

Blaues Kreuz

«Häufig sind Kinder in einem Loyalitätskonflikt»

Das Blaue Kreuz beteiligt sich an der von Sucht Schweiz geleiteten Aktionswoche «Kinder von suchtbetroffenen Eltern», die vom 17. bis 23. März stattfindet. Wir haben Nicole Chiantera-Tobler, spezialisiert auf Sucht in der Familie, zu ihrem Berufsalltag befragt.



Das Blaue Kreuz bietet Beratungen zu «Sucht in der Familie» an.

Nicole, du arbeitest seit März 2023 beim Blauen Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg als Suchtberaterin und befasst dich schwerpunktmässig mit Kindern von suchtbelasteten Eltern. Gibt es Zahlen oder Schätzungen darüber, wie viele Kinder in einer Familie mit problematischem Konsum leben?

Nicole Chiantera-Tobler: Sucht Schweiz nennt rund 100'000 betroffene Kinder. Man vermutet allerdings eine höhere Dunkelziffer. In einer Studie von Prof. Oliver Hümbelin von der Berner Fachhochschule aus dem Jahr 2020 heisst es, dass in der Schweiz 5,8 Prozent der Kinder in einer Familie mit risikoreichem Alkoholkonsum aufwachsen. Das entspricht einer Anzahl von 73'136 Kindern.

Wenn Kinder betroffen sind, wird ein Alkoholproblem noch stärker tabuisiert. Wie spürst du dieses Doppeltabu in deiner Arbeit?

Ja, es ist tatsächlich ein heikles Thema. Die Eltern wollen gute Eltern sein, aber durch ihre Sucht können sie das nicht so sein, wie sie möchten. Häufig haben sie Angst, dass ihnen die KESB die Kinder wegnimmt.

Was erleben Kinder in suchtbetroffenen Familien im Alltag Zuhause und in der Schule?

Der übermässige Alkoholkonsum der Eltern beeinflusst die Kinder und ihre Entwicklung stark. Das können beispielsweise schlechtere Schulleistungen sein:

Liebe Leserin, lieber Leser

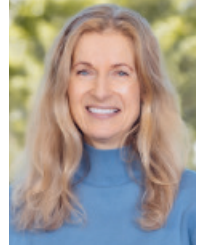
«Alkohol ist die einzige Droge, bei der man sich rechtfertigen muss, wenn man sie nicht konsumieren will.» Mit dieser Aussage beginnt die TV-Dokumentation «Die Macht des Alkohols» des deutschen Arztes und Journalisten Eckart von Hirschhausen. Er zeigt darin, was die Volksdroge Nummer eins in unserem Körper, in unserer Gesellschaft und in unseren Beziehungen bewirkt (Erstausstrahlung am 27. Januar 2025, zu finden in der ARD-Mediathek). Von Hirschhausen macht seit vielen Jahren beim «Dry January» mit. Auf Seite 5 erfahren Sie, wie erfolgreich die fünfte Ausgabe dieser Alkoholpräventionskampagne in der Schweiz verlief.

Bekanntlich ist Alkohol nicht nur ein Genussmittel, sondern auch eine schädliche und süchtig machende Substanz. Die Leidtragenden sind nicht nur die Alkoholabhängigen selbst, sondern auch die ihnen nahestehenden Personen. Wenn die Betroffenen auch Eltern sind, ist die Sucht ein doppeltes Tabu. Deshalb hat sich das Blaue Kreuz der Aktionswoche «Kinder von suchtbetroffenen Eltern» angeschlossen. Wir haben eine Beraterin des Blauen Kreuzes zu ihrem Berufsalltag mit Kindern, deren Eltern von Alkoholsucht betroffen sind, interviewt.

