

Berühmte Personen, die keinen Alkohol trinken, Folge 15

Eric Clapton

Für viele Menschen ist er der beste Gitarrist aller Zeiten. Die über 280 Millionen verkauften Tonträger sprechen für seinen einzigartigen Erfolg. Eric Clapton blickt sowohl musikalisch wie privat auf ein bewegtes Leben zurück. Dazu zählt auch sein erfolgreicher Kampf gegen die Alkoholsucht: Seit bald einem Vierteljahrhundert ist der Musiker trocken.



Eric Clapton 2008 an einem Konzert in Hollywood, Florida

Eric Patrick Clapton wurde am 30. März 1945 in Ripley in der englischen Grafschaft Surrey geboren. Seine Mutter Patricia Molly Clapton war gerade einmal 16 Jahre alt. Seinen Vater, den damals 24-jährigen kanadischen Soldaten Edward Walter Fryer, lernte Eric Clapton nie kennen. Um einen Skandal wegen des unehelichen Kindes zu vermeiden, übernahmen

Eric Claptons Grosseltern die Erziehung des Jungen und liessen ihn im Glauben, sie seien seine Eltern – bis er im Alter von neun Jahren hinter das Geheimnis kam. Als er seine leibliche Mutter fragte, ob er sie Mommy nennen dürfe, lehnte sie ab. Dieses Erlebnis beschrieb der Star später als «Fundament eines Jahrzehnte dauernden Gefühls der Abweisung».



Liebe Leserin, lieber Leser

Getreu dem Motto «Weniger Wein, mehr Sein» bereiten wir derzeit die nächste Runde unserer erfolgreichen Präventionskampagne «Dry January» vor. Anfang dieses Jahres propagierten wir den alkoholfreien Januar zum ersten Mal unter dem weltweit bekannten Namen Dry January. Gemeinsam mit drei grossen Partnerorganisationen freue ich mich darauf, im Jahr 2022 mehr Menschen denn je für einen alkoholfreien Januar zu begeistern. Das Westschweizer Groupement Romand d'Etudes des Addictions (GREA) wirkt seit dem Anfang mit, neu dabei sind die Fachorganisation Sucht Schweiz und der Zusammenschluss aller Suchthilfeorganisationen, Fachverband Sucht, sowie unsere regionalen Blaukreuzorganisationen und weitere Organisationen als Verbreitungspartner.

Letztes Mal haben gemäss einer repräsentativen Umfrage eine Millionen Schweizerinnen und Schweizer einen Dry January gemacht. Im nächsten Jahr wollen wir noch mehr Menschen mit unseren positiven Botschaften erreichen und zur Teilnahme animieren. Der Startschuss fällt diesen Monat mit Themenwochen zum Dry January. Wer mitmacht, erhält einen Newsletter mit spannenden Beiträgen über Gesundheit, Ernährung sowie gesunde Gewohnheiten und nimmt an tollen Gewinnspielen teil. Wer den Dry January auf dem Handy verfolgen und Beiträge teilen möchte, kann dies über die App «Try Dry» tun. Melden Sie sich jetzt unter www.dryjanuary.ch an und lernen Sie Ihr gesünderes Ich kennen!

Anne Graber
Projektleiterin Dry January



«August» aus dem Jahr 1986 ist eines von Eric Claptons beliebtesten Alben

Es hatte seine Persönlichkeit mit seiner Suche nach Liebe und Anerkennung und seinen Selbstzweifeln entscheidend geprägt. Trost und Halt fand Eric Clapton in der Musik: «Musik wurde meine Heilerin. Ich lernte, mit meinem ganzen Sein zuzuhören.» Bald wurde die Musik für den ruhigen, schüchternen Jungen auch ein wichtiges Mittel, um sich mitzuteilen. Nur in der Musik seines Instruments könne er sich wirklich ausdrücken, hat der Musiker einmal gesagt. Ein Jahr lang lag er seinen mittellosen Grosseltern in den Ohren, bis er als 13-Jähriger seine erste Gitarre geschenkt bekam. Bald begann der bluesbegeisterte Teenager, das Gitarrenspiel seiner Vorbilder zu kopieren. Er verfolgte die Fernsehauftritte von Blind Lemon und Chuck Berry und spielte jeden Rhythmus, jedes Gitarrenriff nach. Eric Clapton übte stundenlang exzessiv, bis er das Instrument beherrschte – ohne je Gitarrenunterricht besucht zu haben.

