

Berühmte Personen, die keinen Alkohol trinken, Folge 27

Thomas Cook

Der britische Unternehmer gilt als Begründer des Pauschaltourismus. Seine Tätigkeit als baptistischer Prediger und sein soziales Engagement trugen ihm die Bezeichnung «weltlicher Heiliger» ein. Ein wichtiges Anliegen des abstinent lebenden Thomas Cook war der Kampf gegen den weit verbreiteten Alkoholismus seiner Zeit.



Thomas-Cook-Denkmal in Whitby, England.

Thomas Cook wurde am 22. November 1808 in der kleinen Ortschaft Melbourne im Distrikt Derbyshire in England geboren und wuchs als einziges Kind von John und Elizabeth Cook auf. Die Eltern waren Baptisten – Elizabeth Cook war die Tochter eines Pfarrers. Sie lebten in bescheidenen Verhältnissen. Seinen Vater kannte der Junge kaum; er starb, als er noch keine vier Jahre alt war.

Das Geld der Familie war knapp, so dass Thomas Cook bereits im Alter von zehn Jahren zum Lebensunterhalt der Familie beitragen musste. In seinem ersten Job als Gärtnergehilfe verdiente er einen Penny pro Tag. Später arbeitete Cook als Verkäufer in einer Gärtnerei. Während dieser Zeit half er gelegentlich seiner Mutter aus, die einen Laden für Töpferwaren und Bücher betrieb. Im Jahr

1822 erlernte der damals 14-Jährige bei seinem Onkel John Pegg das Tischlerhandwerk. Eine Zeit lang lebte er auch bei ihm und bekam hautnah mit, wie die Alkoholabhängigkeit das Leben eines Menschen zerstören konnte. Diese Erfahrung und der weit verbreitete Alkoholismus gerade in den ärmeren Bevölkerungsschichten legten den Grundstein für Thomas Cooks Engagement gegen den Alkoholismus und für seinen Wunsch, die Menschen «weg von der Ginflasche» und hin zu sinnvollen Aktivitäten zu bewegen.

Schon als Jugendlicher war Thomas Cook sehr gläubig. Im Alter von 17 Jahren soll er ein tiefes spirituelles Erlebnis gehabt haben, das seinen Glauben noch verstärkte. Zwei Jahre später beschloss er, sich künftig auch geistlich zu engagieren. Als Wanderprediger



Liebe Leserin, lieber Leser

Bereits zum vierten Mal haben wir mit dem Dry January eine Diskussion über Alkohol und Trinkgewohnheiten ausgelöst und damit nicht nur zur persönlichen Auseinandersetzung angeregt, sondern auch eine öffentliche Debatte ausgelöst. In der Bevölkerung stösst der Dry January auf positive Resonanz und eine hohe Beteiligung. Allerdings gibt es politischen Widerstand von der Lobby der Alkoholindustrie. Der Umsatz mit alkoholischen Produkten in der Schweiz wird auf 11 Milliarden Franken geschätzt. Präventionsbemühungen, die den Absatz und damit den Gewinn beeinflussen, sind für die Alkoholindustrie eine Gefahr.

Alkohol steht ganz oben auf der Liste der konsumierten Suchtmittel. Es braucht Massnahmen auf mehreren Ebenen. Sensibilisierungskampagnen müssen Hand in Hand mit strukturellen Veränderungen gehen. Zu den wirksamsten Massnahmen gehören die Erhöhung der Steuern auf Alkohol sowie die Einschränkung der Werbung und der Verfügbarkeit im Einzelhandel. In Kombination mit verhaltenspräventiven und kommunikativen Massnahmen reduzieren sie wirksam die Schäden und Folgekosten. Angesichts der politischen Hürden und der sozialmedizinischen Problemdimension ist das Blaue Kreuz gefordert, gemeinsam mit anderen Fachorganisationen politisch Einfluss zu nehmen und dem Lobbying der Alkoholindustrie entschieden entgegenzutreten.

