



# infoblatt



## Die vergessenen Kinder

Sucht in der Familie ist ein Tabuthema. Dabei trinken die Kinder mit, wenn der Vater oder die Mutter zur Flasche greift. Das ist plakativ formuliert und trifft doch einen Punkt: In einem Familiensystem nehmen Kinder in der Regel den Platz der Schwächeren ein. Die Sucht der Eltern bringt dieses Gleichgewicht aus dem Lot. Fürsorge kann in Vernachlässigung kippen, Aufmerksamkeit in Desinteresse, generell sind die Strukturen wenig verlässlich.



Dörte Wurst ist  
Projektleiterin im  
Bereich Familie &  
Freizeit

Kinder leiden unter der Sucht der Eltern. Sie lieben ihre Eltern. Sie spüren aber auch schon früh, wenn ihnen die Worte noch fehlen, dass etwas nicht stimmt. Kinder entwickeln in solchen Situationen schnell Schuldgefühle. Sie schämen sich. Sie versuchen Verantwortung zu übernehmen. Und sie wahren den Schein der intakten Familie, indem sie schweigen. So wird eine Suchterkrankung des Vaters, der Mutter, zu einem Problem, welches die ganze Familie belastet.

Diese Kinder haben ein Recht auf Hilfe. Sie benötigen Unterstützung, um altersgerecht aufwachsen zu können, um unbelastet zu spielen und Beziehungen einzugehen. Und Unterstützung brauchen auch die Eltern. Denn trotz ihrer

Suchtkrankheit: Gute Eltern wollen auch sie sein.

Dieses Infoblatt lenkt den Blick auf diese «vergessenen Kinder». Und das mit gutem Grund: Ein Kind, das mit suchtkranken Eltern aufwächst, hat ein bis zu sechsfach höheres Risiko, selber einen riskanten Substanzkonsum oder eine Sucht zu entwickeln.

Die Zahlen von Sucht Schweiz unterstreichen die Dringlichkeit des Themas. Die Organisation geht davon aus, dass in der Schweiz 100'000 Kinder und Jugendliche in einer Familie leben, in welcher zumindest ein Elternteil trinkt. Sie stützt sich dabei auf Zahlen von Vätern und Müttern, die deswegen in Behandlung sind. Dass die Anzahl betroffener Kinder noch höher sein dürfte, liegt auf der Hand. Man denke nur an Eltern, die illegale Substanzen konsumieren oder spielsüchtig sind.

Für jede Schulklasse, jeden Hort und jede Kita bedeuten diese Zahlen: Mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit ist auch eines der betreuten Kinder von Suchtproblemen in der Familie betroffen.

Liebe Leserin, lieber Leser – als Schulleiterin, Lehrperson, Schulsozialarbei-

ter, Sozialpädagogin oder Fachperson Betreuung kennen Sie möglicherweise die Situation: Ein Kind fällt auf. Vielleicht ist es wegen seines Verhaltens. Vielleicht, weil es ständig übermüdet ist. Vielleicht auch nur, weil es nachlässig gekleidet ist. Sie haben den Kontakt mit den Eltern gesucht, einen gewissen Einblick in die familiäre Situation erhalten, und trotzdem, ein ungutes Gefühl bleibt.

Suchtbelastete Familienverhältnisse zu erkennen, ist schwierig. Und dies auch deshalb, weil es das typische Kind nicht gibt. «Eltern mit einer Suchtproblematik müssen keine auffälligen Kinder haben», sagt die Jugendpsychologin Renate Gasser in diesem Infoblatt. Es sei ein Puzzle an Informationen, das einen solchen Hintergrund nahelege. Diese Informationen besser wahrzunehmen, dabei helfen unsere Angebote für Schulen, Horte und Kitas. Sie sensibilisieren für die Situation der Kinder, deren Eltern und zeigen Wege auf, die Kinder zu unterstützen. Wie das im Schulalltag aussehen kann, davon erzählt die Zürcher Schulleiterin Renate Treschl auf der nächsten Seite.

Eine spannende Lektüre wünsche ich Ihnen.

## «Wir reagieren spätestens, wenn ein Kind leidet»

Schulleiterin Bettina Treschl über Kinder aus suchtbelasteten Familien, wie ihre Schule diese unterstützt, wie die Kinder reagieren und über ihre Grenzen.

