umgang mit Wut gegeben.

Marco Müggler, Angestellter Linthof Markt



Professionelle Wut

Ich werde angeschrien, angelogen, muss Überstunden machen, weil sich jemand nicht nach Hause bequemt, werde angeschwiegen, renne Bewohnern nach, die ihre Pflichten nicht erledigen, rede mir den Mund mit Bitten fusselig, die sowieso nicht ernst genommen werden... Höre stets dieselben Floskeln: «Mir geht es nicht gut», «Ich war müde», «Alleine will ich nicht», «Habe ich vergessen».

Neben all den schönen Momenten, gehört auch dies zu meinem Arbeitsalltag als Betreuerin. Unangenehme, scheinbar undankbare Reaktionen auf meine Liebesmüh und Energie, die ich Tag für Tag aufwende, in der Hoffnung, Menschen in Fortschritten unterstützen zu können.

Frust steigt in mir hoch. Ich komme in ein Dilemma zwischen professionell sein, Emotionen für die eigene Gesundheit rauslassen, authentisch sein und Vorbild bleiben. Es bildet sich im Bauch und steigt hoch. Ich kann keine Türen zuknallen, kann nicht zurück schreien, kann nicht an der Person zerren, kann nicht mit wütenden Worten um mich schmeissen, nicht davonlaufen. Nein, ich versuche ruhig zu bleiben, und beisse auf die Stockzähne.

Nun sollte ich noch im angemessenen Tonfall schildern, weshalb ich wütend bin und dies am besten noch in Ich-Botschaft. Dies wäre vorbildlich aber nicht authentisch. Zudem gelingt mir dies nicht, denn ich beisse ja auf die Zähne. Ich bleibe also still und vermeide Blickkontakt. Dann komm ich nach Hause und der Impuls steigt in mir hoch. Ich habe meine Gefühle rausgelassen.

Stefanie Simonet, Gruppenleitung



Wut

Für mich persönlich war Wut schon immer eine der wichtigsten und gewohntesten Emotion in meinen 19 Jahren. Mit Wut bin ich aufgewachsen und grossgezogen worden. Die Art und Mitteilung der Emotion war pro Person in meiner Familie verschieden, dennoch hatte es am Ende die gleiche Auswirkung auf meine Psyche und mich.

In meiner Familie hat sich die Emotion Wut sehr verschieden gezeigt, meine Mutter hat es meistens runtergeschluckt und bei meinem Vater kam es explosionsartig und schon bei kleinsten Dingen. Dadurch habe ich, wie bei vielen anderen Emotionen, nie gelernt wie man mit Wut umgehen soll und wie man die Emotion gesund rauslassen kann.

Dadurch kam dann ebenfalls Scham und zusätzlich Unsicherheit dazu. Oftmals ist mir erst nach einem Wutausbruch aufgefallen, dass dieser nicht angebracht und unverhältnismässig übertrieben war. So kam die Scham über meine Ausbrüche und die Unsicherheit ob ich überhaupt wütend sein darf zustande. Schlussfolgernd lernte ich meinen Ärger runterzuschlucken, immer und immer mehr, bis ich explodierte.

Dies ist eine kleine Zusammenfassung was Wut für mich bedeutet. Es macht mir manchmal Angst, was Wut alles in einem selber und anderen auslösen kann, trotzdem ist es ein sehr grosser Teil von mir.

Bewohnerin



«Falls mich jemand sucht, ich bin auf 180»

Vor ein paar Jahren war ich an einem Sonntagmorgen zur Frühschicht unterwegs und musste auf den ersten Zug. Mitten in der Unterführung stand eine Gruppe, die dem Anschein nach direkt vom Ausgang kam und davon entsprechend Nachwirkungen hatte. Bereits von Weitem vermutete ich wegen ihres Verhaltens, dass sie zur Kategorie «Pöbler» gehörten. Noch etwa zehn Meter war ich von ihnen entfernt und hatte ein ungutes Gefühl, da ausser ihnen kein anderer Mensch in Sicht war. Ich hatte Herzrasen, mir wurde schwindlig. Plötzlich merkte ich, wie ich am ganzen Körper zitterte, allerdings nicht aus Angst. Es war Wut. Wut, weil ich keine andere Wahl hatte, als an ihnen vorbeizugehen, und ich die Situation nicht einschätzen konnte.