Die Schule schloss der hochbegabte junge Mann ohne Probleme ab. Nach seinem Abschluss 1961 an der Hollyfield School in Surbiton schrieb sich Clapton am Kingston College of Art ein. Das Kunststudium brach er aber nach kurzer Zeit wieder ab, um sich ganz der Musik zu widmen. Sein Gitarrenspiel war im Alter von nur 16 Jahren bereits so weit fortgeschritten, dass er auf sich aufmerksam machte, zunächst als Strassenmusiker in und um London und ab 1962 im Duo mit seinem Kollegen David Brock in Pubs. Mit siebzehn Jahren trat Eric Clapton der Band The Roosters bei, bei der er von Januar bis August 1963 blieb. Im Oktober desselben Jahres hatte Eric

Clapton bereits sieben Auftritte mit der Band Casey Jones & the Engineers bestritten.

Eine lange Karriere

Ebenfalls 1963 wurde Clapton Mitglied der überregional bekannten Band Yardbirds. Sechs Jahre später gründete er mit drei anderen Musikern die Bluesrockgruppe Blind Faith. Diese nahm ein Album mit Publikumshits auf und ging auf Tournee. Ein Jahr später veröffentlichte Eric Clapton sein erstes Soloalbum, das ein grosser Erfolg wurde. Er sagte später dazu: «Der Klang einer Gitarre mit Verstärker in einem Raum voller Leute war so hypnotisch für mich und machte mich süchtig, dass ich alle Arten von Grenzen überquert hätte, um zu so einem Ort zu gelangen.»

In den frühen 1970er Jahren war Eric Clapton bereits ganz oben. Er arbeitete mit anderen Grossen zusammen, etwa mit den Beatles-Mitgliedern John Lennon und George Harrison. Mit Letzterem verband ihn eine langjährige Freundschaft. Mit der Band Derek and the Dominos nahm er das Lied «Layla» auf – es wurde zu Claptons musikalischem Markenzeichen und zu einem der meistgespielten Rocksongs der Siebzigerjahre. Es folgte eine Reihe erfolgreicher Soloalben. In den folgenden Jahrzehnten bewegte sich das Multitalent mit Erfolg in anderen Musikwelten als im angestammten Blues, etwa mit dem von Country geprägten Album «Slowhand» (1977), dem Poprockwerk «August» (1986) sowie dem vom Rhythm and Blues beeinflussten «Change the World» (1998). Eric Claptons Interpretation von Bob

Marleys Hit «I Shot the Sheriff» machte den Reggae massentauglich. Auch neue Musikformate nutzte Clapton für seine Karriere. Eine MTV-Unplugged-Session brachte ihm 1993 sechs Grammys ein, unter anderem für seinen Song «Tears in Heaven», der zum Welt-hit wurde. Das Album «Unplugged» wurde weltweit über 26 Millionen Mal verkauft und damit zu seinem grössten kommerziellen Erfolg. Ab 1999 nahm Eric Clapton eine Reihe von Blues- und Bluesrockalben auf. Sein neuestes Werk, «Happy Xmas», erschien 2018.

Mit seinem Gitarrenspiel, aber auch mit seinem Gesang wurde Eric Clapton zur Legende: Bereits ab Mitte der 1960er Jahre hatte er in England den Ruf, ein musikalisches Genie zu sein. Der Erfolg schlug sich in zahlreichen Auszeichnungen nieder, darunter zwanzig Grammys. Dreimal gewann er einen American Music Award als beliebtester Pop- und Rockkünstler, zweimal einen World Music Award und schon 1987 wurde er vom British Phonographic Institute für sein Lebenswerk ausgezeichnet. Im Jahr 1994 erhielt der Musiker von Queen Elisabeth II. den Titel «Officer» des Order of the British Empire für seinen Beitrag zur Musikgeschichte. Zehn Jahre später wurde er zum «Commander» dieses Ordens ernannt. Auch finanziell zahlte sich Eric Claptons lange Karriere aus: Sein Vermögen wird auf rund 120 Millionen Pfund geschätzt.

Die Kehrseite: Leid und Sucht

Vielleicht war Eric Claptons traumatische Kindheitserfahrung der Ablehnung ein Grund für seine unsteten Beziehungen mit Frauen.