### Frau Treschl, hat Ihre Schule Erfahrungen mit Kindern aus suchtbelasteten Familien?

Ja, die haben wir. Einem Kind, bei dem wir davon wissen, begegnen wir anders. Wir sind toleranter mit ihm, wenn es mal ausrastet, wenn es übermüdet ist oder sich aggressiv verhält. Ob Lehrperson, Schulsozialarbeit oder Schulleitung, wir versuchen es zu unterstützen, und wir sprechen das Thema mit den Eltern an.

### Beim leisesten Verdacht schon?

Nein, das natürlich nicht. Kommen Vermutungen auf – ob in der Klasse oder im Hort – werde ich benachrichtigt. Wir beobachten dann genauer und reagieren spätestens dann, wenn wir merken, dass ein Kind leidet, weil irgendetwas im Busch ist.



Bettina Treschl ist Schulleiterin im Schulhaus Schauenberg in Zürich Nord.

### Zitate aus Mami trinkt

Luisa: meine mama ist jeden abend total besofn. Ich habe meine mama gestern gefragt warum sie imer alkohol trinken will. Meine mama hat gesagt das es ir spas macht... meine mama trinkt grade wieder schnabs und kan fast nicht mer sprechen und laufen.

Nino: Hallo Luisa, ich habe auch so ein fater zum glük wont er nicht bei mir

Luisa: hast du dein paps auch mal besofn gesen? wie war das für dich? für mich ist das dan nich schön

Nino: Ja leider und das im Zug. Es war mir sehr peinlich. Was ist mit deinem paps?

Luisa: ... mir ist das auch imer peinlich wen meine mama draussen besofn ist. ich mag nich wen ich mit mama zu einen fest gehen mus weil meine mama dan imer so fiel alkool trinkt... Mein paps kümert sich imer um mich und meine schwester.

Nino: das ist ja traurig wie es bei dir ist. Gut hast du noch dein Paps. Mein Paps hat schon imer getrunken, warum weis ich nicht. Hast Du eigentlich auch schon probleme gehabt das sie in deiner Schule blöd darüber geschwätzt haben?

Luisa: Ja weil meine mama mich schon mal besofn von der schule abgeolt hat.

Der Chat zwischen Nina und Luisa ist ein Auszug aus dem Sucht-Schweiz-Forum mamatrinkt.ch / papatrinkt.ch für 8- bis 12-Jährige.

### Auf dem Tisch ist das Thema deswegen noch nicht.

Nein. Oft dauert es, bis man erfährt, was sich hinter den Reaktionen eines Kindes verbirgt. Sucht in der Familie ist ein Tabuthema. Kein Kind erzählt jubelnd, dass der Vater trinke. Es schämt sich und ist oft auch wütend auf seine Eltern. Dazu kommt: Geht es um Sucht, spielt nicht selten auch Gewalt eine Rolle. Wir müssen also vorsichtig vorgehen.

### Wie thematisiert man Sucht in einem Elterngespräch vorsichtig?

In solchen Gesprächen bin ich immer dabei. Als Schulleiterin kann ich darauf hinweisen, dass ich gesetzlich verpflichtet bin, ein Kind zu schützen. Was das Gespräch angeht: Ich bereite mich minutiös darauf vor und bin trotzdem jedes Mal nervös. Wichtig ist mir, weder anzuschuldigen noch zu verurteilen. Ich sage also nicht, sie haben ein Alkohol-Problem. Ich lege unsere Vermutungen dar und stelle das Wohl des Kindes ins Zentrum. Ich mache aber auch klar, dass wir dran bleiben werden.

### Wie reagieren Eltern?

Die meisten erschrecken. Sie wissen aber auch, dass ihr Kind nun unterstützt wird.

### Und wie reagieren die Kinder, wenn sich jemand für sie einsetzt?

Oft sehr erleichtert. Sie müssen nicht mehr lügen, endlich. Ihre Lehrerin, der Schulsozialarbeiter, die Schulleitung wissen jetzt um ihr Problem. Allerdings ändert sich zu Hause wenig. Für die Kinder wird das zu einem Auf und Ab. Aber immerhin haben wir jetzt die Möglichkeit, sie immer wieder darauf anzusprechen. Einer Schülerin signalisierte ich etwa, dass ich während der Sommerferien für sie immer zu erreichen sei. Ich dachte mir, dass sie dieses Angebot nicht brauchen wird, trotzdem finde ich solche Unterstützung sehr wichtig.