Monika Huggenberger
Bereichsleiterin Facharbeit und
stv. Geschäftsführerin



Das Reiseunternehmen Thomas Cook gibt es nicht mehr – es ging 2019 in Konkurs.

seiner Baptistengemeinde brachte Thomas Cook das Wort Gottes unter die Leute, verteilte Traktate, arbeitete als Sonntagschullehrer und gründete in den südlichen Midlands eigene Sonntagsschulen. Geld verdiente er damit kaum, aber das war ihm auch nicht wichtig: Was er tat, tat er aus innerer Überzeugung. Obwohl Cook ein strenggläubiger und eifriger Baptist war, zeigte er sich anderen protestantischen Gruppierungen gegenüber tolerant. Im Jahr 1829 zog er nach Barrowden in der Grafschaft Rutland um, wo er Marianne Mason kennen und lieben lernte. Am 2. März 1833 heirateten die beiden und ein knappes Jahr später, am 13. Januar 1834, wurde ihr Sohn John Mason Cook geboren. Eine Tochter, Annie Elizabeth, kam am 21. Juni 1845 zur Welt, doch sie starb jung: Mit nur 35 Jahren kam sie bei einem Unfall ums Leben. Diese Tragödie traf Thomas und Marianne Cook so schwer, dass sie jahrelang mit gesundheitlichen Problemen zu kämpfen hatten. Dazu gehörte auch eine Schwächung der Sehkraft, von der sich Thomas Cook sein Leben lang nicht erholte.

Pionier der Pauschalreisen

Neben seiner Tätigkeit als baptistischer Prediger beteiligte sich Thomas Cook schon in jungen Jahren im Rahmen von Anti-Alkohol-Kampagnen an Grossveranstaltungen, Demonstrationszügen und der Verteilung von Aufklärungsbroschüren. Dieses Engagement war es, das ihn dazu veranlasste, seine erste Reise zu organisieren: Am 5. Juli 1841 fuhren 570 Aktivistinnen und Aktivisten der Abstinenzbewegung per Bahn von Leicester ins 28 Kilometer nördlich gelegene Loughborough. Für den Ausflug, der neben der Fahrt und der Teilnahme an einer Kundgebung auch musikalische Unterhaltung und ein einfaches Picknick beinhaltete, zahlten die Reisenden den Sonderpreis von einem Schilling pro Person. Diese Gruppenreise gilt als die Geburtsstunde des Massentourismus.

Schon bald entstand die Idee, weitere Ausflüge zu organisieren. Im Reisen entdeckte Thomas Cook eine Möglichkeit, dem Alkoholkonsum positive Erlebnisse entgegenzusetzen. Nach dem Motto «Reisen statt Saufen» versuchte er, vor allem Menschen

aus der Arbeiterschicht mit Natur- und Gemeinschaftserlebnissen etwas Besseres zu bieten als die kurzfristige Betäubung durch Alkohol. Sein Ziel war es, «Menschen mit Menschen und Menschen mit Gott zu verbinden». Dass Thomas Cooks Reisen so günstig und damit auch für Menschen aus ärmeren Schichten erschwinglich waren, war nicht zuletzt seinem Verhandlungsgeschick zu verdanken. Er handelte mit den Reise- und Unterhaltungsanbietern immer die besten Preise aus. So folgten auf die erste Reise viele weitere auf dem im Zuge der Industrialisierung wachsenden Bahnnetz und per Schiff. Die nächsten Reisen führten nach Schottland und 1851 zur Weltausstellung nach London. Nur 15 Jahre später reiste Thomas Cook zum ersten Mal nach Amerika. Im Jahr 1869 bot er die erste Pauschalreise an: eine von ihm selbst geleitete Reise nach Ägypten. 1872 organisierte er schliesslich eine 222-tägige Weltreise, bei der rund 40 000 Kilometer zurückgelegt wurden. Auch die ersten Nilkreuzfahrten gehen auf Thomas Cook zurück – ein Meilenstein des Massentourismus, denn

erstmalen konnten sich auch ärmere Menschen solche Ferien leisten.

Nachdem sein Geschäft etabliert war, organisierte Thomas Cook auch Staatsbesuche für ausländische Staatsoberhäupter, zum Beispiel einen für Kaiser Wilhelm II. nach Palästina. Thomas Cooks Reisen führten immer wieder in Gebiete, die in der Bibel erwähnt werden. Das war kein Zufall. Der gläubige Cook interessierte sich besonders für diese Gegenden und hoffte auch, dass der Glaube der christlichen Reisenden vertieft und gefestigt würde, wenn sie die Orte und Stationen im Leben von Jesus Christus selbst sehen würden. Je nach Zielort handelte es sich bei den Reisenden um Baptisten oder andere Gläubige oder einfach nur um Menschen, die sich eine Auszeit von der Arbeit gönnen wollten.