Im Jahr 1979 heiratete er Pattie Boyd-Harrison, die frühere Frau des Beatle George Harrison. Während dieser Ehe zeugte Clapton zwei Kinder mit anderen Frauen. Vor der Öffentlichkeit geheim gehalten, kam 1985 seine erste Tochter Ruth Kelly und ein Jahr später sein Sohn Conor zur Welt. Nach der Scheidung von Pattie 1988 ging Clapton bis Ende der 1990er Jahre mehrere kurze Beziehungen ein. Im Jahr 2002 heiratete er Melia McEnery. Seither leben die beiden zusammen und haben drei Töchter: Julie Rose, Sophie Belle und Ella May.

Anfang der 1990er Jahre trafen Eric Clapton zwei Schicksalsschläge. Am 27. August 1990 kam sein Freund, der Musiker Stevie Ray Vaughan, bei einem Helikopterabsturz ums Leben. Sieben Monate später starb sein vierjähriger Sohn Conor bei einem unfallbedingten Sturz aus Claptons New Yorker Wohnung im 53. Stock. Seine Trauer verarbeitete Eric Clapton im Song «Tears in Heaven», den er seinem verstorbenen Sohn widmete. Dazu sagte er: «Unplugged» war mein am günstigsten produziertes Album und brauchte am wenigsten Vorbereitungszeit und Arbeit. Wenn Sie aber wissen wollen, was es mich wirklich gekostet hat, gehen Sie nach Ripley und besuchen Sie das Grab meines Sohnes.»

Mitte der 1990er Jahre starb Eric Claptons gute Freundin Alice, die Tochter eines ehemaligen britischen Botschafters, an einer Über-

dosis Heroin. Gut zwanzig Jahre zuvor steckten sie beide tief im Drogensumpf. Die frühen 1970er Jahre durchlebte der Star nach eigenen Angaben in einer «Wolke aus rosa Watte». Exzesse mit Heroin forderten nicht nur ihren seelischen, sondern auch ihren körperlichen Tribut: 1971 brach Eric Clapton an einem Konzert auf der Bühne zusammen. Erst durch eine neuartige Elektrotherapie sowie die Hilfe seines damaligen Freundes Pete Townshend kam er von der Sucht los. Es dauerte aber nicht lange, da ersetzte Clapton die Heroinsucht durch die Sucht nach Alkohol, Kokain und Tabletten. Der Musiker verbrachte Jahre im Kampf gegen die Sucht. Mehrmals versuchte er, trocken zu werden.

Nach der ersten Entziehungskur 1979 erlitt er einen Rückfall. Ein zweiter Entzugsklinikaufenthalt veranlasste ihn später, auf der Karibikinsel Antigua das Rehabilitationszentrum Crossroads Centre zu gründen. Erst mit der Geburt seines Sohnes Conor gelang Eric Clapton 1987 der Alkoholentzug. «Irgendwie hatte ich das unglaubliche Gefühl, zum ersten Mal etwas wirklich Reales zu erleben», erinnert sich Eric Clapton an Conors Geburt. Im Rückblick auf seine Sucht meinte der Star: «Ich weiss nicht, wie ich überlebt habe. Aus irgendeinem Grund wurde ich aus den Klauen der Hölle geholt und bekam eine neue Chance.» Seine Familie gibt ihm bis heute Halt, sodass er seinem ungebrochenen Bedürfnis nach Alkohol nicht mehr nachgibt. «Ich weiss, wenn ich meine Nüchternheit

nicht ganz oben auf die Prioritätenliste setze, werde ich alles verlieren.»

«Es funktioniert»

Auch etwas anderes gab und gibt Eric Clapton die Kraft, um nicht mehr der Sucht zu verfallen: sein Glaube an Gott. Im Umfeld der Anglikanischen Kirche aufgewachsen, verspürte Eric Clapton schon früh eine «starke Neugier» auf spirituelle Dinge. Als Schlüssel-erlebnis bezeichnet er eine Begegnung mit zwei Christen, die ihn 1969 nach einem Konzert in seiner Garderobe besuchten. Bei einem gemeinsamen Gebet sah Eric Clapton «ein blendendes Licht» und spürte Gottes Gegenwart. Danach bezeichnete er sich öffentlich als «wiedergeborenen Christen». Wirklich zum Glauben fand er in seinen dunkelsten Zeiten, während eines Aufenthalts in einer Entzugsklinik. Vor der Entlassung sei er voller Angst auf die Knie gesunken und habe um Hilfe gefleht. «Ich hatte keinen Begriff davon, mit wem ich da redete. Ich wusste nur, dass ich mit meiner Kraft am Ende war und den Kampf verloren gegeben hatte.» Durch diese Kapitulation vor Gott veränderte sich Claptons Lebenseinstellung. «Ich hatte einen Ort gefunden, an den ich mich wenden konnte, einen Ort, von dem ich immer gewusst hatte, dass es ihn gab, an den ich aber nie wirklich hatte glauben wollen.» Seither betet Eric Clapton jeden Tag. Auf die Frage nach dem Warum antwortet er: «Weil es funktioniert!»