Bemüht, mir meine Unsicherheit nicht anmerken zu lassen, war ich gerade dabei, an ihnen vorbeizugehen, als sich mir zwei von ihnen in den Weg stellten. In diesem Moment merkte ich, wie das Adrenalin seine Wirkung zeigte. Damit hatte ich nicht gerechnet. Sie auch nicht.



Meine Körperhaltung war aufrecht, meine Hände waren zu Fäusten geballt, während ich energisch einen Schritt in ihre Richtung machte. Ich war bereit, zu kämpfen, und tat meinen Unmut laut und deutlich kund. Mein Kopf riet mir, still zu sein, um sie nicht zu provozieren. Meine innere Bestie hatte andere Pläne, und das war gut so, denn sie wichen mir aus. Einer von ihnen rief mir noch irgendwas Kleinlautes hinterher, und ich ging unbeschadet meines Weges. Kaffee brauchte ich danach auch keinen mehr.

Fazit: Meinen kleinen Wutausbruch fand ich gar nicht mal so schlecht. Denn anders als davor kamen mir die Unbekannten nicht mehr riesig und unbesiegbar vor.

Miriam Mäder, Betreuerin

Eine Geschichte ...

Es war einmal ein Müller, der war arm, aber er hatte eine schöne Tochter. Nun traf es sich, dass er mit dem König zu sprechen kam, und um sich ein Ansehen zu geben, sagte er zu ihm: «Ich habe eine Tochter, die kann Stroh zu Gold spinnen.» Der König sprach zum Müller: «Das ist eine Kunst, die wohl gefällt, wenn deine Tochter so geschickt ist, wie du sagst, so bring sie morgen in mein Schloss, da will ich sie auf die Probe stellen.» Als nun das Mädchen zu ihm gebracht ward, führte er es in eine Kammer, die ganz voll Stroh lag, gab ihr Rad und Haspel und sprach: «Jetzt mache dich an die Arbeit, und wenn du diese Nacht durch bis morgen früh dieses Stroh nicht zu Gold versponnen hast, so musst du sterben.» Darauf schloss er die Kammer zu, und sie blieb allein darin.

Da sass nun die arme Müllerstochter und wusste um ihr Leben kein Rat: sie verstand gar nichts davon, wie man Stroh zu Gold spinnen konnte, und ihre Angst ward immer grösser, dass sie endlich zu weinen anfing. Da ging auf einmal die Türe auf, und trat ein kleines Männchen herein und sprach: «Guten Abend, Jungfer Müllerin, warum weinst du so sehr?» «Ach», antwortete das Mädchen. «Ich soll Stroh zu Gold spinnen und verstehe das nicht.» Sprach das Männchen: «Was gibst du mir, wenn ich dir's spinne?» «Mein Halsband», sagte das Mädchen. Das Männchen nahm das Halsband, setzte sich vor das Rädchen, und schurr, schurr, schurr, dreimal gezogen, war die Spule voll. Dann steckte es eine andere auf und so ging's fort bis zum Morgen, da war alles Stroh zur Gold versponnen.

Bei Sonnenaufgang kam schon der König, und als er das Gold erblickte, erstaunte er und freute sich, aber sein Herz ward nur noch goldgieriger. Er liess die Müllerstochter in eine andere Kammer voll Stroh bringen, die noch grösser war, und befahl ihr, das auch in ei-



ner Nacht zu spinnen, wenn ihr das Leben lieb wärt. Das Mädchen wusste sich nicht zu helfen und weinte, da ging abermals die Türe auf, und das kleine Männchen erschien und sprach: «Was gibst du mir, wenn ich das Stroh zu Gold spinne?» «Meinen Ring vom Finger», antwortete das Mädchen. Das Männchen nahm den Ring, fing an zu schurren mit dem Rade und hatte bis zum Morgen alles Stroh zu glänzendem Gold gesponnen. Der König freute sich über die Massen bei dem Anblick, war aber noch immer nicht des Goldes satt, sondern liess die Müllerstochter in eine noch grössere Kammer voll Stroh bringen und sprach: «Die musst du noch in dieser Nacht verspinnen, gelingt dir's aber, so sollst du meine Gemahlin werden, wenn du auch nur eine Müllerstochter bist.»

Als das Mädchen allein war, kam das Männlein zum dritten Mal wieder und sprach: «Was gibst du mir, wenn ich dir noch diesmal das Stroh spinne?»