Geschäftsmann, aber nicht geldgierig

«Ein Hoch auf die Reise, auf die billige, billige Reise!» Diese von Thomas Cook überlieferte Aussage hört sich marktschreierisch an. In der Tat war Cook ein gewiefter Unternehmer, der mit seinem Organisationstalent und seiner Voraussicht dafür sorgte, dass die Reisen reibungslos abliefen und die Teilnehmenden schon im Voraus wussten, was sie für ihr Geld bekommen würden. Dabei ging es ihm nie darum, möglichst viel Geld zu verdienen. Im Vordergrund stand immer das soziale Engagement für die ärmere Bevölkerung.

Das war auch in seinem persönlichen Umfeld bekannt, als er 1871 mit seinem Sohn John Mason Cook das Unternehmen Thomas Cook and Son gründete. Im Gegensatz zu seinem Vater war der Sohn ein knallharter, sehr gewinnorientierter Geschäftsmann. Schon bald trug er wesentlich zum finanziellen Aufblühen des expandierenden Unternehmens bei. Die unterschiedlichen Auffassungen von Vater und Sohn führten zunehmend zu Spannungen. Letzterer kritisierte weniger den Idealismus seines Vaters als dessen wirtschaftliche Ineffizienz. Er störte sich auch an der Bevorzugung seiner baptistischen Glaubensgenossen gegenüber anderen Passagieren. Die Spannungen führten dazu, dass sich Thomas Cook 1879 aus dem Geschäft zurückzog. Thomas fühlte sich von der nachfolgen-

den Generation schlecht behandelt und verdrängt. John Mason hielt seinen Vater für einen Träumer. 1878 wurde John Mason Cook alleiniger Geschäftsführer des Unternehmens. Sein Vater erhielt von da an nur noch eine feste Rente. Bis zu Thomas Cooks Tod hatten Vater und Sohn nur noch sporadischen Kontakt. Am 18. Juli 1892 starb Thomas Cook in Leicester. Sein Sohn überlebte ihn um nur sechs Jahre.

Ein reiches Erbe für die Nachwelt

Das Unternehmen Thomas Cook and Son bestand bei seiner Gründung aus einem einzigen Reisebüro. Bald entstanden Reisebüros, die immer mehr Ziele auf der ganzen Welt anboten. In seiner Blütezeit gehörte das Unternehmen zu den grössten Reiseveranstaltern und war das erfolgreichste der Welt.

Bis 1928 blieb Thomas Cook and Son in Familienbesitz: Nach John Mason Cook führten zwei Enkel des Firmengründers, Frank und Ernest Cook, das Unternehmen weiter. Später wurde es von anderen Reiseveranstaltern aufgekauft und gehörte zuletzt der Condor & Neckermann Touristik. Nach einer Fusion mit MyTravel Group hiess das Unternehmen ab 2007 Thomas Cook Group.

Thomas Cooks Unternehmen war in mehrfacher Hinsicht eine Pionierleistung. So war es 1896 offizieller Reiseveranstalter der Olympischen Spiele in Athen. 1919 bot es als erster britischer Reiseanbieter Flugreisen an. Aus

dem Unternehmen von Thomas Cook gingen vor allem in der späteren Firmengeschichte mehrere Tochterfirmen hervor, die zum Teil bis heute fest in der Reisebranche verankert sind. Dazu gehören beispielsweise Tjäreborg, Neckermann, Sunworld Holidays, Ifs sowie verschiedene Niederlassungen mit dem Namen Thomas Cook. Stolz 148 Jahre lang bestand das Unternehmen. Im Herbst 2019 meldete es Insolvenz an und stellte sämtliche Geschäftsaktivitäten ein.