Unterstützen Sie uns,
damit wir andere
unterstützen können.



Postkonto 30-8880-3
www.blaueskreuz.ch/spende



Der amerikanische Stand-up-Comedian und Podcaster Theo Von spricht mit dem Psychologen Jordan Peterson über seine Genesung von der Alkoholsucht durch die Teilnahme bei den Anonymen Alkoholikern und seine Entdeckung des Glaubens an Gott.

<https://youtu.be/91sRTZe3dEs>
(auf Englisch)

JETZT RESERVIEREN: +41 (0)81 410 10 20

WINTERFREUDEN IN DAVOS

Bus & RHB
GRATIS
Diverse Aktivitäten &
Bergbahnen
VERGÜNSTIGT

www.seebüel.ch

 **Seebüel**
Hotel *** Café ▪ Restaurant ▪ See

Unsere Heimgegangenen

Blaues Kreuz Basel-Land
Paul Giese-Wegmüller, 85 Jahre

Blaukreuzverein Grabs
Werner Hungerbühler, 78 Jahre



Gemütliche Atmosphäre und Gastlichkeit wird bei uns gross geschrieben. Zwei Konferenz- und Banketräume bis 200 Personen stehen für Schulungen, Konferenzen, Ausstellungen und verschiedene private Anlässe zur Verfügung.

Petersgraben 23 | CH-4051 Basel
Tel. +41 61 261 81 40 | Fax. +41 61 261 64 92
www.hotelrochat.ch | info@hotelrochat.ch

Hotel Rochat seit 1899

**** Hotel mit *** Komfort.**
Historisches Gebäude unter Denkmalschutz in der Basler Altstadt.
Zentrale und sehr ruhige Lage.
Nähe Universität und Kantonsspital.
80 Betten / 50 Zimmer renoviert mit *** Komfort,
Bad oder Dusche, WC, FullHD Slim & Smart TV
mit 150 internationalen Kanälen, Minibar
und high Speed Wlan Internet.



Hier findest du alles für den
perfekten alkoholfreien Apéro:
rimuss.ch/aperowelt

Profitieren Sie von 10% Rabatt und den genossenschaftlichen Vorteilen!

 **vaudoise**

Wer ist die Vaudoise ?

Seit 1895 im Schweizer Markt präsent, zählt die Vaudoise Versicherung hierzulande zu den sichersten und vertrauenswürdigsten Versicherungen. Dies dank ihren genossenschaftlichen Wurzeln und der langfristig ausgerichteten Vision.

Ihre Vorteile als MitarbeiterIn und/oder aktives Mitglied des Blauen Kreuzes:

- **10% Rabatt** auf alle privaten Versicherungen (Auto, Motorrad, Haushalt, etc.) der Vaudoise
- **Zusätzliche 10% Rabatt** bei Einschluss der Nulltoleranz-Grenze bei Alkohol im Strassenverkehr in Ihrer Auto- und Motorradversicherung

Weitere Vorteile als Vaudoise-Kunde:

- Sie profitieren von einer genossenschaftlichen **Gewinnbeteiligung** (in den letzten Jahren erhielten Sie im Durchschnitt 15% der Prämie zurück)
- Sie haben die Möglichkeit, vom **lebenslangen Maximalbonus** zu profitieren (einmalig in der Schweiz).
- Sie profitieren von einer **persönlichen, einfachen und schnellen Schadenabwicklung**.
- Sie erhalten eine **kostenlose Überprüfung** Ihrer Versicherungs- und Vorsorgesituation.

Wer ist für Sie zuständig?

Mein Name ist Philippe Küffer. Ich arbeite seit mehr als 10 Jahren für die Vaudoise. Von Beginn an hat mich die genossenschaftliche Struktur und die soziale Verantwortung, welche die Vaudoise Versicherungen wahrnimmt, begeistert.

