



Selbst aus vermeintlicher Aussichtslosigkeit kann ein Neuanfang entstehen. (Bild zvg)

«Ich bin wieder nützlich»

Wie W. G. aus der Sucht fand

Sucht betrifft viele Menschen, auch im Bezirk Affoltern. Gemäss der Suchtberatung Sozialdienst Bezirk Affoltern ist der Alkohol mit über 50 Prozent Anteil an Beratungen nach wie vor an oberster Stelle der Abhängigkeitsformen, dicht gefolgt von illegalen Substanzen wie Kokain, Crack, Opiaten oder Amphetaminen. In den letzten vier Jahren haben jedoch die verhaltensbezogenen Suchtformen wie Spiel-, Kauf-, Ess-, Gaming- oder Sexsucht stark an Bedeutung zugenommen. Im vergangenen Jahr machten diese Suchtformen mehr als 11 Prozent der Klientel in der Suchtberatung aus, was im Vergleich zu vor vier Jahren dreimal so viel ist. Der Leidensdruck ist bei nicht stoffgebundenen Süchten genauso gross wie bei stoffgebundenen Süchten. Umso wichtiger ist es, suchtbetroffene Menschen zu ermutigen, dass mit professioneller Unterstützung Wege aus der Sucht möglich sind. Eine solche Unterstützung hat auch W. G. aus dem Amt eingeholt.

Wenn man W. G. heute im Spital Affoltern im Sonnenberg sieht, fällt eines sofort auf: sein Lächeln. Der 60-Jährige aus dem Amt unterstützt dort als Freiwilliger das Pflgeteam – ruhig, verlässlich und mit spürbarer Freude. Dass W. G. heute wieder mitten im Leben steht, grenzt für viele an ein kleines Wunder. Vor gut einem Jahr sah sein Alltag noch ganz anders aus. «Ich war alleine, hatte kaum Kontakte und griff jeden Tag zur Flasche», erzählt er offen. Seine Katze war sein einziger Begleiter, die Wohnung oft still. Jahrzehntlang hatte ihn die Sucht fest im Griff. Die Opiatabhängigkeit hatte er mithilfe einer Substitution schon länger hinter sich lassen können, doch der Alkohol

blieb. Im Dezember 2024 meldete sich W. G. freiwillig bei der Suchtberatung Sozialdienst Bezirk Affoltern. «Wir verstanden uns sofort», erinnert sich sein Suchtberater, Michel Duc. Schnell war klar: W. brauchte eine intensive Therapie – aber auch eine Lösung für seine kranke Katze. Nach kurzer Suche fand sich ein Platz in der Berit Klinik in Wattwil, einer spezialisierten Einrichtung, die Kurzzeittherapien anbietet. Nach einem Monat kehrte W. G. zurück – entschlossen, sein neues Leben Schritt für Schritt aufzubauen. In enger Zusammenarbeit mit der Tagesklinik des Spitals Affoltern begann die Nachsorge. «W. setzte das, was er in der Therapie gelernt hatte, konsequent um», erzählt Michel Duc. Gemeinsam wurden eine Tagesstruktur, Rituale für die tägliche Selbstfürsorge und soziale Kontakte aufgebaut.

Heute ist W. G. ein Jahr abstinent – ohne Medikamente, ohne Rückfälle. Mehr noch: Er hat wieder Kontakt zu seinen Eltern aufgenommen. Nach vielen Jahren verbrachte die Familie gemeinsam Weihnachten und seinen Geburtstag. «Ich sehe mich jetzt sogar in der Lage, meine betagten Eltern zu pflegen. Das erfüllt mich – ich fühle mich wieder nützlich und kann ihnen etwas zurückgeben», sagt er mit Dankbarkeit und einem Lächeln.

W. G.s Geschichte zeigt, dass Veränderung möglich ist – auch nach Jahrzehnten der Abhängigkeit. Mit Mut, ehrlicher Begleitung und der richtigen Unterstützung kann selbst aus vermeintlicher Aussichtslosigkeit ein Neuanfang entstehen.