Ohne den Pioniergeist von Thomas Cook hätte sich die Reisebranche sicher anders entwickelt. Die neue Form des Reisens war dank ausgeklügelter Planung bequemer und durch Mengenrabatte deutlich günstiger als die bis dahin üblichen Reisen und wurde auch für die wachsende Mittelschicht erschwinglich. Cook war der erste, der Reisen als Gesamtpaket verkaufte. Am Prinzip der Pauschalreise hat sich bis heute wenig geändert.

Thomas Cook organisierte und dokumentierte seine Reisen minutiös. Ein Teil seiner Reisehandbücher ist bis heute erhalten geblieben. Auch war er begabt darin, einfache Lösungen für verschiedene Probleme zu finden. So wurde er zum Erfinder von noch heute gebräuchlichen Instrumenten wie zum Beispiel dem Reisecheck, dem Hotelgutschein oder dem Reisekatalog. Damit hat sich Thomas Cook einen unvergessenen Platz in der Geschichte des modernen Reisens gesichert.



Unterstützen Sie uns,
damit wir andere
unterstützen können.



IBAN CH62 0900 0000 3000 8880 3
www.blaueskreuz.ch/spende



Mit dem Dry January zu einem gesünderen Lebensstil



Mehr als nur ein Neujahrsvorsatz – der Dry January ist eine Bewegung, die sich positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden auswirkt. Eine von der Organisation Sucht Schweiz durchgeführte Umfrage unterstreicht die Vorteile der Aktion.

Der Dry January lädt zu einem alkoholfreien Januar ein und regt dazu an, das eigene Trinkverhalten zu überdenken. In der Schweiz fand er dieses Jahr zum vierten Mal statt und wird vom Blauen Kreuz, der GREA, dem Fachverband Sucht und Sucht Schweiz koordiniert.

Sucht Schweiz hat eine repräsentative Umfrage zum Dry January durchgeführt, um die Bekanntheit, die Einstellung und die durch den Dry January ausgelösten Verhaltensänderungen zu erfassen. Das Ergebnis ist eindrücklich: Mehr als die Hälfte der erwachsenen Schweizer Bevölkerung kennt den Dry January und rund 70 Prozent stehen ihm

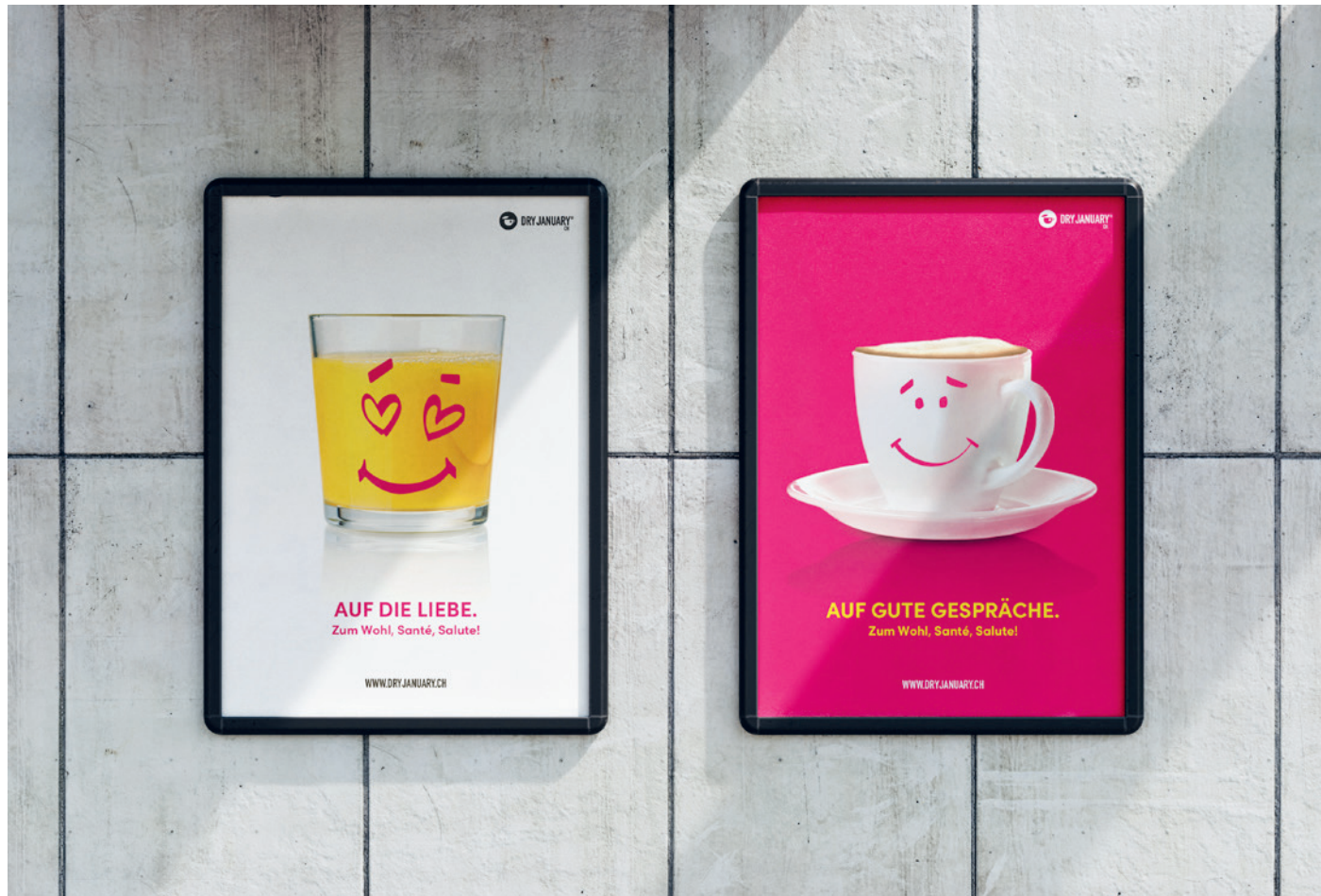
positiv gegenüber. Rund jede achte Person hat im vergangenen Januar daran teilgenommen und die Hälfte davon hat den ganzen Januar ohne Alkohol durchgehalten. Die Zahlen belegen nicht nur die Beliebtheit des Dry January, sondern auch seine Machbarkeit und Wirksamkeit.