Ich bewundere das Engagement, welches das Blaue Kreuz tagtäglich in unsere Gesellschaft einbringt und damit vielen Menschen in unserem Land eine grosse Hilfe ist.

Sie können mich unter folgenden Koordinaten erreichen. Ich bin gerne in allen Versicherungs- und Vorsorgefragen für Sie da.

Vaudoise Versicherungen
Philippe Küffer, Versicherungs- und Vorsorgeberater
Thunstrasse 20, 3000 Bern 6
T 031 356 51 36, M 076 372 73 62
pkueffer@vaudoise.ch - www.vaudoise.ch

Aus der Region

Mehr Selbständigkeit und Eigenverantwortung

Das Wohnheim Felsengrund des Blauen Kreuzes St.Gallen-Appenzell bietet Menschen mit Alkohol- und anderen Suchterkrankungen ein Zuhause und eine Tagesstruktur. Es richtet sich insbesondere an Menschen, die aufgrund eines einst übermässigen Alkoholkonsums kein eigenständiges Leben mehr führen können.

Neben dem betreuten Wohnen bietet der Felsengrund seit kurzem auch Integrationswohnplätze und begleitetes Wohnen ausserhalb des Heims an. Das Blaue Kreuz trägt damit dem Wunsch und den Möglichkeiten der Klientinnen und Klienten nach mehr Selbständigkeit und Eigenverantwortung Rechnung. Begleitetes Wohnen bedeutet, dass

eine Fachkraft die Klientin oder den Klienten in der Wohnung betreut. Die Betreuung erfolgt auf der Grundlage gemeinsam vereinbarter Ziele. Im Unterschied dazu erhalten Menschen in Integrationswohnplätzen mehr Unterstützung, leben aber in ihrer eigenen Wohnung anstatt im Heim. So können sie ein möglichst unabhängiges und selbständiges

Leben führen und erhalten dennoch die Unterstützung, die sie benötigen.

Mehr Informationen unter www.felsengrund.sg



Die Gute Nachricht

*Denn also hat Gott die Welt **geliebt**, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, auf dass alle, die an ihn **glauben**, nicht verloren werden, sondern das ewige Leben haben. Denn Gott hat seinen Sohn nicht in die Welt gesandt, dass er die Welt richte, sondern dass die Welt durch ihn **gerettet** werde.*

(Joh. 3.16 – 17)

Eines der Dinge, die mich die Corona-Pandemie gelehrt hat, ist die Unvorhersehbarkeit des Lebens. So hätte ich mir bis vor kurzem nicht vorstellen können, welchen Stellenwert der Buchstabe «G» in unserem Alltag einnehmen kann (geimpft, getestet, genesen). Da ist es gut zu wissen, dass auch die Bibel mit ihren «G» Antwort auf das Leben gibt ...

Geliebt

Gott liebt uns Menschen auf eine Weise, die radikaler nicht sein kann. Er hat immer schon versucht, uns Menschen an seiner Liebe teil-

haben zu lassen, und zuletzt alles dafür gegeben, um uns seine Liebe zu offenbaren.

Glauben

Dass der Schöpfer des Universums unserem Glauben Gehör schenkt, ist unglaublich. Dies gibt uns Menschen Bedeutung und Einzigartigkeit. Wir sind als Individuen von Gott angesprochen und dürfen ihm persönlich begegnen.

Gerettet

Es war von Anfang an Gottes grösster Wunsch, uns Menschen ein Leben in Würde zu ermög-

lichen. Die Rettung der Menschheit vor Leid, Ungerechtigkeit und Schmerz steht bei ihm an erster Stelle. Gottes Ziel ist und bleibt, ausnahmslos alle Menschen dieser Welt zu retten.

Zwar bleiben die Herausforderungen der Zeit bestehen, doch versprechen uns Gottes Zusagen Hoffnung und Zuversicht. Der Glaube an Gott, an seine Liebe und die Rettung durch Jesus Christus befreit und hilft, bestehende wie auch kommende Krisen zu bewältigen.

Simon Weiss, Nationaler Koordinator von Blaukreuz-Präventionsangeboten

«Sucht ist keine Lebensdiagnose»

Michel Sutter wuchs als Sohn von süchtigen Eltern auf und rutschte später selbst in die Sucht ab. Heute ist er seit mehr als zehn Jahren suchtfrei und arbeitet als Peer-Mitarbeiter einer Klinik sowie bei der Organisation «Peerspektive», die er mitbegründet hat.¹

Wer sind Sie, Herr Sutter, und was ist das Ziel von «Peerspektive»?

