

Hinschauen und Erkennen – Kinder aus suchtbelasteten Familien – ein Aufgabenfeld der Suchtprävention

VON SILVIA HUBER



Nr. 3/17

Wir wissen: Schätzungsweise 100 000 Kinder und Jugendliche sind in der Schweiz von der Alkoholabhängigkeit eines Elternteils betroffen, weitere wachsen in Familien auf, in denen der Konsum von illegalen Substanzen oder Glücksspielsucht das Zusammenleben beeinflussen.

Schon aus der Antike gibt es Überlieferungen, die darauf hinweisen, dass Erwachsene mit elterlicher Abhängigkeit selbst öfters abhängig wurden als andere ohne abhängigen Elternteil. Der Philosoph Plutarch (45-125 n. Chr.) überlieferte den Satz «Trinker erzeugen Trinker». Heute kann empirisch nachgewiesen werden, dass Personen, die in einer suchtbelasteten Familie aufwachsen ein deutlich erhöhtes Risiko für die Entwicklung einer eigenen Abhängigkeit haben.

**«Trinker erzeugen Trinker.»
Plutarch (45–125 n. Chr.)**

Suchtprävention in einem heiklen Feld

«Kinder aus suchtbelasteten Familien» ist das Jahresthema 2016/2017 der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich. Auch im Zürcher Unterland haben wir uns damit beschäftigt und eine Klärung der Rolle und der Aufgaben der Suchtprävention zu diesem Thema erarbeitet.

Zuerst ein Beispiel entnommen aus einem Artikel von Dr. Martin Zobel, Psychotherapeut, Rheinisches Institut für Suchtforschung:

Herr Müller kommt in die Kindertagesstätte, um seinen Sohn Mark abzuholen. Die Leiterin der Kindertagesstätte, Petra, fasst sich ein Herz: «Herr Müller, es ist mir ja etwas peinlich, aber ich merke, dass Sie Alkohol getrunken haben. Das ist mir schon das letzte Mal aufgefallen ... Sind Sie denn sicher, dass Sie in diesem Zustand noch Auto fahren können?»

«Kein Problem», sagt Herr Müller, ein Kollege an seinem Arbeitsplatz hatte Geburtstag, und da habe man «ein Gläschen Sekt» getrunken. Er sei ein guter Autofahrer und das bisschen Alkohol mache ihm bestimmt nichts aus. Das letzte Mal ..., ja genau, da sei ihm nicht gut gewesen und er habe seinem Kreislauf mit einem «Gläschen Sekt» nachhelfen wollen. Im Übrigen trinke er ja «so gut wie keinen Alkohol», vielleicht «hin und wieder» mal ein Bierchen oder zwei. Das könne ihr jeder bestätigen.

Petra wirkt hilflos. Was Herr Müller sagt, klingt ja irgendwie plausibel, aber sie hat das Gefühl, dass er seinen Alkoholkonsum herunterspielt, zumal sie von anderen Erzieherinnen auch schon mitbekommen hat, dass Herr Müller alkoholisiert zur Kita kam. Was soll sie tun? Sie hat nichts in der Hand, um das Gegenteil zu beweisen. Sie ist froh, dass sie überhaupt den Mut gefunden hat,

Herrn Müller auf das Thema Alkohol anzusprechen. Vielleicht wird es ja etwas nützen?

Die nächsten Male ist Herr Müller immer sehr kurz angebunden, wenn er seinen Sohn abholt. Er riecht nach Pfefferminz und wirkt angespannt und betont locker. Sie blickt in die Augen von Mark und sieht ein stummes Flehen. Es ist, als bekäme sie einen Stich in die Magengrube. Aber was soll sie tun? Sie hat doch alles getan, was sie tun konnte, oder?

Solche oder ähnliche Szenen spielen sich im Alltag von Mitarbeitenden in Kinderhorten, Lehrpersonen, Sozialarbeitenden, Nachbarn, Verwandten, Mitarbeitenden in Pflege- und anderen helfenden Berufen häufig ab. Sie haben das Gefühl nicht tatenlos zuschauen zu können und fühlen sich gleichzeitig häufig überfordert.