Die positiven Auswirkungen des Alkoholverzichts sind vielfältig. Die Teilnehmenden berichten von einem gesteigertem Wohlbefinden, besserem Schlaf und mehr Energie. Diese Verbesserungen fördern nicht nur die Gesundheit, sondern stärken auch das Selbstvertrauen, indem sie zeigen, dass man in der

Lage ist, eine bewusste Entscheidung über den eigenen Konsum zu treffen. Bemerkenswert ist, dass einige Teilnehmende ihren reduzierten Alkoholkonsum auch nach dem Ende des Dry January beibehalten haben.

Bericht:

www.suchtschweiz.ch/press/dry-january-mitmachen-lohnt-sich-laut-umfrage



Aus der Region

Suchthilfe im Kantonsspital Liestal

Die Früherfassung von Menschen mit problematischem Alkoholkonsum ist ein zentrales Thema in der Suchthilfe. Der Stiftung Blaues Kreuz beider Basel/MUSUB ist es gelungen, mit dem Kantonsspital Liestal eine Zusammenarbeitsvereinbarung zu schliessen, wonach das Blaue Kreuz dort neu eine wöchentliche Konsumsprechstunde anbietet.

Patientinnen und Patienten mit einem risikoreichen Alkohol- oder Drogenkonsum werden von den behandelnden Ärztinnen und Ärzten des Kantonsspitals heute direkt angesprochen und motiviert, an einem Beratungsgespräch im Kantonsspital teilzunehmen. Willigt die Patientin oder der Patient in eine Beratung ein, wird ein Termin mit der Fachstelle des Blauen Kreuzes in Liestal vereinbart.

Die Konsumsprechstunde im Spital findet jeweils am Donnerstagnachmittag in einem extra dafür zur Verfügung gestellten Raum statt. Das Angebot wurde Ende Jahr lanciert und ist hervorragend angelaufen: Die Sprechstunden sind für die nächste Zeit praktisch ausgebucht!