Ich heisse Michel Sutter, komme ursprünglich aus dem Kanton Aargau und bin bald 47 Jahre alt. Ich hatte eine lange Suchtkarriere, die mich fast vierzig Jahre meines Lebens begleitet hat. Als Sohn von süchtigen Eltern bin ich mit sehr viel Druck aufgewachsen und irgendwann selber in die Sucht hineingeschlittert. Das war eine ziemliche Odyssee, ich war gut zwanzig Jahre aktiv süchtig, was bis zum intravenösen Konsum vom Kokain und Heroin reichte.

Meine Hauptsubstanz war immer Alkohol und jetzt, seit etwas mehr als zehn Jahren, bin ich clean. Ich habe eine etwas andere Perspektive auf die Suchthematik, die ich gerne mit Menschen, die eine ähnliche Geschichte wie ich haben, teilen möchte und mit der ich auch Fachpersonen erreichen will. Das Wortspiel «Peerspektive» ist von der immer stärker aufkommenden Peer-Arbeit inspiriert. Hier habe ich ganz bestimmte Vorstellungen, wie ich diese umsetzen möchte: Ich möchte meine Geschichte transparent machen, denn ich glaube, dass ich Dinge zu erzählen habe, die sowohl Süchtige als auch Betroffene und Fachleute interessieren könnte.

Was hat Ihnen dabei geholfen, sich von der Sucht abzuwenden?

Ich hatte einige Schlüssel-erlebnisse. Zum Beispiel während meiner letzten Therapie, als eine Ärztin über neuronale Plastizität sprach. Das bedeutet, dass das Gehirn bis ins hohe Alter formbar ist. Konditionierungen müssen nicht dauerhaft Macht über uns haben. Man kann sich neu konditionieren und neue Gewohnheiten zulegen. Das war mein Aha-Erlebnis. Ich weiss nicht, ob der Ärztin

«Ich berate nicht, sondern erzähle meine Sicht der Dinge und was mir geholfen hat.»



bewusst war, was das bei mir ausgelöst hat, aber in diesem Moment habe ich beschlossen, dass ich mich neu konditionieren werde.

Ich habe angefangen, mein Belohnungssystem, das ja viel mit der Sucht zu tun hat, anders zufriedenzustellen als mit Suchtmitteln. Dabei sind Achtsamkeit und Entspannung

– sich selbst auszuhalten – die Schlüsselbegriffe für mich. Ich bin im permanenten Dialog mit mir selbst. Mir ist klar, dass meine

destruktiven Verhaltensweisen verstandesbedingt sind. Meine Denkmachine arbeitet den ganzen Tag, mein Verstand ist mein Werkzeug. Und ich meine, dass bei einem Süchtigen – aber ich wage zu behaupten bei

fast allen Menschen – dieses Werkzeug ausser Kontrolle ist. Das Werkzeug beherrscht im Endeffekt den Menschen. Es denkt permanent. Wie viel Einfluss dieses Denken auf uns haben darf, das können wir beeinflussen. Aber das schnell weiterzuvermitteln geht eben nicht, es braucht diese Aha-Erlebnisse.

Jetzt beraten Sie Süchtige und Betroffene. Wie kam es dazu?

Ich sage immer: Ich berate nicht. Ich erzähle meine Sicht der Dinge und was mir geholfen hat. Wenn jemand meinen Rat haben will, bin ich vorsichtig. Ich-Botschaften haben

¹ Dieses Interview erschien zuerst im Juni dieses Jahres in der vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) herausgegebenen Zeitschrift spectra. Nachdruck mit freundlicher Genehmigung des BAG.

Der Verein «Peerspektive»

Michel Sutter hat mit Menschen, die wie er von einer Sucht, einer psychischen Erkrankung oder einer ähnlichen Leiderfahrung betroffen waren, den Verein «Peerspektive» gegründet. Peers sind Expertinnen und Experten aus Erfahrung. Sie wirken als Bindeglied zwischen Fachpersonen und Betroffenen. Peerspektive möchte durch Gespräche, Supervision, Workshops und Öffentlichkeitsarbeit anderen Betroffenen Mut machen, Hoffnung geben und Wege zur persönlichen Genesung eröffnen. – www.peerspektive.ch

oberstes Gebot. Als ich vor 25 Jahren zum ersten Mal aufhören wollte, hiess es: Sucht ist eine Lebensdiagnose, das wirst du nie mehr los. Solche Aussagen nehmen die Motivation und die Hoffnung. Ich habe das anders wahrgenommen in meinem Leben. Und ich habe darauf hingearbeitet, dass Sucht eben nicht eine Lebensdiagnose ist, sondern dass ich mich von meiner Sucht und vom Suchtdruck lösen kann. Ich will mich nicht mit achtzig Jahren noch als trockenen Alkoholiker oder cleanen Junkie bezeichnen müssen. Genau diese festgefahrenen Denkweisen stigmatisieren Menschen, die sich als Folge selbst weiter stigmatisieren und sich nochmals unnötig unter Druck setzen.