«Ich habe nichts mehr, das ich geben könnte», antwortete das Mädchen. «So versprich mir, wenn du Königin wirst, dein erstes Kind.» Wer weiss, wie das noch geht, dachte die Müllerstochter und wusste sich auch in dieser Not zu helfen; sie versprach also dem Männchen, was es verlangte, und das Männchen spann dafür noch einmal das Stroh zu Gold. Und als am Morgen der König kam und alles fand, wie er gewünscht hatte, so hielt er Hochzeit mit ihr, und die schöne Müllerstochter ward eine Königin.

Über ein Jahr bekam sie ein Kind, das war gar schön, und sie dachte gar nicht mehr an das Männchen. Da trat es plötzlich in ihre Kammer und sprach: «Nun, gib mir, was du versprochen hast.» Die Königin erschrak und bot dem Männchen alle Reichtümer des Königreichs an, wenn es ihr Kind lassen wollte, aber das Männchen sprach: «Nein, etwas Lebendes ist mir lieber als alle Schätze der Welt.» Da fing die Königin so an zu jammern und zu weinen, dass das Männchen Mitleid mit ihr hatte. «Drei Tage will ich dir Zeit lassen», sprach es, «wenn du bis dahin meinen Namen weisst, so sollst du dein Kind behalten.»

Nun besann sich die Königin die ganze Nacht auf alle Namen, die sie jemals gehört hatte, und schickte einen Boten über Land, der sollte sich erkundigen weit und breit, was es sonst noch für Namen gäbe. Als am anderen Tag das Männchen kam, fing sie an mit Kasper, Melchior, Hans und sagte alle Namen, die sie wusste nach der Reihe her, aber bei jedem sprach das Männlein: «So heiss ich nicht.» Den zweiten Tag liess sie in der Nachbarschaft herumfragen, wie die Leute da genannt würden, und sagte dem Männlein die ungewöhnlichsten und seltsamsten Namen vor: «Heisst du vielleicht Rippenbiest oder Hammelwade oder Schürbein?» Aber er antwortete immer: «So heiss ich nicht.»

Den dritten Tag kam der Bote wieder zurück und erzählte: «Neue Namen habe ich keinen einzigen finden können, aber wie ich an einen hohen Berg um die Waldecke kam, wo Fuchs und Hase sich gute Nacht sagen, so sah ich da ein kleines Haus, und vor dem Haus brannte ein Feuer, und um das Feuer sprang ein gar zu lächerliches Männchen, hüpfte auf einem Bein und schrie:

*«Heute back ich, morgen brau' ich,
übermorgen hol' ich der Königin ihr Kind.
Ach, wie gut, dass niemand weiss,
dass ich Rumpelstilzchen heiss!»*

Da könnt ihr denken, wie die Königin froh war, als sie den Namen hörte, und als bald hernach das Männlein hereintrat und fragte: «Nun, Frau Königin, wie heiss ich?», fragte sie ernst: «Heisst du Kunz?» «Nein.» «Heisst du Heinz?» «Nein.» «Heisst du etwa Rumpelstilzchen?» «Das hat dir der Teufel gesagt, das hat dir den Teufel gesagt», schrie das Männlein und stampfte vor Zorn und Wut so fest auf, dass es ein Loch im Boden gab. Darin verschwand es und ward fortan nicht mehr gesehen.

... und wie ich lernte, die Wut zu steuern

Als Kind hatte ich oft Mühe im Umgang mit meiner Wut. In meinem «Ver-rückt-sein» demolierte ich Sachen, schlug auf meinen jüngeren Bruder ein, knallte die Türe zu, stampfte in den Boden – genau wie Rumpelstilzchen – und manchmal verletzte ich mich selbst dabei. Meine Eltern, pädagogisch ungeschult, fanden es zwischendurch ganz lustig, wenn ich «so ein Theater» veranstaltete.

Glücklicherweise habe ich inzwischen gelernt, mit meiner Wut umzugehen, und diverse Strategien entwickelt. Je nach Intensität gehe ich unter anderem zügig spazieren oder ich spalte Holz wie ein Berserker.

Die Wut im Bauch zu spüren, ist äusserst unangenehm, sodass ich sie schnellstens abstreifen will. So hinterfrage ich mich und reflektiere die erlebte Situation, um Klarheit zu gewinnen.