Die Gute Nachricht

*Der Glaube aber ist die Grundlegung dessen, was man erhofft, der Beweis für Dinge, die man nicht sieht.
(Hebräer 11,1)*

Glaube gehört zu den Paradewörtern der Kirche. «Glaube» ist im Neuen Testament die Übersetzung der griechischen Wörter «pistis» und «pisteuein». Der Stamm «pist» hängt mit «peithein» zusammen, dessen Urform «bheidh» so viel wie trauen und überreden bedeutet. Im griechischen Alten Testament steht «pistis/pisteuein» fast ausschliesslich für den hebräischen Wortstamm «aman». Er bedeutet «fest, zuverlässig, sicher sein». Das vielzitierte Amen in der Kirche bedeutet also «Gewiss, so ist es und so gilt es!». Es lässt sich auch mit «wahrlich» übersetzen.

Die Bedeutung «fest sein» teilt das hebräische Wort mit einem deutschen Stamm, zu dem «treu» und «trauen» gehören. An der zitierten Stelle im Hebräerbrief bezeichnet die Zürcher Bibel den Glauben als Grundlegung.

Überzeugt werde ich von aussen, von oben. «Überzeugen» seinerseits kommt von «ziehen». Ich werde gezogen, gleichsam vor ein Gericht als Entscheidungsinstanz. Dort werde ich aus dem Irrtum und dem Selbstbetrug in die Wahrheit gezogen. Glaube ist also immer das, wovon der Mensch lebt. Hier findet er Halt, hier schöpft er Trost. Er schafft ihn nicht selbst. Gott schenkt es ihm. Er muss ihn nur entdecken und nutzen.

Peter Ruch
Pensionierter reformierter Pfarrer

Herzliche Einladung zum Blaukreuz-Bibelkurs

Vier Referate zum Thema «Hoffnung»
sowie ein Ausflug und Gemeinschaftspflege

28. bis 31. Mai 2024
in Montmirail, Thielle (NE)

Programm und Anmeldung:
Hansruedi Seiler, Chasseralstrasse 7, 3063 Ittigen
031 921 16 14, hansruedi.seiler@hispeed.ch

Anmeldeschluss: 15. April 2024



Bärenhöfli

essen/trinken/treffen

Zeughausgasse 41, 3011 Bern

baerenhoefli.ch

Mittagstisch

schnell, günstig
und gesund

Abendkarte

leichte, frische Gerichte

Bärenhöfli Öpfuchüechli

der süsse Klassiker

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

SOMMERFREUDEN IN DAVOS



Bus & RHB
GRATIS
Diverse Aktivitäten &
Bergbahnen
VERGÜNSTIGT

www.seebüel.ch

Seebüel
Hotel *** Café ▪ Restaurant ▪ See



Gemütliche Atmosphäre und Gastlichkeit wird bei uns gross geschrieben.

Petersgraben 23 | CH-4051 Basel
Tel. +41 61 261 81 40 |
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.



Heimgegangene

Blaues Kreuz Aargau – Luzern

Margrith Bär, 91 Jahre

Blaues Kreuz Grabs

Agathe Eggenberger, 89 Jahre

Blaues Kreuz SG – Appenzell

Ernst Heuscher, 91 Jahre

Walter Vetsch, 92 Jahre

Profitieren Sie von 10% Rabatt und den genossenschaftlichen Vorteilen!



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

Suchtprävention in Togo

Im kleinen westafrikanischen Land Togo spielt das Blaue Kreuz eine wichtige Rolle in der Suchtprävention. Ein Projekt richtet sich an Jugendliche in benachteiligten Stadtteilen von Lomé, die vom internationalen Drogenhandel geprägt sind.

Flavia Ganarin, IBC

Der Hafen von Lomé ist ein wichtiger Umschlagplatz für Drogen. Neben Cannabis und Alkohol sind viele Jugendliche vom Schmerzmittel Tramadol abhängig.

Der Schwerpunkt des Projekts liegt auf der Verhältnisprävention, die auf die Verbesserung des Lebensumfelds der Betroffenen abzielt. Das Blaue Kreuz Togo wird bei der Umsetzung vom Internationalen Blauen Kreuz (IBC) begleitet und vom Blauen Kreuz Schweiz finanziell unterstützt.

