

## Wissen vertiefen – Perspektiven erweitern – sich weiterentwickeln

Berner Fachhochschule, Gesundheit, Murtenstrasse 10, 3008 Bern, [gesundheits.bfh.ch](http://gesundheits.bfh.ch)



# «Zufall ist sein Lieblingswort»

Er weiss, wie Hoffnungsschimmer aussehen und kennt das Gefühl, wenn diese sich im Rückfall auflösen. Heute nutzt Chris Zeltner die Erfahrungen aus seiner «Drogenkarriere», um andere suchterkrankte Personen auf dem Genesungsweg zu unterstützen. Der Fachkurs «Leben mit der Sucht» der Berner Fachhochschule verhalf ihm dazu, noch behutsamer mit anderen Perspektiven umzugehen.

Als Chris Zeltner seinen Freunden erzählte, er werde einen Fachkurs mit dem Titel «Leben mit der Sucht» besuchen, reagierten sie verwundert. «Was willst du denn dort noch lernen?», fragten sie skeptisch und konstatierten: «Du weisst ja in- und auswendig, wie es ist, mit einer Sucht zu leben.»

Chris Zeltner spricht mit tiefer, klarer Stimme. Seine Ausführungen kommen wie aus einem Guss; wohlüberlegt und bedächtig formuliert. Der Klarheit seiner Sprache zuwiderlaufend mutet seine Lebensgeschichte an: Mit elf Jahren erhielt er Psychopharmaka verschrieben. Als 14-Jähriger entdeckte er Drogen und Alkohol. Statt die Matura folgten der Schulabbruch und eine «klassische Drogenkarriere»: Platzspitz, Letten, drei Langzeittherapien, dazwischen Gefängnisaufenthalte.

### Empowerment und Selbstbestimmung

Die Sucht ist von grosser Tragweite, bewohnt tiefe Winkel in der Persönlichkeit Chris Zeltners; zeigt einmal ihre dunkle Fratze, lässt ein anderes Mal Hoffnung aufschimmern. Seit siebeneinhalb Jahren ist Chris Zeltner abstinent. Das Wissen um die inneren Kämpfe, um Lichtblicke und Rückschläge prädestinieren den Zürcher dafür, andere suchterkrankte Personen auf ihrem Genesungsweg zu begleiten. Peer lautet seine Rolle, mit welcher er in psychiatrische Behandlungsprozesse involviert ist und sich für das Empowerment und die Selbstbestimmung der Patientin, des Patienten einsetzt. Anders ausgedrückt: Chris Zeltner wirkt als Mediator, vermittelt zwischen den Fachpersonen und den Patientinnen und Patienten. Durch den Fachkurs «Leben mit der Sucht», einem 2017 erstmals durchgeführten Weiterbildungsangebot der Berner Fachhochschule Gesundheit, will Chris Zeltner künftig «noch besser ins Behandlungssetting einwirken». Er will durch den Fachkurs wachsen – «in meinem Lebensthema».

### Mit anderen Überzeugungen umgehen

Acht Tage dauerte der Fachkurs – aufgeteilt auf den Zeitraum zwischen Oktober und Dezember 2017. «Eine intensive und fordernde Zeit», erzählt der 45-Jährige rückblickend, der nach ersten Erfahrungen als Streetworker heute in diversen Kliniken und Beratungsinstitutionen als Peer angestellt ist. Etliche Male habe er seine Komfortzone verlassen müssen, wie wohl alle Kursteilnehmenden. Genau darin liegt die Essenz der Weiterbildung: Teilnehmende sind sowohl Suchterkrankte und Fachpersonen wie auch Angehörige und eben Peers. Verschiedene Hintergründe und Erfahrungen treffen aufeinander.

«Die vermeintlich eindeutigen Definitionen von Suchterkrankten, Fachpersonen und Peers lockerten sich auf. Es war bereichernd und eindrücklich, dies mitzuerleben.»

«Ich vertrete die Überzeugung, dass jeder mit einer Suchterkrankung ein erfülltes und sinnvolles Leben führen kann», lässt Chris Zeltner verlauten. Abstinenz sei dazu der aus seiner Sicht richtige Weg – «nicht alle teilen diese Meinung. Dann sind von meiner Seite Toleranz, Empathie und Perspektivenwechsel gefragt.»

### Von Rollen zu Menschen

Herrschten anfangs Berührungängste vor, so die Wahrnehmung Chris Zeltners, wuchsen die Teilnehmenden im Laufe der Kurstage zu einer Klasse zusammen. «Die vermeintlich eindeutigen Definitionen von Personen mit einer Suchterkrankung, Fachpersonen und Peers lockerten sich auf», schildert er. «Es war bereichernd und eindrücklich, dies mitzuerleben.» Genau darin identifiziert Chris Zeltner die zentrale Ingredienz eines erfolgversprechenden, von den Beteiligten gemeinsam begangenen Genesungswegs: «Wir begehen den Weg nicht nur in unseren Rollen als Betroffene oder Fachpersonen, sondern als Menschen.» Eben dieses Bewusstsein erhofft er sich, künftig noch mehr in Behandlungsprozesse einzubringen.

Noch vor einigen Jahren konnte sich Chris Zeltner nicht vorstellen, «dass mein Leben einmal in diese Richtung gehen würde.» Dass er, der so viele Jahre mit sich gekämpft hat, der weiss, was Rückschläge bedeuten, heute Betroffene bestärkt, bezeichnet er als Zufall. Zufall – es ist sein Lieblingswort. «Da fiel mit etwas zu, quasi vor die Füsse – ich habe es aufgehoben und etwas damit aufgebaut.»

### Fachkurs «Leben mit der Sucht»

Nächste Durchführungen:  
16. Oktober bis 12. Dezember 2018  
Herbst 2019 (Daten folgen)

Weitere Informationen unter  
[gesundheits.bfh/weiterbildung](http://gesundheits.bfh/weiterbildung)