



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG

spectra

Gesundheitsförderung und Prävention



DE

spectra > Themen > Kampagnen und Empfehlungen



30.06.2017



Selbsthilfe der Eltern von suchtkranken Töchtern und Söhnen

Sucht. Am letzten Mittwochabend jeden Monats trifft sich die Selbsthilfegruppe der Elternvereinigung drogenabhängiger Jugendlicher im Selbsthilfezentrum Bern am Bollwerk. spectra sprach vor dem Treffen mit den Leiterinnen zweier Selbsthilfegruppen, Frau Hänni und Frau T.H., über ihre eigene Geschichte und ihre Motivation zum Leiten der Gruppen. Beim anschliessenden Treffen der Selbsthilfegruppe Sucht kam spectra mit elf betroffenen Eltern auf den gesellschaftlichen Umgang mit illegalen Drogen zu sprechen und den persönlichen Nutzen durch den regelmässigen Austausch.

Noch ist es hell draussen, als wir von Frau O.H. und Frau T.H. begrüsst werden. Aus dem Fenster im vierten Stock, in dem unser Gespräch und das Treffen der Selbsthilfegruppe stattfinden, fällt der Blick auf die Anlaufstelle Contact für suchtkranke Personen und das Dach der Reitschule. «Da liegt



alles nahe zusammen », geht es uns durch den Kopf, als wir uns an den runden Tisch setzen und das Gespräch beginnen.

Die Selbsthilfegruppe-Leiterinnen als Angehörige

«Ja, heute gibt es mehr Hilfsangebote für Angehörige als früher», bestätigt Frau O.H. und stellt damit eine positive Veränderung in den letzten 30 Jahren im Umfeld Sucht fest. Dazu beigetragen haben sie beide: Frau O.H. als Leiterin der Selbsthilfegruppe für Eltern und Angehörige von suchtkranken Kindern und Frau T.H. als Leiterin der

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Patienten mit einer Borderlineerkrankung und als Mitglied im Vorstand des Dachverbandes Eltern- und Angehörigenvereinigungen im Umfeld Sucht (VEVDAJ).

«Doch sonst ist vieles noch wie früher. Die Probleme der Suchtkranken und unsere Möglichkeiten, ihnen zu helfen, haben sich kaum geändert», meint Frau O.H. und kommt auf ihre eigene Geschichte zu sprechen. Sie hatte keine Ahnung von Drogen, als sie erstmals mit der Sucht ihrer damals 16-jährigen Tochter konfrontiert wurde. Aus einer, wie Frau O.H. damals hoffte, kurzen Phase des Ausprobierens wurde eine lange Leidensgeschichte mit Entzugsversuchen, Lügengeschichten und Enttäuschungen.

Ein Treffen, einmal im Monat

Und heute? Heute ist ihre Tochter glücklich verheiratet, geht einer Arbeit nach und ist in einem Methadonprogramm (d.h. einem Substitutionsprogramm für erwachsene, opiatabhängige Personen). Genau diese Hoffnung möchte Frau O.H. den Teilnehmenden der Selbsthilfegruppe vermitteln, auch wenn es ein steiniger Weg ist. Wie in der Selbsthilfe üblich, leiten beide Frauen die Gruppen ohne eine spezifische Ausbildung – ihre Erfahrungen und der offene Umgang mit dem Thema sind ihre Werkzeuge, um die Teilnehmenden zu unterstützen. «Die Stigmatisierung, welche man als Eltern erlebt, und die Schuldgefühle gegenüber den suchtkranken Kindern teilen alle in der Gruppe. Und durch den Austausch profitiert man von den Erfahrungen der Anderen.» Eröffnet wird ein Treffen meist mit der Frage, wen etwas besonders beschäftigt. «Manchmal möchten Teilnehmende aber auch einfach nur zuhören; auch das hat Platz», erklärt Frau T.H. Die zweistündigen Treffen finden einmal pro Monat statt. Für die Raummiete ist ein kleiner Obolus geschuldet.

«Es wäre schön, wenn der Raum gratis zur Verfügung gestellt würde», sind sich beide Leiterinnen einig. Neben ihrem Einsatz in der Selbsthilfe betreibt Frau O.H. seit 25 Jahren eine Essensausgabe für Drogenabhängige. Unterstützt wird sie durch zwei Mütter, die an den Treffen der Selbsthilfegruppe teilnehmen. Werbung machen für diese Arbeit würde Frau O.H. allerdings nicht. «Es ist hart, sein Kind plötzlich auf der Gasse zu treffen », weiss sie aus eigener Erfahrung. Unser Gespräch neigt sich dem Ende zu und Frau T.H. holt die wartenden Eltern für das Treffen der Selbsthilfegruppe ab. Wir haben die Möglichkeit, die erste halbe Stunde beim Austausch dabei zu sein.