Oben geschildertes Beispiel wirkt auch nicht wirklich ermutigend – im Gegenteil: Es könnte die Haltung verstärken, dass man da ja «eben nichts machen kann».

Die Rolle der Suchtprävention kann aus unserer Sicht sein: Hinschauen und mit den Konzepten der Früherkennung und der Frühintervention Angebote für oben genannte Bezugspersonen zur Verfügung zu stellen, um der Hilflosigkeit und der Mutlosigkeit entgegenzuwirken.

Konkret: Wenn Sie zu den Menschen gehören, die in ihrem privaten oder beruflichen Umfeld mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben und in Situationen kommen, in denen Sie Auffälligkeiten bei diesen beobachten und ein Suchtproblem in der Familie vermuten, können Sie sich an die Suchtprävention wenden.

Es gilt Signale bei den Kindern zu beachten, die in Publikationen zu Fragen der Suchtproblematik festgehalten sind. Wir raten, das Vorgehen mit Fachpersonen sorgfältig zu planen. Gerade mit Kindern und Jugendlichen aus suchtbelasteten Familien gilt es Übereifer zu vermeiden. Sie lieben ihre Eltern und sind ihnen gegenüber loyal.

In Anlehnung an das Konzept «Keine Gewalt gegen Kinder» des deutschen Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (1996) sind wir der Meinung, dass professionelle Helfer Regeln beachten sollten, wie

- sich über die eigenen Gefühle und Motive, dem Kind helfen zu wollen, klar sein
- auch wenn die bekannten Anzeichen beim Kind zutreffen, weitere Informationen sam-

eln, z. B. vom Kind gemalte Bilder, in denen der Alkohol eine Rolle spielt

- Verdachtsmomente mit verschiedenen konkreten Beobachtungen belegen
- Elterngespräche mit Fachpersonen planen und Eltern nicht verurteilen
- vorbereitet sein, dass das Anliegen der Fachperson als Einmischung in familiäre Angelegenheiten empfunden werden kann und dass das Kind eventuell nicht mehr in die Spielgruppe oder in den Hort geschickt wird. Das Thema ist für den nicht-abhängigen Elternteil oft schambesetzt, bei Betroffenen besteht oft keine Krankheitseinsicht.
- Kontaktaufnahme zum Kind setzt eine Beziehung zu diesem voraus, das Bewusstsein und die Entscheidung, die Verantwortung zu übernehmen, was Zeit, Kraft und Ausdauer braucht.

Es lohnt sich für Kinder und Eltern

Ich habe mit Frau Luisa Meier-Leal gesprochen, die seit vielen Jahren hauptberuflich als Kulturvermittlerin und Übersetzerin an Schulen im Zürcher Unterland und im Justizdepartement des Kantons Zürich arbeitet. Sie engagiert sich zusätzlich im Moderatorinnen-Team von Femmes-Tische der Suchtprävention Zürcher Unterland. Sie hat bei Sucht Schweiz die Weiterbildung «Kinder aus suchtbelasteten Familien» besucht. Aufgrund ihrer konkreten Erfahrung mit betroffenen Eltern und Kindern bestätigte Luisa Meier-Leal, dass die oben genannten Regeln sehr wichtig sind, um die Situation der Kinder

PERSÖNLICHES

Luisa Meier-Leal ist 58 Jahre alt. Sie ist in Portugal geboren und kam im Jahr 1979 mit ihrem Schweizer Mann in die Schweiz. Für sie war es nicht leicht sich in unserem Land zu integrieren. Das motivierte sie zu ihrem heutigen Engagement. Sie hat zwei erwachsene Kinder. Kultur und Sprache haben einen hohen Stellenwert für sie.

und Jugendlichen nicht zu erschweren und den Leidensdruck nicht zu vergrössern. Sie erzählt mir von einer Familie, mit der sie über die Frau und Mutter in einer Femmes-Tische Runde in Kontakt kam. Sie begleitet die Familie nun seit 5 Jahren freiwillig, und erst vor kurzem war es möglich, nicht nur über die Probleme des hyperaktiven Kindes zu reden, sondern auch über die Suchtproblematik des Ehemannes und Vaters und die damit zusammenhängende Gewaltbereitschaft gegenüber der Frau und den Kindern.