Manchmal ist es nur eine Bagatelle die mich «getriggert» hat, was es vereinfacht, sie zu erkennen und wieder loszulassen. Manchmal bezieht sich der Auslöser auf eine Person, der ich dann innerlich vergeben muss, um meine Ruhe wieder zu finden.

Sich konstruktiv auf die Wut einzulassen, ist ein fortwährender Prozess. Sie einfach zu unterdrücken, kann negative Auswirkungen auf die psychische und körperliche Unversehrtheit haben. Nicht von ungefähr kennt jeder die Metapher: «Was ist ihm denn über die Leber gekrochen?» Der berühmte Schweizer Heilpraktiker Alfred Vogel (1902–1966) schrieb schon dazumal in seinem bekannten Gesundheitsbuch, Wut vermöge die Leber zu schädigen.

In diesem Sinne empfehle ich allen, die Emotion Wut zuzulassen, sie zu benennen und einen konstruktiven Umgang mit ihr zu finden.

Niels Möllebaek, agogischer Mitarbeiter

Tut Wut gut?

Seine Augenbrauen ziehen sich zusammen, seine Augen verdunkeln sich, seine Stimme wird laut. Seine Bewegungen werden schnell, fahrig. Die Wut macht ihn zu einem ganz anderen Menschen. Schon faszinierend, denke ich. Aber irgendwie auch erschreckend.

Eine menschliche Reaktion wäre nun, sich von dieser Wut anstecken zu lassen. Einfach zurück schreien, zurück beleidigen, das tun, was er macht. Aber ich kann das nicht, was wäre ich sonst für eine Betreuerin? Ich will auch nicht, es bringt wahrscheinlich nicht viel, diese Riesen-Emotion zu erwidern.

Deswegen versuche ich lieber, die Wut zu verstehen. Oder besser, ich versuche zu verstehen, was hinter der Wut steckt. Frust? Ich weiss, Wut kommt selten alleine. Hinter der Wut verbirgt sich nicht selten Trauer. Aber das würde ein wütender Mensch in diesem Moment nie zugeben. Wahrscheinlich könnte er es gerade selbst nicht in Worte fassen.

Lieber möchte er unvermittelt seinen ganzen Frust herausschreien. Vielleicht ist das gerade das Beste, was er tun könnte. Sobald er seine ganze überschüssige Energie herausgelassen hat, geht es ihm vielleicht schon besser. Das ist ja das Komplex an der Wut. Das unangenehme Gefühl während eines Wutausbruchs ist fast nicht aushaltbar. Das Gefühl danach ist jedoch ... ruhig. Nach der Wut kommt die Ruhe. Und manchmal sogar die Lösung für das Problem.

Elena Kolland, Praktikantin



2022 in Zahlen

Bilanzen per 31. Dezember 2022 und 2021

AKTIVEN

alle Angaben in CHF

Umlaufvermögen	2022	2021
Flüssige Mittel	747'711.23	869'016.07
Forderungen aus Lieferung und Leistung	252'872.77	203'433.49
Übrige kurzfristige Forderungen	43'715.52	42'881.52
Warenvorräte	2'500.00	2'500.00
Aktive Rechnungsabgrenzung	17'348.60	223.65
Total Umlaufvermögen	1'064'148.12	1'118'054.73
Anlagevermögen		
Finanzanlagen		
Wertschriften	200.00	200.00
Sachanlagen		
Mobilien und Einrichtungen	4'035.50	7'564.30
Büromaschinen, Informatik	3'226.77	15'046.52
Fahrzeuge	2.00	6'401.40
Immobilien	2'965'510.55	
Total Anlagevermögen	2'972'974.82	29'212.22
TOTAL AKTIVEN	4'037'122.94	1'147'266.95

PASSIVEN

alle Angaben in CHF

Fremdkapital	2022	2021
Kurzfristigen Fremdkapital:		
Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistungen	32'040.75	51'689.65
Übrige kurzfristige Verbindlichkeiten		2'531.15
Passive Rechnungsabgrenzung	27'805.00	25'750.00
Total kurzfristiges Fremdkapital	59'845.75	79'970.80
Langfristiges Fremdkapital:		
Langfristige verzinsliche Verbindlichkeit	2'950'000.00	
Langfristige Verbindlichkeiten ggü. Organen	34'487.30	25'938.20
Rückstellungen	106'500.00	106'500.00
Total langfristiges Fremdkapital	3'090'987.30	132'438.20
Total Fremdkapital	3'150'833.05	212'409.00
Zweckgebundenes Fondskapital		
Schwankungsfond	496'544.00	447'044.00
Organisationskapital		
Stiftungskapital	120'000.00	120'000.00
Gewinn-/Verlustvortrag	269'303.95	225'725.49
Jahresgewinn/-verlust	441.94	142'088.46
Total Fonds- / Organisationskapital	886'289.89	934'857.95
TOTAL PASSIVEN	4'037'122.94	1'147'266.95

