

# «Sucht ist eine Erkrankung und keine Willensschwäche»

Anlässlich der Aktionswoche für Kinder suchterkrankter Eltern erklärt Franziska Wetzel von der Dietiker Beratung in Suchtfragen, wie man das Tabu Sucht anspricht.

Interview: Lydia Lippuner

Laut Schätzungen von Sucht Schweiz wachsen schweizweit 100 000 Kinder in einem Elternhaus auf, das von Alkohol oder anderen Substanzen schwer belastet ist. Franziska Wetzel, Leiterin der in Dietikon stationierten Beratung in Suchtfragen, kennt dieses Problem aus ihrem Arbeitsalltag. Seit 2017 engagiert sie sich zusammen mit der Jugendberatung Blinker und der Suchtprävention Dietikon/Affoltern für das Thema Kinder aus suchtbelasteten Familien. Anlässlich der schweizerischen Aktionswoche für Kinder suchterkrankter Eltern, die noch bis am 19. März dauert, erklärt die Psychotherapeutin, was das Umfeld tun kann und wie sich Sucht auf Kinder auswirkt.

**Während der Coronazeit sagten Sie, dass Personen, die vor der Pandemie ein «leichtes Suchtproblem hatten, nun tendenziell ein grösseres» haben. Hat sich die Lage nun entspannt?**

*Franziska Wetzel:* Tatsächlich stieg die Anzahl Suchtberatungen in Dietikon konstant. Im letzten Halbjahr erhielten wir so viele Beratungsanfragen wie noch nie.

**Worauf führen Sie diesen Rekord zurück?**

Die vielen Anfragen zeigen einerseits, dass wir bekannter wurden. Andererseits hat das Homeoffice bei manchen zum unbeobachteten Konsum geführt. Auch die Vereinsamung und der Wegfall von Aktivitäten während der Pandemie hat Suchtentwicklungen gefördert. Zudem hat die psychische Belastung durch die weltpolitische Lage weiter zugenommen.

**Wie spüren Sie die Auswirkung des Kriegs in der Ukraine und der Strommangellage in der Beratung?**

Einige Klienten können gut damit umgehen. Doch bei vielen unserer Klientinnen und Klienten sorgt die aktuelle Lage für Zukunftsängste, sodass einige vermehrt zu Substanzen greifen.

**Dieses Jahr liegt der Schwerpunkt der Aktionswoche auf dem Umfeld suchterkrankter Eltern. Ab wann sollte man sich in einer solchen Situation Sorgen machen und intervenieren?**

Zum Intervenieren ist es nie zu früh. Je früher man ein Suchtproblem angeht, desto besser für die Eltern und Kinder. Betroffene Kinder können durch gute Beziehungserfahrungen im Umfeld, beispielsweise bei Nachbarn, beim Sporttrainer oder dem Lehrer stabilisiert werden. Auch hilft es, wenn ein betroffenes Kind Hobbys pflegen kann und in Vereine inte-



Franziska Wetzel ist Leiterin der in Dietikon stationierten Beratung in Suchtfragen, kurz «bis» genannt. Sie ist auch in der Prävention tätig. Bild: Lydia Lippuner

## Hier finden Sie Hilfe

Zahlreiche **Suchtberatungsstellen** in der ganzen Schweiz bieten Unterstützung zu massvollem Trinken: [www.suchtindex.ch](http://www.suchtindex.ch). Erkennen Sie sich oder einen Bekannten wieder? Auf der Website [www.forel-klinik.ch](http://www.forel-klinik.ch) gibt es einen **Online-Selbsttest**, der Ihnen eine erste Einschätzung gibt.

Wenn Sie oder Bekannte sich in einer Notsituation befinden:

Die Dargebotene Hand hilft telefonisch anonym und kompetent weiter. Nummer für Erwachsene: 143 oder [www.143.ch](http://www.143.ch) (E-Mail und Chat). Nummer für Jugendliche und Kinder (Pro Juventute): 147 oder [www.147.ch](http://www.147.ch).