Strukturelle Prävention ist in vielen IBC-Partnerländern schwierig, weil entweder der politische Wille oder das nötige Know-how fehlen. Die Regierung von Togo hat die vielfältigen Probleme, die der hohe Drogenkonsum unter Jugendlichen mit sich bringt, erkannt und der Prävention Priorität eingeräumt. Die Regierung bezeichnet den hohen Drogenkonsum als «stille Epidemie» und hat einen Bericht in Auftrag gegeben, um Massnahmenvorschläge für die Entwicklung einer Präventionsstrategie zu sammeln. Das Blaue Kreuz Togo war Mitglied einer interministeriellen Arbeitsgruppe, die den Bericht erstellt hat.

In ihrem Zwischenbericht fordert die Arbeitsgruppe unter anderem eine verstärkte Koordination und evidenzbasierte Aufklärungs- und Präventionsprogramme. Investitionen in die Prävention schützen nicht nur die Jugend, sondern fördern langfristig auch die Entwicklung, die Sicherheit und den Frie-



Jugendliche in Lomé (Togo) an einem Life Skills Training.

den. Für jeden Dollar, der in die Suchtprävention investiert wird, spart der Staat laut Bericht 10 bis 20 Dollar bei der Schadensbewältigung. Weniger Drogenkonsum bedeutet einen dynamischeren Arbeitsmarkt, höhere Steuereinnahmen, geringere Gesundheitskosten, weniger Gewaltdelikte usw.

Die Empfehlungen betonen die Notwendigkeit eines ganzheitlichen und koordinierten Ansatzes, der Kapazitätsaufbau, Schulungen und Partnerschaften mit Organisationen der Zivilgesellschaft umfasst. Ein Schwerpunkt liegt auf der Mobilisierung von Akteurinnen und Akteuren in den Gemeinden, religiösen Führungspersonlichkeiten und den Medien, um das Bewusstsein für die Zusammenhänge zwischen Drogenkonsum, Gewalt, Terrorismus und Kriminalität zu schärfen. Eine weitere Empfehlung ist die Einrichtung

eines Fonds zur Unterstützung von Nichtregierungsorganisationen (NGOs), die sich für die Reduzierung der Drogennachfrage einsetzen.

Isidore Ayaovi Motchon, Projektkoordinator des Blauen Kreuzes Togo und Mitglied der Regierungsarbeitsgruppe, zeigt sich hoffnungsvoll: «Zum ersten Mal hat die Regierung die vom Blauen Kreuz Togo gesammelten Daten über den Konsum von Alkohol und anderen Drogen genutzt, um eine Strategie zu entwickeln. Die Wichtigkeit, in Verhaltens- und Verhältnisprävention zu investieren, ist nun allgemein anerkannt, was den laufenden Präventionsprojekten mehr Sichtbarkeit und Unterstützung verschafft. Nachhaltige Suchtprävention ist nur möglich, wenn die Zivilgesellschaft und die Regierung zum Wohle unserer Bevölkerung zusammenarbeiten.»

Unter **Verhältnisprävention** verstehen wir sogenannte umgebungsorientierte Massnahmen. Diese setzen an den über das Individuum hinausgehenden Entstehungsbedingungen wie Lebens- und Arbeitsbedingungen, Gesetzgebung oder die Gesundheits- und Sozialpolitik an. Verhältnisprävention wird auch als strukturorientierte oder **strukturelle Prävention** bezeichnet, da sie an den Strukturen ansetzt, die die eigentlichen Zielpersonen umgeben. Beispiele sind Alters- und Werbebeschränkungen, Verfügbarkeits- und Preiskontrollen, aber auch die Gestaltung von Rahmenbedingungen wie der Bildungspolitik, Massnahmen gegen die Jugendarbeitslosigkeit oder eine gerechte Verteilung von Ressourcen.

Co-Abhängigkeit: Wenn Symbiose zerstörerisch wird

Daniela Danis ist Psychotherapeutin und arbeitete über zwanzig Jahre lang in der Klinik La Métairie in Nyon. Sie ist Autorin des Buches «Au cœur de la codépendance».



Frau Danis, Sie sprechen vom Phänomen der Symbiose. Wie kommt es dazu?