Das Schweigen brechen, hinschauen und die Situation der Kinder und Jugendlichen erkennen: Darin sieht sie Aufgabe der Suchtprävention.

Sie betont die Notwendigkeit, in langwieriger, oft mühsamer Arbeit den Dialog zu den Eltern herzustellen. Sie beobachtet, dass es dann den Kindern möglich wird, sich wieder auf die Schule zu konzentrieren oder sich um ihre Anliegen und Bedürfnisse zu kümmern, wenn sie das Gefühl haben, nicht allein für die Probleme der Eltern da sein zu müssen.

TUKAN – das Zürcher Unterländer Therapieangebot für Kinder und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien

GESPRÄCH MIT LUZIA NAY, LIC. PHIL. FACHPSYCHOLOGIN FÜR PSYCHOTHERAPIE, VERANTWORTLICHE THERAPEUTIN DES TUKAN DER FABB
INTERVIEW: SILVIA HUBER

Als Stelle für Suchtprävention im Zürcher Unterland kennen wir die Angebote, die Kindern und Jugendlichen zur Verfügung stehen, die Hilfe benötigen. Es freut mich sehr, dass die Fachstelle für Abhängigkeitserkrankungen im Bezirk Bülach (fabb), mit der wir eng zusammenarbeiten, in Klotten eine Therapie für Kinder aus suchtbelasteten Familien anbietet.

gebote für Kinder- und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien namens Zebra verfügt. Das Zebra hat nach einer Startphase seit längerem eine hohe Nachfrage und ist gut ausgelastet. Das Kinderangebot der fabb mit Namen TUKAN ist seit Sommer 2016 auch ausgelastet, hatte zwischenzeitlich auch schon eine Wartliste und wurde im Sommer 2017 aufgrund des nun klar ausgewiesenen Bedarfs fest ins Angebot der fabb aufgenommen.

Wann und wie kam es zur Gründung des Therapieangebots TUKAN bei der Fachstelle für Abhängigkeitserkrankungen Bezirk Bülach (fabb)?

Die Kindertherapie wurde im Herbst 2013 auf Projektbasis gestartet. Nach einer Konzeptphase von

einigen Monaten konnte im Frühjahr 2014 mit den ersten Therapien begonnen werden.

Dass Bedarf für ein solches Angebot besteht, wusste die Fachstelle aufgrund der Erfahrungen der Fachstelle in Winterthur (Integrierte Suchthilfe Winterthur), welche schon seit 2005 über ein An-

An welche Altersgruppe richtet sich das Angebot?

Es ist offen für Kinder und Jugendliche von 4 bis 18



Jahren. Derzeit ist das jüngste Kind 5-jährig und das älteste 14. Das Durchschnittsalter der letzten zwei Jahre betrug 11.2 Jahre mit gleich vielen Mädchen wie Jungen. Die meisten sind von 9 bis 13 Jahren alt.

Wie erreicht ihr betroffene Kinder und Jugendliche?

Dies geschieht über Multiplikatoren. Wir sensibilisieren Fachpersonen, welche potenziell im Kontakt sind mit Kindern und Eltern aus einer suchtblasteten Familie, für die Thematik und für unser Angebot. Dazu zählen Schulsozialarbeitende, Mitarbeitende der Kinder- und Jugendhilfzentren, der KESB, von Sozialdiensten in psychiatrischen Kliniken oder von der Opferberatung. Permanente Vernetzungsarbeit ist deshalb ein wichtiger Teil meiner Aufgaben. fabb-intern empfehlen die ErwachsenentherapeutInnen der Eltern bei Bedarf die Anmeldung deren Kinder oder Jugendlichen. Zudem biete ich anonymisierte Fallbesprechungen an, d.h. eine Fachperson kann mich telefonisch kontaktieren, den Fall kurz schildern und gemeinsam suchen wir nach passenden Interventionen. In ca. 50% der Fälle haben solche Coachings zu Anmeldungen bei uns geführt. Häufig ist der Weg zu uns für die Eltern(teile) sehr schwierig, da sie mit Ängsten, Scham- und Schuldgefühlen kämpfen. Ich zolle ihnen deswegen grossen Respekt, dass sie trotz alledem die Bedürfnisse ihrer Kinder ernst nehmen.