Ich möchte vermitteln, dass es eben durchaus möglich ist, eine Suchterkrankung loszuwerden. Wenn man einen gewissen Dialog mit sich selbst findet, gibt es durch Selbstwirksamkeit Möglichkeiten, die Sucht zu überwinden. Das ist meine feste Überzeugung und damit stosse ich auf Anklang. Wenn ich das Fachpersonen oder Betroffenen erzähle, horchen diese auf.

Man muss vielleicht den Begriff Beratung in diesem Kontext überdenken oder ersetzen. Es klingt mehr nach einer Begleitung, was Sie machen.

Ja, mit den Begriffen nehme ich es genau. Beraten oder helfen, das klingt immer nach Notaufnahme, dort helfen sie einem auch. Ich gebe keinen Rat im strengen Sinne oder sage den Leuten, wie sie es machen sollen. Ich erzähle einfach, wie ich es damals gemacht habe oder wie ich es machen würde. Auch da ist man schon fast wieder beim Beraten.

Deshalb halte ich mich da anfänglich etwas zurück, teile zuerst meine Erfahrung und schaue dann, was sich entwickelt.

Was können Sie mit Peer-Arbeit erreichen, wo andere Anlaufstellen scheitern?

Ich bin als Peermitarbeiter in einer Klinik angestellt und für die Leute dort einfach ein Ex-Süchtiger, der weiss, wovon die Rede ist. Sie haben einen anderen Zugang zu mir, wissen, «Ah, der ist authentisch, der spricht aus Erfahrung und versteht, was ich meine». Die Leute haben häufig eine ganz andere Sprache und keine Hemmungen, Dinge anzusprechen. Ich höre regelmässig, dass sie mir gewisse Dinge erzählen, die sie noch nicht einmal der psychiatrischen Fachperson anvertraut haben. Wir sind eine Peergroup, Gleichgesinnte quasi und auf Augenhöhe. Aber es ist natürlich wichtig, dass der Peer eine gesunde Distanz zu seiner Geschichte hat. Man kann schnell in einer Situation landen, wo man nicht mehr genau weiss, wer welche Rolle hat. Und es geht ja eben nicht um Rollen, sondern um den Erfahrungsaustausch.

Betroffene als Expertinnen und Experten ernst zu nehmen ist eher eine neue Tendenz. Wie schätzen Sie diese Entwicklung ein?

Ich bin hier ein wenig kritisch eingestellt: Ich höre von Leuten, die sich schon während eines Klinikaufenthalts mit Organisationen vernetzen, die Peer-Beratung anbieten. Ich muss hier ein wenig vorsichtig sein, aber es gibt tatsächlich Leute, die gezielt Netzwerke aufbauen, weil sie gemerkt haben, dass im Peerbereich Geld zu holen ist, dass es ein Trend ist. Diese Netzwerke nehmen jeden, der sich anbietet, ohne diese Menschen wirklich zu kennen. Ohne zu wissen, ob diese Leute eine Distanz zu ihrer Geschichte entwickelt

haben, ohne zu wissen, wie es diesen Leuten wirklich geht und ob sie in der Lage sind, so zu arbeiten. Zu Peer-Arbeit, und das klingt sicher ein wenig anmassend, muss man fast geboren sein. Im therapeutischen Setting erlebe ich immer wieder, dass Menschen, die noch in Therapie sind, auch im sozialen Bereich aktiv werden wollen. Sie wollen helfen. Und durch Helfen kann man eben auch von den eigenen Problemen ablenken.

Deshalb ist es für mich ganz wichtig, dass eine Distanz da ist zu den eigenen Themen, dass eine Versöhnung mit der Vergangenheit stattgefunden hat. Wenn ich viele wunde Punkte habe, dann wird, früher oder später, ein solcher Punkt getroffen. Wenn man hier die Distanz nicht hat, kann man nicht adäquat reagieren und je nachdem mehr schaden als nützen.

