

Ratgeber Sucht

Die Sucht verstellt die Sicht auf das Wesentliche

Wenn Drogen, Alkohol oder auch eine Kaufsucht das Leben bestimmen, fällt es schwer, alltäglichen Aufgaben und Pflichten nachzukommen. Eine Abhängigkeitserkrankung kann so einnehmend sein, dass es nicht (mehr) gelingt, ausreichend für die eigenen Kinder da zu sein, was mit starken Schuldgefühlen einhergeht. Denn die Sucht absorbiert und verstellt die Sicht auf das Wesentliche.

Hat sich eine Suchterkrankung entwickelt, kommt es oft zu schnell wechselnder Stimmung, und damit verbunden auch zu sprunghaften Veränderungen im Verhalten einer Mutter oder eines Vaters gegenüber den Kindern: Pläne werden gemacht, dann jedoch spontan aufgrund des Konsums über Bord geworfen. Versprechungen können nicht eingehalten wer-

den und es kommt häufig zu unpassenden und scheinbar willkürlichen Reaktionen auf das Kind. Kinder mit suchtkranken Eltern erfahren somit oft wenig Zuverlässigkeit und Kontinuität. Die fehlende äussere Orientierung führt zu mangelnder innerer Stabilität.

Hat die Sucht einen im Griff, fällt es schwer, die Bedürfnisse der Tochter oder des Sohnes ausreichend wahrzunehmen und feinfühlig auf sie einzugehen. Nicht selten erleben Kinder aus suchtbelasteten Familien (als Opfer oder Zeuge) auch psychische oder physische Gewalt durch die alkoholabhängige Mutter, oder den drogenabhängigen Vater. Anstatt der nötigen Geborgenheit und Stabilität machen sie Erfahrungen von Angst und Unsicherheit.

Wenn der Substanzkonsum bestimmend wird, kommt vieles anderes zu kurz. In der Folge übernehmen Kinder suchtkranker Eltern oft sehr früh Verantwortung und versuchen Aufgaben zu erfüllen, die nicht altersangemessen sind und sie ständig überfordern. Plagende Schuld- und Schamgefühle gehören dazu. Häufig laden diese Kinder keine Freunde zu sich nach Hause ein, aus Angst, die Suchtproblematik der Eltern könnte bemerkt werden. Soziale Isolation ist in einer solchen Situation kein seltenes Phänomen.

All dies kann die Entwicklung von Kindern aus suchtbelasteten Familien stark beeinträchtigen. Sie haben ein deutlich erhöhtes Risiko, im Erwachsenenalter selbst eine Abhängigkeitserkrankung oder

auch eine andere psychische Erkrankung zu entwickeln. Viele, die in unserer Fachstelle Rat suchen, sind selbst in einer suchtbelasteten Familie aufgewachsen, oder wurden auf andere Weise traumatisiert.

Die Wahrscheinlichkeit, eine suchtbelastete Jugend ohne schwerere Folgen zu überstehen, steigt erheblich an, wenn ein Kind innerhalb oder ausserhalb der Familie eine oder mehrere verlässliche und zugewandte Bezugspersonen hat (z.B. Götti, Lehrerin, Sporttrainer, Tante, Nachbarin etc.). Wenn betroffene Kinder zudem die Möglichkeit bekommen, ihre Fähigkeiten im Sport, in der Musik oder anderen Vereinen auszuleben, trägt dies zum Aufbau eines stabilen Selbstwerts bei. Auch spezifische Unterstützungsangebote können Halt und Orientierung

geben. So werden Jugendliche beispielsweise von der Jugendberatung Blinker, welche ebenfalls eine Fachstelle des Sozialdiensts Limmattal (SDL) ist, beraten und unterstützt. Ferner setzt sich die Suchtprävention, ebenfalls eine Stelle des SDL, mit Schulungen von Schlüsselpersonen sowie mit der Organisation von Sensibilisierungs- und Vernetzungsanlässen für dieses wichtige Thema ein.

In unserer Beratungsstelle betreuen wir die sucht betroffenen Eltern, die medikamentenabhängige Mutter oder den spielsüchtigen Vater. Dabei ist uns der Blick auf das Umfeld des ratsuchenden Menschen sehr wichtig. So geht es auch darum, die abhängige Person in ihrer Rolle als Mutter oder Vater zu stärken. Denn alle Eltern wollen gute Eltern sein.

Möchten Sie Adressen von Unterstützungsangeboten für betroffene Kinder und Jugendliche im Bezirk Dietikon? Gerne dürfen Sie sich bei uns melden.



Annik Schaad

MSc Psychologin, Systemische Beratung und Psychotherapie (IEF)

Beratung in Suchtfragen bis
Fachstelle des Sozialdiensts
Limmattal
Poststrasse 14
8953 Dietikon

Tel. +41447415656
Mail: beratung-in-suchtfragen@sd-l.ch
www.sucht-beratung.ch