Manchmal entsteht sie zu Beginn der Beziehung, manchmal erst, wenn sich die Abhängigkeit entwickelt. In dieser Symbiose verlässt sich der Süchtige auf den Co-Abhängigen und sucht keine Hilfe ausserhalb der Beziehung. Das ist eine Falle! Manche symbiotischen Beziehungen sind unproblematisch: Die Menschen sind sehr eng miteinander verbunden und machen alles gemeinsam. Der Unterschied in diesen Fällen ist jedoch, dass die Suchterkrankung nicht im Zentrum der Beziehung steht. Bei einer Suchterkrankung mischen sich die Angehörigen ein, ohne es zu merken, und hindern den anderen daran, Hilfe zu suchen. Nach und nach stellen sich bei den Angehörigen Schuld- und Schamgefühle ein; sie sagen sich: «Ich bin nicht gut genug, ich bin eine schlechte Ehefrau, ein schlechter Vater, mein Angehöriger konsumiert wegen mir».

Und sie fühlen sich ausgebrannt.

Ja, aber das ist gut so! Wenn Menschen erschöpft sind, achten sie mehr auf ihre Grenzen und auf das, was ihnen wirklich wichtig ist. Sobald sie wieder Energie haben, funktionieren sie wie gewohnt und fühlen sich allmächtig. Es ist aber wichtig, dass sie dem anderen den Raum geben, damit dieser den Tiefpunkt erreicht.

Wie sollen wir also reagieren, wenn uns jemand sagt, dass er als Angehöriger erschöpft ist?

Anstatt sein Allmachtsgefühl zu stärken, kann man ihm Fragen stellen wie «Warum kannst du nicht mehr? Hat das, was du bisher unternommen hast, etwas gebracht? Welche Alternativen gibt es?» Die Person muss erkennen, dass ihre Bemühungen und Opfer zu nichts führen. Solange die Person «kann», verstärkt sich die symbiotische Situation.

Sie vergleichen die Mechanismen der Abhängigkeit mit denen der Kontrolle. Warum?

Während auf der einen Seite der Alkohol die Obsession ist, besteht auf der Seite des Co-Abhängigen die Obsession darin, die Kontrolle über den abhängigen Angehörigen zu behalten. Warum? Um zu überleben und um jeden Preis ein Chaos zu vermeiden. Das Schlimme ist, dass Sucht eine Krankheit ist, die sehr gut behandelt werden kann! Man muss also nicht unter den Folgen leiden. Man kann einen Ausweg finden, aber man muss die Mittel dazu kennen und annehmen, zum Beispiel Gesprächsgruppen oder Treffen mit sogenannten Peers, die selbst einmal alkoholabhängig waren. Für die Angehörigen ist die einzige Strategie, die funktioniert, Grenzen zu setzen. Liebe ja, aber eine Liebe, die fest ist.

Wie erleben Angehörige den Klinikaufenthalt einer alkoholkranken Person?

Für die Angehörigen ist der Klinikaufenthalt eine Auszeit, die als grosse Erleichterung empfunden wird. Als ich in der Klinik La Métairie arbeitete, traf ich manchmal die Kinder der Patienten. Die meisten Eltern erzählten ihren Kindern jedoch nicht, warum sie in die Klinik eingeliefert wurden. Um sie zu schützen, erzählten einige, sie seien in den Urlaub gefahren. Denjenigen, die die Wahrheit sagten, ging es aber am besten. Die anderen hatten ständig Angst, Bekannten in den umliegenden Geschäften oder Cafés zu begegnen, und waren in ihrer Lüge gefangen.

Aus: Exister No 31 (August 2023). Das Interview führte Laetitia Gern, Verantwortliche für Kommunikation und Fundraising beim Croix-Bleue romande. Übersetzung und Abdruck mit freundlicher Genehmigung des Croix-Bleue romande.

Impressum

BLAUES KREUZ
Verbandszeitschrift des Blauen Kreuzes Schweiz
ISSN 0006 – 4629
www.blaueskreuz.ch
Erscheint sechsmal jährlich.
Auflage: 1497 (WEMF-beglaubigt)

Redaktion: Lukas Weber

Layout und Druck

Brüggli Medien, 8590 Romanshorn

Zuschriften sowie Adressänderungen, Inserate, Abonnemente, Versand und Probestunden an
Redaktion BLAUES KREUZ

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

Anzeigen

Tarif auf www.blaueskreuz.ch/bk-anzeigentarif
Redaktions- und Insertionschluss für Nr. 3/2024:
14. April 2024