Wird die Bedeutung des Themas in Fachkreisen und in der Gesellschaft erkannt?

SuchtSchweiz hat sich der Problematik der «vergesenen Kinder» schon sehr früh angenommen und es besteht ein wachsendes Bewusstsein darüber, z.B.: Während der nationalen Dialogwoche Alkohol 2016 standen die Angehörigen im Fokus, die Suchtprävention des Kantons Zürich machte es zum Zweijahresthema, das Bundesamt für Gesundheit BAG führt aktuell ein Pilotprojekt zur Stärkung der Elternkompetenz in suchtblasteten Familien durch. Dennoch sind Abhängigkeitserkrankungen nach wie vor tabuisiert, die Familienangehörigen leiden häufig im Stillen und Fachleute wissen oft nicht, wie sie mit einer (vermuteten) Suchtproblematik in einer Familie umgehen sollen, bzw. diese ansprechen können.

Der Fokus sollte nicht nur einseitig vermehrt auf die Kinder gelegt werden, sondern gleichzeitig auch die Stärkung der Elternebene mehr ins Zentrum rücken, z.B. mit Bildungsangeboten zur Verbesserung der Eltern-Kind-Beziehung. Werden die Eltern in ihrer Bindungs- und Erziehungsfähigkeit unterstützt,

bedeutet dies immer auch Unterstützung für die Kinder. Häufig schwanken die Eltern in ihrem Erziehungsverhalten zwischen grosser Strenge und Verwöhnen, was auf die Kinder sehr verunsichernd wirkt, da sie den Unberechenbarkeiten der Elternreaktion ausgesetzt sind.

Was ist dir in der Therapie besonders wichtig und warum?

Es wäre wünschenswert, wenn innerhalb der Familie mit den Kindern möglichst offen über die Erkrankungen gesprochen würde. Häufig leiden die Eltern zusätzlich zur Sucht unter weiteren psychischen Problemen oder sind körperlich beeinträchtigt. Es ist ein wichtiger Teil meiner Arbeit, dass die Kinder und Jugendlichen in altersgerechten Worten Erklärungen dafür erhalten, was in ihrer Familie besonders ist (siehe auch: www.elternundsucht.ch). Kinder sollten niemals zu GeheimnisträgerInnen gemacht werden, da sie dies stark überfordert.

Es wäre wünschenswert, wenn innerhalb der Familie mit den Kindern möglichst offen über die Erkrankungen gesprochen würde.



Lucia Nay

Sie müssen von zu viel Verantwortung entlastet werden, denn häufig übernehmen Kinder aus suchtblasteten Familien erwachsenentypische Aufgaben wie die Haushaltführung, an Termine denken, für die Geschwister da sein. Sie sind dadurch chronisch überfordert und können ihre eigenen Entwicklungsaufgaben nicht adäquat bewältigen. Schrittweise müssen sie aus dieser Verantwortung entlassen werden, damit sie wieder Kind sein und Zeit mit freiem Spielen verbringen können.

Selbstverständlich sollten sie vor innerfamiliärer Gewalt jeglicher Art und Vernachlässigung geschützt werden. Diese Problematiken gelangen häufig erst im Verlauf der Therapie an die Oberfläche.

Wie sieht es nebst Belastungen mit Ressourcen in den Familien aus?

Wir wissen, dass Kinder aus suchtblasteten Familien ein höheres Entwicklungsrisiko aufweisen als

Kinder aus unbelasteten Familien. Wie stark das einzelne Kind von der elterlichen Suchterkrankung betroffen ist, hängt wiederum von zusätzlichen Einflüssen ab (z.B. genetische Faktoren, die sozioökonomische Situation, stressvolle Ereignisse). Das variiert auch von Kind zu Kind innerhalb derselben Familie. Für die Entwicklung dieser Kinder gilt die «Drittelfaustregel»: 1/3 entwickelt gravierende, oft chronische Störungen im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter, 1/3 entwickelt leichte bis mittelschwere Probleme, oft vorübergehender Natur, und 1/3 entwickelt keine relevanten Probleme oder bleibt psychisch gesund bzw. stabil.