Das Gruppengespräch beginnt

Pünktlich um 19.30 Uhr setzen sich zehn Frauen und ein Mann um den runden Tisch. Sie sind zwischen 40 und ungefähr 60 Jahre alt. Zurzeit gibt es zwischen Oberraargau und dem Berner Oberland nur diese eine Selbsthilfegruppe in Bern. Die Eltern der suchterkrankten Kinder reisen somit von nah

und fern an. Sie sind zur Gruppe gestossen, weil sie ihnen von Fachpersonen vermittelt wurde, sie auf dem Internet darauf gestossen sind oder weil Bekannte sie zur Teilnahme ermutigt haben. Sie sind unterschiedlich lange mit dabei. Teils sind ihre suchterkrankten Töchter oder Söhne inzwischen erwachsen. Einige von ihnen haben es ganz geschafft, von den Drogen wegzukommen. Wenn nicht, können sie mit Substitutionsprogrammen oder der Heroinabgabe ein menschenwürdiges Leben führen. Die Krankheit begleitet die Eltern aber weit über ihre Fürsorgepflicht hinaus. Während unserer halbstündigen Anwesenheit stehen der Nutzen der Gruppe und der gesellschaftliche Umgang mit illegalen Drogen im Zentrum.

Stimmen aus der Gruppe Die Stimmung in der Berner Gruppe unter der Leitung von O.H. ist offen und locker. «Man versteht sich, weil alle wissen, wovon gesprochen wird», sagt ein Mitglied auf die Frage, weshalb es diesen langen Weg einmal im Monat auf sich nimmt. Alle stimmen zu. Ihre Erfahrungen um die vielfältigen Sorgen um das Kind verbinde sie. «Hier werden einem nicht noch mehr Schuldgefühle aufgebürdet, man hat ja schon mit der eigenen Schuldzuweisung genug zu kämpfen», sagt eine andere Person. «Schuldgefühle bringen uns keinen Schritt weiter, wir unterstützen uns gegenseitig, um Perspektiven in persönlichen Krisen zu erkennen», erwidert jemand. «Wir können auch zusammen lachen», fügt jemand anderes an. «Ich bin dabei, um neu einsteigenden Eltern gangbare und sinnstiftende Wege aufzuzeigen», heisst es weiter. Dann wechselt das Thema auf die gesellschaftliche Ebene. «Ich verstehe nicht, wie unsere Gesellschaft funktioniert: saubere Spritzen anbieten, aber nicht fragen, woher der Stoff kommt. Und auf der Strasse wird der Konsum strafverfolgt. » Einige sind der Meinung, dass die Legalisierung eine ihrer Sorgen lindern würde.

Die Zeit verging sehr rasch und wir waren vom Gesprächsverlauf beeindruckt. Aus unserer Sicht ist diese Selbsthilfegruppe eine gute Sache, und sie verdient gesellschaftliche Anerkennung. Herzlich bedanken möchten wir uns bei Frau O.H. und Frau T.H. für ihre Bereitschaft, uns am Treffen teilnehmen zu lassen, und ihre grosse Offenheit um das Thema Sucht.

Die Selbsthilfegruppe in Bern besteht seit 1976. Die erste Anlaufstelle für Drogenabhängige wurde 1986 in Bern eröffnet.

Die Reportage wurde durchgeführt von Luzia Inauen, Hochschulpraktikantin der Abteilung Prävention nichtübertragbarer Krankheiten, und Regula Rička- Heidelberg, Sektion Nationale Gesundheitspolitik.

Dachverband Eltern- und Angehörigenvereinigungen im Umfeld Sucht (VEVD AJ)

Das Angebot der Selbsthilfegruppe für Eltern von suchtkranken Kindern läuft über den Dachverband VEVD AJ. VEVD AJ ist ein politisch und konfessionell neutraler Verband, der Eltern- und Angehörigengruppierungen aus der deutschen, der italienischen und z.T. der französischen Schweiz umfasst. Gegründet wurde der Verein 1986 in Solothurn.

Im Moment gibt es schweizweit drei Selbsthilfegruppen für Eltern von suchtkranken Kindern: in Bern, in Zürich und in Aarau. Die Gruppen treffen sich einmal pro Monat. Das Ziel der Vereinigung ist, das Netz an Selbsthilfegruppen in weiteren Regionen auszubauen. Weitere Infos unter: www.vevdaj.ch