

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 26 (1984)  
**Heft:** 6: Süchte

## **Sonstiges**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## OB ICH EIN ALKOHOLIKER BIN

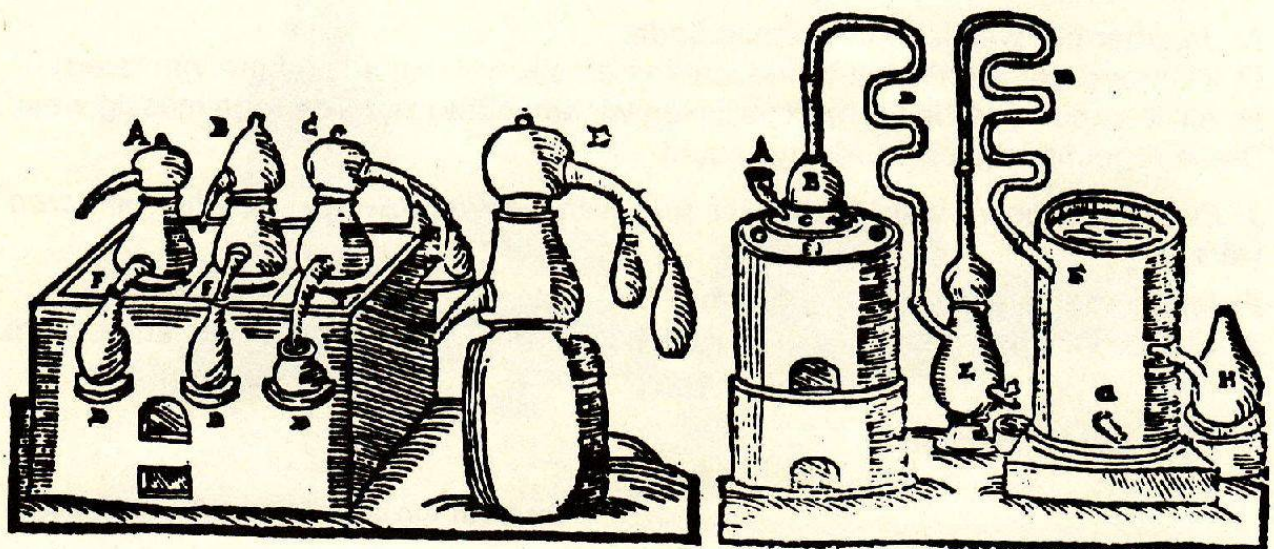
Ob ich ein alkoholiker bin, kann ich selber nicht so gut beurteilen. Das machen die lieben mitmenschen schon für mich. Es stimmt schon, gegen einen guten tropfen habe ich nichts, des öfteren kommen sogar recht viele tropfen zusammen, manchmal bin ich sogar stockbesoffen. Früher habe ich sogar haschisch gefixt, na und! Vor wem muss ich für so etwas geradestehen, wenn nicht zuerst vor mir selber.

Natürlich hätte ich die möglichkeit, abstinent zu werden, sogar von heute auf morgen, aber wäre ich dann glücklicher? Würden mir dann viele menschen zu so einer leistung gratulieren, oder würden sie dann kommen und sagen: Nimm ein gläschen, sei kein feigling, nur ein gläschen, sei doch nicht so stur.

Könnte ich in einer zeitschrift blättern, ohne auf alkoholwerbung zu stossen? Könnte ich mir einen film ansehen, in welchem kein schnaps getrunken wird? Könnte ich an einer hochzeitsfeier mit einem mineralwasser anstossen?

Welchen ersatz gäbe es für mich? Kaffee, tee, cola, schokolade, viel essen, Jesus, haschisch, tabak, schlagrahm, es gäbe noch vieles, aber mit alkohol und auch mit tabak verdient der staat mit. Ich will hier nicht auf zahlen eingehen, ich will doch niemandem angst machen.

Was, auch der Jiri Gajdorus ist so einer, dabel wäre er doch so ein flotter bursche und jetzt macht er noch so 'was. Siehste, man lernt nie aus.



# Ein leben

*Ich.*

*Ich und schule.*

*Ich, schule und freunde.*

*Ich, freunde und beruf.*

*Ich, familie, freunde, beruf und karriere.*

*Ich, familie, freunde, beruf, karriere und habsucht.*

*Ich, familie, freunde, beruf, karriere, habsucht und alkohol.*

*Ich, beruf, familie, habsucht und alkohol.*

*Ich, habsucht, alkohol und familie.*

*Ich, habsucht und alkohol.*

*Ich und alkohol.*

*Ich.*

Aus dem heft Ferment 10/83



FLÜCHTMITTEL

## Fakten zum alkoholproblem

(zusammengestellt von Ruth Buchmann)

Nach **Jellinek** gibt es vier typische formen von trinkverhalten:

**Alpha-trinker:** sie versprechen sich in krisensituationen erleichterung durch alkohol, zeigen eine gewisse abhängigkeit vom alkohol, ohne süchtig zu werden.

**Beta-trinker:** sie nehmen aus gewohnheit grössere mengen alkohol zu sich, ohne süchtig zu werden.

**Gamma-trinker:** alkoholranke, die nicht aufhören können, zu trinken.

**Delta-trinker:** gewohnheitstrinker, die jedoch in der lage sind, die alkoholmenge so zu kontrollieren, dass sie sich nicht sinnlos betrinken; trotzdem zeigen sie schwere entzugserscheinungen, da sie daran gewöhnt sind, ständig in einer alkoholdunstglocke zu leben (vielleicht sogar ohne jemals betrunken gewesen zu sein).

**Epsilon-trinker:** sogenannte quartalssäufer, die regelmässig oder unregelmässig krisen erleben, in denen sie sich betrinken, möglicherweise sogar mehrere tage lang die kontrolle verlieren.