Es ist in Familien mit einem Suchtproblem nicht anders wie in anderen Familien: die Eltern wollen in der Regel das Beste für ihre Kinder. An diesem Punkt können wir sie abholen. Im Therapieprozess versuchen wir die erwähnten Belastungen zu minimieren und gleichzeitig die Ressourcen beim Kind und in seiner Umwelt zu stärken. Dabei bieten wir den Eltern Unterstützung für den innerfamiliären Rahmen und möchten mit ihnen ebenso eine gute Konstanz und Stabilität im Alltag der Kinder ausserfamiliär etablieren. Die Kinder haben hier einen geschützten, sicheren Raum und die Eltern werden in ihrer Erziehungskompetenz gestärkt. Alles mit dem Fokus auf das Kindeswohl.

Was brauchen Kinder in suchtblasteten Familien?

Dasselbe wie alle anderen Kinder auch – aber von allem noch ein bisschen mehr: mindestens eine stabile, verlässliche, liebevolle Bezugsperson, die ihnen die Entwicklung einer sicheren Bindung ermöglicht. Ein positiver Freundeskreis, freudbringende ausserfamiliäre Freizeitaktivitäten, Wissen über die Erkrankung, Benennung der innerfamiliären Probleme, Entlastung durch Verantwortungsabgabe und Normalisierung ihrer häufig sehr ambivalenten Gefühle, ernst nehmen ihrer Sorgen um die Eltern. Sehr wichtig ist wie erwähnt die Etablierung eines verlässlichen, berechenbaren, konstanten Rahmens und von sicherheitsspendenden Ritualen sowohl inner- wie ausserfamiliär. Wichtig für die Kinder ist auch zu wissen, was sie tun können bei einem Notfall. Wir erarbeiten deshalb mit der Familie bei Bedarf einen Notfallplan.

Wie erkennen Aussenstehende, ob ein Kind in einer suchtblasteten Familie lebt?

Es gibt keine typischen Symptome, anhand derer man belastete Kinder sicher erkennen könnte; überspitzt könnte man sagen, sie sind entweder zu laut oder zu leise. Es findet sich ein breites

Spektrum an Symptomen, die an eine Belastung durch Sucht oder psychische Erkrankungen in der Familie denken lassen. Zu den eher lauten zählen Probleme mit der Aufmerksamkeit, impulsives, aggressives Verhalten, Selbstüberschätzung, grosse Ablenkbarkeit, Mangel an sozialen Kompetenzen. Zu den eher stillen gehören häufiges Kranksein, sehr ängstliches Verhalten, sozialer Rückzug, überangepasstes, überfreundliches Verhalten, träumerisch, abschweifend wirkend, Selbstabwertung sowie sehr gute Problemlösefähigkeit, gute Manager/in. Aufhorchen lässt einen, wenn das achtjährige Mädchen die Mutter an seinen Zahnarzttermin erinnert. Oft sind die Kinder übermüdet im Unterricht. Viele Kinder wirken kognitiv «zu erwachsen» – während sie emotional häufig auf einem jüngeren Entwicklungsstand sind.

Gibt es genügend Plätze für betroffene Kinder im Zürcher Unterland?

Meines Erachtens gibt es zu wenige Therapie- und Abklärungsplätze für Kinder und Jugendliche in der Region. Ich wünschte mir ein weiteres Therapieangebot an unserem zweiten Standort in Bülach sowie eines im Bezirk Dielsdorf.

