

**Stefan* ist Koch und trinkt
täglich. Dank guter Beratung
findet er Schritt für Schritt
zurück ins Leben.**

(*Name geändert)



Stefan* ist 52jährig und arbeitet als Koch. Er trinkt täglich 2,3 l Bier. Mittlerweile konsumiert er auch während der Arbeit. Sein Arbeitgeber meldet sich bei kontakt uri und möchte Stefan unterstützen, indem er ihm eine Suchtberatung vorschlägt.

Stefan sieht die Problematik und nimmt die Unterstützung an. Er ist froh, dass der Arbeitgeber ihm diese Chance gibt.

In den Beratungsgesprächen wird rasch klar, dass Stefan im Beruf grossem Stress ausgesetzt ist. Die anspruchsvolle Tätigkeit in der Küche, der raue Umgangston und die hektische Arbeit setzen ihm zu. Er hat kaum mehr Energie für andere Aktivitäten und soziale Kontakte. Er bleibt zu Hause vor dem TV und trinkt Bier. Hinzu kommt, dass Stefan aufgrund früherer Streitigkeiten aktuell keinen Kontakt zu seiner Ursprungsfamilie pflegt und auch die Nähe zu seinen eigenen Kindern vermisst, die relativ weit weg wohnen.

Schritt für Schritt zurück ins Leben

Mit Hilfe von kontakt uri schafft es Stefan, die verschiedenen «Baustellen» anzugehen und Schritt für Schritt erfolgreich zu bearbeiten. Es gelingt ihm, seine Freizeit besser zu strukturieren und Sinnhaftigkeit zu finden.

Er widmet sich wieder vermehrt seiner Sammlertätigkeit und hat Freude. Er findet den Mut, die Familienthemen anzugehen und so nimmt sein Alkoholkonsum stetig ab. Sein Chef bestärkt ihn weiter mittels naher Begleitung, offener Kommunikation und Auszeiten, wenn er diese benötigt.