### Wo setzen Sie Grenzen? Wann sagen Sie, das können wir nicht mehr leisten?

Die Grenzen sind da, wenn es an die Substanz geht. Für mich persönlich, wenn ich nicht mehr schlafen kann, weil mich die Situation eines Kindes zu sehr beschäftigt. Dann ist für mich klar, dass die Beistandschaft oder KESB involviert werden muss. Solange das nicht so weit ist, bleibt der Fall bei mir.

### Links zum Thema

[www.suchtschweiz.ch](http://www.suchtschweiz.ch) bietet diverse Broschüren und Telefonberatung für betroffene Eltern.

[www.mamatrinkt.ch](http://www.mamatrinkt.ch), [www.papatrinkt.ch](http://www.papatrinkt.ch) bieten Infos und Unterstützung für betroffene Kinder und Jugendliche.

[www.zfa.ch](http://www.zfa.ch) Die Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme bietet Infos, Beratung sowie Therapie und Gruppen für Kinder aus suchtbelasteten Familien.

### War für Sie ein solcher Umgang mit Kindern aus suchtbelasteten Verhältnissen immer klar?

Es geht gar nicht anders. Dadurch, dass wir hinschauen und unterstützen, fühlen sich die Kinder nicht mehr so alleine gelassen. Nur so kann der Schulalltag überhaupt wieder stattfinden. Das Problem ist ja meistens der Montag. Das Kind hat ein Wochenende hinter sich, währenddessen es alles Unmögliche erlebt haben kann. Entsprechend gestimmt ist es. Spricht es die Lehrpersonen frühzeitig darauf an, kann das vieles abfedern.

### Aus Ihrer Erfahrung: Was können Schulen, was sollen Schulen machen?

Das A und O ist für mich das Vertrauen der Kinder. Es muss da sein. Bis es aber da ist, dauert es seine Zeit und darf dann nicht verspielt werden. Also: Hinhören, ernst nehmen und weiterhelfen – von der Schulsozialarbeit über die Lehrpersonen bis zur Schulleitung. Weiterhelfen heisst dabei, wenn immer nötig Unterstützung beziehen, denn alleine kann eine Schule ein solches Problem nicht bewältigen.

## «Suchtprobleme in der Familie sind oft tabu»

Psychologin Renate Gasser über die Schwierigkeiten, Kinder aus solchen Verhältnissen zu erkennen, das Gespräch mit den Eltern und darüber, was Schulen schon leisten.

### Was belastet ein Kind, wenn in seiner Familie Sucht ein Thema ist?

Einfach gesagt: Die Sucht steht im Mittelpunkt und nicht das Kind selber. Das kann in ihm das Gefühl auslösen, nicht erwünscht zu sein, oder auch Schuldgefühle. Mami oder Papi würde nicht so viel trinken, wenn ich lieber wäre oder besser in der Schule.

### Wie fallen solche Kinder auf in der Schule oder im Hort?

Eltern mit einer Suchtproblematik müssen keine auffälligen Kinder haben. Man spricht zwar vom aggressiven Jungen, oder auch vom stillen Mädchen. Es gibt aber Jungs, die sich zurückziehen und über Leistung Lob anpeilen. Und es gibt Mädchen, die überdreht sind und mit Witz alles zu überspielen versuchen. Ein solcher Hintergrund zeigt sich in allen Facetten.

### Gibt es trotzdem Signale, die einen Hinweis geben können?

Ein erstes mögliches Anzeichen kann der Eindruck sein, dass es dem Kind nicht gut geht, dass es sich nicht wohl fühlt. Vielleicht wirkt es verloren. Vielleicht hat es plötzlich nachgelassen in seinen Leistungen. Oder man hat den Eindruck, es könne sein Potenzial nicht ausschöpfen. Grundsätzlich ist es ein Puzzle an Informationen, das eine Suchtproblematik in der Familie nahelegt oder einen aufhorchen lässt. Etwas, das ein Kind erzählt, ein Eindruck aus einem Gespräch mit seinen Eltern.