2022 in Zahlen

Erfolgsrechnungen 2022 und 2021 (1. Januar – 31. Dezember)

alle Angaben in CHF

ERTRAG	2022	2021
Nettoerlöse aus Leistungen innerkantonale	1'358'146.27	1'581'450.30
Nettoerlöse aus Leistungen ausserkantonale	241'331.60	180'054.65
Nettoerlöse aus anderen Leistungen	36'976.35	65'110.50
Nettoerlöse aus Dienstleistungen u. Handel	104'483.49	132'639.09
Nettoerlöse aus Leistungen an Betreute	3'169.60	4'078.80
Nettoerlöse aus Untermiete	3'750.00	41'225.00
Nettoerlöse aus Leistungen an Personal u. Dritte	14'578.00	15'113.00
Nettoerlöse aus Spenden	500.00	1'250.00
Total Nettoerlöse aus Lieferungen u. Leistungen	1'762'935.31	2'020'921.34
Materialaufwand Medizinischer Bedarf	-1'336.90	-3'298.75
Materialaufwand Lebensmittel u. Getränke	-66'206.60	-77'220.95
Materialaufwand Haushalt	-5'645.05	-3'890.50
Materialaufwand Werkstatt	-759.70	-2'164.64
Bruttogewinn	1'688'987.06	1'934'346.50
Personalaufwand	-1'130'154.70	-1'224'649.42
Raumaufwand	-373'218.10	-374'384.00
Unterhalt, Reparaturen, Ersatz	-12'123.00	-10'106.08
Fahrzeug- und Transportaufwand	-8'177.65	-9'801.35
Sachversicherungen, Abgaben, Gebühren	-5'138.15	-4'772.20
Energie- und Entsorgungsaufwand	-29'296.55	-22'999.15
Schulung, Ausbildung u. Freizeit	-7'047.10	-7'955.67
Verwaltungs- und Informatikaufwand	-50'282.40	-50'878.80
Werbeaufwand	-10'841.80	-31'099.00
Sonstiger betrieblicher Aufwand	-7'493.35	-6'451.96
Betriebliches Ergebnis vor Zinsen, Steuern und Abschreibungen (EBITDA)	55'214.26	191'248.87

alle Angaben in CHF

	2022	2021
Betriebliches Ergebnis vor Zinsen, Steuern und Abschreibungen (EBITDA)	55'214.26	191'248.87
Abschreibungen	-12'370.80	-10'939.45
Betriebliches Ergebnis von Zinsen, Steuern (EBIT)	42'843.46	180'309.42
Finanzaufwand	-4'092.47	-1'122.82
Finanzertrag	7.80	12.96
Betriebliches Ergebnis	38'758.79	179'199.56
Ausserordentlicher, periodenfremder Aufwand	-38'316.85	-47'373.10
Ausserordentlicher, periodenfremder Ertrag	0.00	10'262.00
Jahresergebnis	441.94	142'088.46

Bericht Revisionsstelle



TREUHAND UND WIRTSCHAFTSPRÜFUNG AG

Bericht der Revisionsstelle zur eingeschränkten Revision
an den Stiftungsrat der

Sernya Lötscher Stiftung, Uznach

Als Revisionsstelle haben wir die Jahresrechnung (Bilanz, Erfolgsrechnung und Anhang) der Sernya Lötscher Stiftung für das am 31.12.2022 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft.

Für die Jahresrechnung ist der Stiftungsrat verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, die Jahresrechnung zu prüfen. Wir bestätigen, dass wir die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Zulassung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Revision erfolgte nach dem Schweizer Standard zur Eingeschränkten Revision. Danach ist diese Revision so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Eine Eingeschränkte Revision umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der beim geprüften Unternehmen vorhandenen Unterlagen. Dagegen sind Prüfungen der betrieblichen Abläufe und des internen Kontrollsystems sowie Befragungen und weitere Prüfungshandlungen zur Aufdeckung deliktischer Handlungen oder anderer Gesetzesverstösse nicht Bestandteil dieser Revision.

Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung sowie der Antrag über die Verwendung des Bilanzgewinns nicht dem schweizerischen Gesetz und den Statuten entsprechen.

Zug, 25. März 2023

GT TREUHAND UND WIRTSCHAFTSPRÜFUNG AG

Franz-Rittmeyer-Weg 5
6300 Zug
Reg-Nr. 500417


Alfred Graber
Leiter der Revisor
RA Reg-Nr. 100430

Beilage: - Jahresrechnung (Bilanz, Erfolgsrechnung und Anhang)

Rückblick auf das Jahr 2022

Im Geschäftsbericht 2021 setzten wir für das Jahr 2022 den Fokus unserer Ziele auf vier Themen:

- Geduld und Umsicht bei der Bewältigung der Pandemie
- Optimierung der Infrastruktur im Wohnhaus Kreatief
- Erwerb der Fabrik-Liegenschaft um die Werkstatt Linthof Markt zu erhalten
- Konsequentes Einsetzen in der Umsetzung der UN Behindertenrechtskonvention

Die Schutzmassnahmen in der Covid-19-Verordnung wurden im 2022, zur Erleichterung aller, schrittweise aufgehoben und mit Spannung erwarteten wir wieder das Näherrücken, vor allem am Esstisch. Haben sich doch inzwischen alle an den neu gewonnenen Abstand gewöhnt und teilweise auch schätzen gelernt. Freude herrschte, dass man wieder reisen durfte und zwei Bewohner ergriffen die Gelegenheit und wagten zum ersten Mal alleine eine Reise nach Venedig.

Schrittweise wurde die Infrastruktur in den Schlafräumen der Wohnhäuser modernisiert. Weitere Zimmer müssen im 2023 noch vervollständigt werden.

Mit der Teilnahme am Projekt WUP-Wohnen mit Unterstützungsplan ist die Stiftung bestrebt, an der Umsetzung der Behindertenrechtskonvention einen zukunftsweisenden neuen Weg und eine zusätzliche Dienstleistung zu erbringen.

Der Erwerb der Fabrik-Liegenschaft war das grösste und umfangreichste Ziel, um die geschützten Arbeitsplätze im Linthof Markt langfristig zu sichern. Nach vielen Verhandlungsrunden gelang es der Stiftung im Dezember 2022 die Handänderung zu unterzeichnen.

Soweit sind wir sehr zufrieden mit der Umsetzung unserer gesteckten Ziele.

Was das Jahr leider auf eine ganz andere Weise prägte, war der plötzliche und unerwartete Tod von Herr Lötscher, der als Werkstatteleitung sowie Co Geschäftsleitung als Pionier von Beginn an beim Aufbau der damaligen Kreatief GmbH mit der heutigen Rechtsform Stiftung, mit seiner Inspiration, Tatkraft und Freude mitwirkte.

Ein grosser Verlust, unersetzlich und den Rest des Jahres prägend, sei es für die Mitarbeiter, den Kunden und dem Stiftungsrat. Der Schock sass tief. Sein grösstes Anliegen und sein Streben in den letzten Jahren war der Erwerb und die Weiterbewirtschaftung im Status quo der Fabrik-Liegenschaft, für die er sich in den letzten Jahren unermüdlich einsetzte, manche Hoffnungen begraben musste und wieder neue Wege fand. Der ganze Kaufprozess, die Liegenschaft auf ihr Chancen- und Risikopotenzial hin abzuschätzen, die Überprüfung des allgemeinen Zustands der Immobilie und die Analysen der Kapital- und Unterhaltsintensität kosteten manch Stunden zusätzlichen Einsatz und viel Herzblut. Verdient wäre es gewesen, die Handänderung noch miterleben zu dürfen.

Einen besonderen Dank verdient Frau Namse Soro, ehemals Gruppenleiterin der Wohngruppe Kreatief plus, die bereit war ins kalte Wasser zu springen und ad Interim die Werkstattleitung zu übernehmen sowie einen grossen Dank dem Stiftungsratspräsident Herr Hansjürg Haas, der mit der Geschäftsleitung den Kauf der Liegenschaft zum Abschluss brachte.