Arbeiten Sie auch in der Prävention oder vor allem mit Betroffenen?

Ich besuche vermehrt Schulklassen und versuche dies in Zukunft noch besser zu vermarkten. Prävention ist sehr wichtig. Es sind vor allem Oberstufenklassen, in denen ich Referate halten durfte. (. . .)

Fortsetzung:

www.blaueskreuz.ch/news/detail/sucht-ist-keine-lebensdiagnose





Nach der Covid-Pause – ein Gartenfest!

Anlässlich der Einweihung einer Blaukreuz-Fahne haben wir zu einem Gartenfest an unseren Geschäftssitz eingeladen. Bei Häppchen und Mocktails verbrachten die Gäste einen schönen Nachmittag miteinander.

Nach einer langen Pause mit Lockdown und Social Distancing hielten wir den Zeitpunkt für gekommen, eine Handvoll Freunde und Bekannte zu einem Fest im Garten der Villa Bovet – benannt nach dem Mitgründer des Blauen Kreuzes, Pfarrer Arnold Bovet – an unserem Geschäftssitz einzuladen.

Rund vierzig Personen nahmen am Nachmittag des 24. Septembers bei strahlendem Spätsommerwetter auf den auf der Wiese aufgestellten Bänken Platz und lauschten den Klängen der eigens angereisten Blaukreuzmusik La-Chaux-de-Fonds. Zwei Jahre lang hatte diese wegen der Covid-Pandemie nicht öffentlich spielen können. Es war, als hörte man von den versammelten Anwesenden einen Seufzer der Erleichterung:

Ja, mit den modernen Kommunikationsmitteln sparen wir viel Zeit. Und nein, diese Mittel genügen nicht für eine gedeihliche Zusammenarbeit zwischen den Mitarbeitenden, den über die Schweiz verteilten Blaukreuzorganisationen und die Kontaktpflege mit unseren externen Partnern. Daran erinnerte der Zentralpräsident Philipp Hadorn in seiner Festansprache, nachdem der Geschäftsführer Didier Rochat die Gäste willkommen geheissen hatte.

Dann stand die Einweihung einer Blaukreuz-Fahne auf dem Programm, dem eigentlichen Anlass des Gartenfests. Die Fahne zieht jetzt nur einen Steinwurf vom Bahnhof Bern entfernt die neugierigen Blicke der Bahnreisenden, Autofahrenden und

Fussgängerinnen und Fussgängern auf sich. Das blauweisse, dreieinhalb Quadratmeter grosse Tuch erinnert daran, dass es das Blaue Kreuz in der Bundesstadt und über das ganze Land verteilt gibt, und dass wir stolz darauf sind, fürs Blaue Kreuz und für unsere Hilfs- und Präventionsangebote Flagge zu zeigen.

Das Catering-Team des vom Blauen Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg betriebenen Treffpunktes Azzurro verwöhnte die Eingeladenen mit Köstlichkeiten, und unserer Hausbar, die Blue Cocktail Bar, zauberte feine Mocktails in die Gläser. Die Mitarbeitenden des Dachverbands mischten sich unter die Gäste und sorgten dafür, dass sich diese im Garten der Villa Bovet wie zu Hause fühlten.

Impressum

BLAUES KREUZ
Verbandszeitschrift des Blauen Kreuzes Schweiz
ISSN 0006 – 4629
www.blaueskreuz.ch
Erscheint sechsmal jährlich.
Auflage: 2284 (WEMF-beglaubigt)
Redaktion: Lukas Weber

Zuschriften bitte an

Redaktion BLAUES KREUZ
Blaues Kreuz Schweiz, Lindenrain 5, 3012 Bern
Telefon 031 300 58 60, redaktion@blaueskreuz.ch

Adressänderungen, Inserate, Abonnemente, Versand und Probenummern

Blaukreuz-Verlag Bern, Lindenrain 5, 3012 Bern
Telefon 031 300 58 66, verlag@blaueskreuz.ch
Postkonto 30-437-0

Layout und Druck

Brüggli Medien, 8590 Romanshorn

Anzeigen

Anzeigentarif auf
www.blaueskreuz.ch/bk-anzeigentarif
Redaktions- und Insertionsschluss für Nr. 1/2022:
Freitag, 15. Dezember 2021

Im Rückspiegel