### Stichwort Elterngespräch: Soll eine Lehrperson das Thema ansprechen?

Suchtprobleme in der Familie sind oft tabu. Spricht man sie nicht an, hält man das Geheimnis aufrecht, zum Nachteil des Kindes. Ich rate deshalb, es zu tun – nicht gerade in einem ersten Gespräch, und die Frage ist natürlich wie. Man kann seine Vermutung offenlegen. Man kann aber auch die Situation des Kindes thematisieren. Dass man den Eindruck habe, es gehe ihm nicht gut. Dass man sich deswegen frage, ob es Probleme in der Familie gäbe. Aus meiner Erfahrung reagieren Eltern oft erleichtert, wenn die Sache auf dem Tisch liegt.

Spüre ich aber Widerstand, überlege ich mir schon, ob ich nachbohre oder ein weiteres Gespräch suche.

### Wie können Schulen solche Kinder unterstützen?

Wichtig ist mir festzuhalten: Eine Schule oder ein Hort tun schon sehr vieles, einfach indem sie Schule oder Hort sind. Sie bieten dem Kind eine feste Struktur mit verlässlichen Personen. Die geben einem Kind Halt und die Möglichkeit, Beziehungen einzugehen und zu erleben.

### Und was können Lehr- und Betreuungspersonen konkret tun?

Auch sie tun schon sehr viel, einfach indem sie aufmerksam sind, Interesse zeigen, nachfragen, loben.

Ob ein Kind dann noch weitere Unterstützung braucht, ist abzuklären. Wo ist das Kind in den Ferien? Wo, wenn die Mutter in einem stationären Aufenthalt ist? Wie verbringt es die Freizeit? Braucht es therapeutische Unterstützung?

### Eine Schulklasse etwa hat über 20 Kinder. Wo sehen Sie die Grenzen für eine Lehrperson?

Das ist sehr individuell. Eine Grenze ist sicher erreicht, wenn ein Kind zu schwänzen beginnt. Oder, wenn es mit der Wissensvermittlung zu sehr harzt. Für die Lehrperson selber stellt sich die Frage, was sie übernehmen kann. Solche Kinder brauchen Aufmerksamkeit und schätzen deshalb Einzelsituationen. Kann die Lehrper-

### Angebote der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich

Kinder suchtkranker Eltern brauchen Unterstützung. Die Angebote der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich zeigen Fachleuten in Schulen, Horten und Krippen Möglichkeiten zur Stärkung der Kinder auf.

Weiterbildung für Kitas: Der eintägige Kurs sensibilisiert Fachpersonen Betreuung für die Bedürfnisse und Situation der Kinder. Er zeigt auf, was die Kinder im Kita-Alltag stärkt. Dazu vermittelt er Sicherheit im Umgang mit den Eltern und der eigenen Rolle.

Weiterbildung für Schulen und Horten: Das Angebot richtet sich an Schulleitende und Lehrpersonen, an Fachpersonen in der Schulsozialarbeit und in Horten. Das Basismodul (ca. 3 Stunden) thematisiert die Situation der Kinder. Es sensibilisiert für deren Bedürfnisse und zeigt Wege auf, sie zu unterstützen. Das Zusatzmodul (ca. 3 Stunden) fokussiert auf die Eltern und deren Situation. Gespräche mit ihnen werden theoretisch thematisiert und praktisch geübt.

Weitere Informationen: Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich. Telefon 044 412 83 30 oder [suchtprevention@zuerich.ch](mailto:suchtprevention@zuerich.ch)

son diese bieten? Wann bezieht sie die Schulsozialarbeit mit ein? Das gilt es zu klären, und dafür müssen Schule oder Horten organisiert sein.

### Was meinen Sie mit organisiert sein?

Es ist wichtig, dass die Lehrpersonen selber Unterstützung finden, wenn sie diese suchen. Sei es von der Schulleitung, der Schulsozialarbeit oder dem Schulpsychologischen Dienst. Meist geht es dabei darum, individuelle Lösungen zu finden. Ich betreue etwa ein Kind, das zu Hause immer wieder grössten Streit hatte wegen seiner Hausaufgaben. Seine halbgetrunkene Mutter hatte das Gefühl, sie könne ihm helfen. Irgendwann musste man einen Schlussstrich ziehen. Der Junge erledigt seine Aufgaben seither in der Schule. Er kommt dafür früher oder geht später, und es klappt viel besser.



Renate Gasser ist Fachpsychologin für Psychotherapie und Kinder- und Jugendpsychologin in Zürich.