Zudem wünschte ich mir – was in der Praxis nicht so leicht umzusetzen ist - Gruppenangebote für Kinder aus suchtbelasteten Familien. Es ist für die Kinder ungemein entlastend und stärkend zu erfahren, dass sie nicht die einzigen sind, die so «komische» Dinge fühlen. In meiner Arbeit mit den Kindern (häufig auch Geschwister zusammen), bringe ich immer wieder entsprechende Beispiele von anderen Kindern ein und wie diese ihren alltäglichen Herausforderungen begegnen. Bei stark belasteten und

traumatisierten Kindern dauert es sehr lange, bis sie Vertrauen fassen können. Sie haben gelernt, anderen zu misstrauen. Da ist dieser sichere Rahmen, wie wir ihn bieten können, sicherlich sehr hilfreich. Eine Gruppe könnte dies zusätzlich unterstützen.

Welche Zusammenarbeit wünschst du dir mit uns, der RSP ZU?

Ich stelle mir gemeinsame Projekte vor, an Elternabenden oder in Schulen, wo die RSP ZU die Möglichkeit hat, für das Thema zu sensibilisieren, als Brückenschlag zum TUKAN. Dazu können wir von unserem gegenseitigen Wissen profitieren und Materialien austauschen.

Danke Luzia Nay für deine interessanten Antworten!

Neu im Team

VON KARIN STUCKI

Seit Herbst 2016 studiere ich Soziale Arbeit an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. Nach abgeschlossenem Basisstudium darf ich seit August 2017 in einem sechsmonatigen Praktikum die Arbeit der Suchtprävention Zürich Unterland kennenlernen.

In dieser Zeit gewinne ich einen Einblick in Projekte, vor allem in den Ressorts «Suchtprävention in der Arbeitswelt» und «Suchtpräven-



tion im Alter 55+/Regelversorgung». Anhand verschiedener Konzepte werde ich praktische Erfahrung sammeln. Auf die vielseitigen Arbeitsfelder der Suchtprävention bin ich gespannt und freue mich auf eine lehrreiche Zeit.

Das aktuelle Team



Das Team der Suchtprävention 1 v.l.n.r. hinten: Susi Fetsch (Sekretariat), Heidi Zimmermann Heinrich (Arbeitswelt/55+), vorne: Sven Anders (Gemeinden), Yvonne Ledergerber (Kant. Schulen/Femmes-Tische), Boryana Hilti (Support Femmes-Tische), Kim Baumann (Volksschule), Silvia Huber (Stellenleitung)

VORANKÜNDIGUNG

Präventionskonferenz zum Thema «Suchtprävention lohnt sich!»

Am Mittwoch, 4. Oktober 2017, findet die diesjährige Präventionskonferenz zum Thema «Suchtprävention lohnt sich!» Zusammenarbeit und ein langer Atem: Die Schlüssel zum Erfolg! statt. Ins kath. Kirchengemeindehaus Pfarrei St. Paulus in Dielsdorf sind Behördenvertreter aus den Bereichen Gesundheit und Soziales eingeladen.

Nach dem Referat von Dr.med.Toni Berthel, Direktor Sucht und Begutachtungen IPW, Präsident der Eidg. Kommission für Suchtfragen, wird eine Podiumsdiskussion zum Thema stattfinden.

Anmeldung: Sven Anders, Ressort Gemeinden
anders@praevention-zu.ch, Telefon 044 872 77 42

IMPRESSUM

Wir Fachleute der Suchtprävention

- unterstützen alle, die sich für Suchtprävention einsetzen wollen: in Familie und Schule, im Betrieb, in der Gemeinde, im Jugendhaus, im Verein
- vermitteln Unterlagen, begleiten Projekte, erteilen Kurse, halten Referate, fördern vernetztes Vorgehen, organisieren Präventionsgruppen oder helfen Jugendschutzmassnahmen durchzusetzen
- freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme!

Suchtprävention Zürcher Unterland

Europastrasse 11, 8152 Glattbrugg
Telefon 044 872 77 33 (Montag bis Donnerstag)
info@praevention-zu.ch, www.praevention-zu.ch

ABONNEMENT «LAUT & LEISE»:

Falls Sie das «laut & leise» nicht mehr erhalten oder neu bestellen wollen, melden Sie sich telefonisch unter 044 872 77 33 oder per E-Mail an info@praevention-zu.ch.