Verabschieden in einem anderen Sinne mussten wir per Ende Jahr auch von der Stiftungsrätin Erika Friedli. Wir danken ihr für ihren jahrelangen Einsatz als interne Aufsicht für die Sernya Lötscher Stiftung. Frau Erika Friedli nimmt, wie sie so schön formulierte, mit der Pensionierung Abschied von jeglichen Verpflichtungen, um sich mutig auf neue Wege einzulassen. Wir wünschen ihr Glück, Freude und gutes Gelingen auf der Entdeckungsreise und danken ihr für ihren grossen Einsatz zum Wohle der Sernya Lötscher Stiftung.

Aufgrund der ausserordentlichen Lage attestiere ich rückblickend, dass der Betrieb den Stresstest 2022, dank Engagement aller, souverän bestanden hat.

Ausblick auf das Jahr 2023

Nicht immer gilt es Neues zu planen. Manchmal macht es mehr Sinn, sich vertiefter auf das Neue einzulassen, Begonnenes auszuwerten und zu optimieren oder noch nicht vollständig Beendetes zu vollenden.

Nach diesem ausserordentlichen Jahr haben es alle verdient, durchzuatmen und Kräfte zu sammeln. Dieses Bedürfnis ist im Betrieb gut spürbar und wohlverdient.

Was uns sicher erwartet, ist die Benennung einer neuen internen Aufsichtsperson innerhalb des Stiftungsrats, eine neue Leitung für die Werkstatt Linthof Markt sowie, aufgrund der Geschlechterquote, die Wahl einer neuen Stiftungsrätin.

Auch wird das Projekt WUP-Wohnen weitergeführt und die zu erwartende Auswertung mit Spannung erwartet.

Ganz besonders danke ich meinem Team, das bereit ist, die Herausforderungen des neuen Geschäftsjahrs beherzt anzupacken.

Pema, Sernya Lötscher
Geschäftsleitung

Stiftungsrat und Mitarbeitende 2022



Mitglieder des Stiftungsrates

Hansjürg Haas, Präsident
Marcel Soldat
Erika Friedli
Patricia Widmer-Ziegler
Kelsang Suter

Revisor

Alfred Graber
GT Treuhand und Wirtschaftsprüfung AG
Mitglied von EXPERT suisse

Geschäftsstelle

Pema Sernya Lötscher: Geschäftsleitung, Dipl. psychol. Beratung, Dipl. Pflegefachfrau HF, Dipl. Ballettlehrerin
Urs Lötscher: Geschäftsleitung, Dipl. Sozialpädagoge HF, Hochbauzeichner EFZ (bis 17.07.2022 †)
Belgin Yilmaz: Assistentin der Geschäftsleitung, Bürofachfrau EFZ
Thomas Gebhard: Bereichsleitung, Dipl. Sozialpädagoge HF, Bäcker/Konditor EFZ



Therapeutische Wohngemeinschaft Kreatief

Stefanie Simonet: Gruppenleitung, FaBe EFZ, Berufsbildnerin
Thomas Gebhard: Dipl. Sozialpädagoge HF
Dario Coronese: Lehrling FaBe EFZ
Ellena Kolland: Praktikantin



Sozialpädagogische Wohngemeinschaft Kreatief plus

Sandra Staub: Betreuung, BSc FHO in Sozialer Arbeit
Miriam Mäder: Betreuung FaBe EFZ
Etienne Vaucher: Betreuung FaBe EFZ
Sasa Stanic: Betreuer, Fachmann für Sicherheit
Evelin Simonet: Betreuerin o.FA
Moreno Isler: Praktikant (bis 31.07.2021)



Werkstatt Linthof Markt

Urs Lötscher: Werkstattleitung, Dipl. Sozialpädagoge HF (bis 17.07.2022)
Namse Soro: Werkstattleitung ad.interim, Psychologin B.sc, Soziologie & Anthropologie MA, Internationale Beziehungen MA, Geschichte B.sc
Patrick Freitag: Betreuer, Raumausstatter mit Gesellenbrief (bis 31.07.2022)
Adolfo Lagar: Berufsbildner Detailhandel EFZ (bis 31.12.2022)
Martin Koch: System. Arbeitsagoge

Geschäftsstelle

Sernya Lötscher Stiftung

Obergasse 4
8730 Uznach
T 055 290 21 21, F 055 290 21 22
info@kreatief.ch
www.kreatief.ch

Bankverbindung für Spenden

Sernya Lötscher Stiftung
Raiffeisenbank Benken
IBAN: CH17 8125 6000 0039 2267 9

Kooperationen

Psychiatrie-Zentrum Linthgebiet