### Das nächste Infoblatt? Ein Newsletter!

Wie wird das Infoblatt gelesen? Diese Frage stellten wir uns seit längerem und die Resultate einer Umfrage waren er-  
nüchternd: Viel zu oft wurde das Infoblatt als Werbebeilage empfunden und entsorgt. Erfreulich aber: Diejenigen, die es gelesen hatten, werteten die Inhalte fast durchwegs als positiv. Und: Die meisten von ihnen gaben an, dass sie unsere Informationen lieber auf digitalem Weg erhalten würden. Das heisst für Sie, liebe Leserin, lieber Leser: Sie halten die letzte Ausgabe unseres gedruckten Infoblattes in den Händen. Es heisst für Sie aber auch: Mit unserem Newsletter werden wir Sie weiterhin über unsere Angebote und Projekte, mit Wissen, Meinungen und Hintergründen zu suchtpreventiven Themen informieren – und dies aktueller und zielgruppenspezifischer als zuvor!  
Sie können den Newsletter über unsere Website abonnieren (Google-Stichworte: Suchtprävention Stadt Zürich).

### Reden über Sucht und Gewalt, über Liebe und Geld

Wer in Heimen Jugendliche bereut, wird auch mit Fragen zu Liebe und Sexualität, zu Sucht und Gewalt, zu Geld und Schulden konfrontiert. Doch wie mit Jungen übers Kiffen sprechen? Wie über Sexualität? Antworten und Wissen bietet info-shop.ch/heime. Die neue Informationsplattform ist auf die Bedürfnisse von Stadtzürcher Heimen ausgerichtet. Entstanden ist sie in Zusammenarbeit mit diversen städtischen und kantonalen Institutionen, darunter der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich. [info-shop.ch/heime](http://info-shop.ch/heime)

### Über Alkohol reden

19. Mai, Aktionstag im Hardaupark. Die nationale Dialogwoche Alkohol war Anlass und gab das Thema vor: **Wie viel ist zu viel?** Angelegt für das Quartier machte uns der Regen einen Strich durch die Rechnung. Passanten waren nur wenige unterwegs. Umso intensiver beschäftigten sich die Schülerinnen und Schüler aus dem Schulhaus Albisriederplatz und einige Seniorinnen aus dem nahen Altersheim mit Bier, Wein und Schnaps. An verschiedenen Stationen diskutierten sie etwa über ihre Erfahrungen, über Zürichs Alkohol-Geschichte und darüber, was akzeptabel ist oder stört. Seinen Abschluss fand der Aktionstag im Jugendladen Hard, wo sich Jugendliche unserem Alk-Quiz stellten. Für die gelungene Zusammenarbeit bedanken wir uns bei der Offenen Jugendarbeit, bei der Kirche St. Felix und Regula, der Pestalozzi-Bibliothek Hardau und dem Sozialmobil «Ein Bus».



### Willkommen an der Suchtpräventionsstelle!

Wieder in direktem Kontakt mit Eltern, Jugendlichen und Kindern zu sein, darauf freut sich David Suter besonders. Dies nachdem er als Leiter der kantonalen Regionalstelle Schulsozialarbeit während neun Jahren vor allem koordiniert und geführt habe. Und natürlich interessiere ihn die Thematik. «Sucht, Genuss und Konsum zeigen sich in allen Altersgruppen und Gesellschaftsschichten.» Sie stellen Fragen, auf die es keine einfachen Antworten gebe. Sie trotzdem zu finden, reizt ihn, sagt David Suter, der Bauführer war, Soziokultureller Animateur wurde und einen Master in Supervision, Mediation und Coaching erwarb. Im Sommer hat der 56-Jährige seine Arbeit als Projektleiter im Bereich Familie & Freizeit aufgenommen. Er wird neben vielem anderen die Canna-Kurse weiterführen. Wir freuen uns, David im Team zu haben!

Herausgeberin  
Stadt Zürich  
Suchtpräventionsstelle  
Röntgenstrasse 44  
8005 Zürich

Telefon +41 44 412 83 30  
[suchtpraevention@zuerich.ch](mailto:suchtpraevention@zuerich.ch)  
[www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention](http://www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention)  
Oktober 2017

Auflage  
1400 Exemplare, gedruckt auf Balance  
Pur, 100 % Recyclingpapier