Regionale Suchtberatungsangebote finden Sie unter: [www.sd-l.ch](http://www.sd-l.ch) und [www.sd-l.ch/blinker](http://www.sd-l.ch/blinker). (lyl)

griert ist. Der Selbstwert kann sich so unabhängig von der schwierigen Situation zu Hause besser entwickeln. Wenn man das Gefühl hat, dass Kinder stärker gefährdet sind, sollte man aber die Kesb informieren.

**Die Kesb ist für viele ein rotes Tuch.**

Ja, doch das Fremdplatzieren, vor dem die meisten Eltern so Angst haben, ist erst die allerletzte und schwerste aller Mass-

nahmen. Oft genügt bereits ein Gespräch oder eine verbindliche Regel wie beispielsweise die Pflicht zur Beratung und Überwachung der Sucht durch Haaranalysen.

**Welche Substanzen werden in Dietikon am häufigsten missbraucht?**

Alkoholsucht gibt es mit Abstand am häufigsten. Bei den illegalen Substanzen ist es häufig Kokain oder Cannabis.

**Wann ist das kritische Trinkmass erreicht?**

Es existiert leider keine Regel, ab wann genau das Kindwohl gefährdet ist. Die Konsummenge und die jeweilige Substanz ist dabei nur ein Faktor. So kann auch sporadisches stärkeres Absturztrinken für Kinder traumatisierend sein, auch wenn die jährlich konsumierte Alkoholmenge unter dem Durchschnittskonsum liegt.

**Sie sind bereits seit sechs Jahren aktiv in der Sensibilisierungsarbeit in der Region. Was ist das grösste Problem im Umfeld der Suchterkrankten?**

Sucht ist nach wie vor stark stigmatisiert. Es ist bei vielen noch nicht angekommen, dass Sucht eine Erkrankung und keine Willensschwäche ist. Das spüren die Betroffenen und reden deswegen nicht über ihr Problem, sie fühlen sich oft selber sehr schuldig. Auch die betroffenen Kinder geben sich grosse Mühe, das Suchtproblem der Eltern zu verbergen.

**Auch dem Umfeld fällt es schwer, das Tabu anzusprechen**

Das Umfeld zeigt Respekt davor, sich in einen privaten Bereich einzumischen. Doch statistisch gesehen hat es in jeder Klasse mindestens ein betroffenes Kind. Oft bleiben sie unerkannt, leiden im Stillen für sich und tragen die Folgen lebenslang alleine. Wir müssen alle lernen, mehr hinzuschauen, anzusprechen, zu handeln und zu helfen – und dies, ohne zu verurteilen oder zu beschuldigen.

**Welches Erlebnis blieb Ihnen in besonderer Erinnerung?**

Ich hatte eine Klientin, die schwer suchterkrankt war. Da sie in die Beratung kam, konnten wir ihren Sohn und sein Umfeld so stabilisieren, dass er heute ein gutes Leben lebt und nicht süchtig ist. Eine Fremdplatzierung konnte so auch verhindert werden. Seine Mutter ist mittlerweile auch abstinent.

**Fachpersonen gehen davon aus, dass ein Drittel der Kinder süchtiger Eltern später ebenfalls zu Suchtmitteln greifen. Wie kann dieser Teufelskreis durchbrochen werden?**

Tatsächlich wurden bis zu 90 Prozent meiner schwer suchterkrankten Klientinnen und Klienten bereits in ihrer Kindheit traumatisiert. Bei den leichteren Suchterkrankungen ist der Anteil sehr viel geringer. Es kann sich dabei um Sucht, Missbrauch, Gewalt oder Vernachlässigung gehandelt haben. Doch Suchtbehandlung nützt. Jeder kann helfen. Nicht nur die Beratungsstellen, auch jeder Laie kann eine Oase für die Kinder kreieren.

## Das kann das Umfeld suchterkrankter Eltern tun