Zudem blicken wir über die Landesgrenzen hinaus, auf den afrikanischen Kontinent. Das Internationale Blaue Kreuz (IBC) führt in mehreren afrikanischen Ländern Projekte in der Suchtprävention, Bildung und Gesundheitsförderung durch. In Togo bewirkt das IBC mit relativ wenig Mitteln deutliche Verbesserungen in der Suchtprävention. Den Bericht einer eindrücklichen IBC-Projektverantwortlichen nach ihrem einwöchigen Besuch in Lomé lesen Sie auf Seite 6.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre!

Francesca Heiniger
Co-Leiterin Kommunikation
und Fundraising





Kinder können Mobbing ausgesetzt sein, wenn ihre Eltern übermässig viel Alkohol trinken (Symbolbild)

Die Kinder können ihre Hausaufgaben nicht machen oder sich nicht auf Prüfungen vorbereiten, weil ihre Eltern streiten oder zu betrunken sind. Häufig schämen sich die Kinder und laden ihre Schulkameradinnen und Schulkameraden nicht ein, weil die Eltern sich unberechenbar verhalten. Auch kann es sein, dass Eltern ihren Kindern verbieten, andere Kinder mit nach Hause zu bringen. Eltern vergessen Dinge oder holen ihre Kinder nicht ab oder die Kinder sind nicht wettergerecht angezogen. Generell leidet die Verlässlichkeit der Familie. Das Kind fühlt sich nicht sicher, es fehlt ihm an Stabilität, es leidet unter Ängsten, Verunsicherung und einem verminderten Selbstwertgefühl. Oft nimmt es schon früh die Rolle der Eltern ein. Ich hatte ein 7-jähriges Mädchen in meiner Beratung, das viel allein Zuhause war, ohne Betreuung. Sie musste viel im Haushalt mithelfen, Dinge erledigen und konnte darum nicht wirklich Kind sein.

Wer meldet sich beim Blauen Kreuz für eine Beratung?

Meistens melden sich die suchtbetroffenen Personen selbst oder die Angehörigen von

betroffenen Personen per Telefon oder online. Minderjährige Kinder können aus gesetzlichen Gründen nicht ohne die Einwilligung der Eltern zu uns kommen.

Wie läuft eine solche Beratung ab?

Zum Erstgespräch kommen die Eltern gemeinsam oder ein Elternteil allein. Erst bei der zweiten Sitzung werden die Kinder dazu genommen.

«Die Verlässlichkeit der Familie leidet»

Im weiteren Verlauf kommen die Kinder, wenn sie schon etwas grösser sind, allein, und die Eltern sind je nach Bedarf dabei. Wir arbeiten sogenannten systemisch, das heisst, wir betrachten das gesamte System und versuchen, darin Lösungen zu finden. Die Arbeit mit dem Familiensystem und dem Umfeld kann sehr komplex und manchmal auch anstrengend sein. Aber es lohnt sich auf jeden Fall.

«Kinder bekommen das Trinken ihrer Eltern immer mit»

Häufig geben sich die Kinder selbst die Schuld für diese Situation und denken: «Wenn ich ein liebes Kind wäre, müsste mein Papa nicht trinken.» Erlebst du dies in deiner Beratung?

Ja, das kann ich bestätigen. Ich hatte einen 9-jährigen Jungen bei mir in der Beratung, der mir sagte, dass er das Gefühl habe, schuld an allem zu sein. Er dachte, weil er

sich so oft mit seiner Schwester streite, sei er schuld daran, dass sein Vater trinke. Es war dann im Gespräch wichtig, dass ich ihn entlastete und betonte, dass er keine Schuld an der Situation trage. Häufig ist dieses Schuldgefühl aber stark und tief verankert. Kinder geraten oft in einen Loyalitätskonflikt: Sie haben Angst, ihre Eltern zu verraten und Verantwortung an einer möglichen Eskalation zu tragen. Ein weiteres Thema ist Mobbing. Ein Kind erzählte mir, dass es in der Klasse gemobbt werde. Wegen des Alkoholproblems der Eltern sanken die Schulnoten des Kindes, es isolierte sich mehr und mehr. In der Beratung gab ich dem Kind Gehör und bot ihm an, dass es mit mir darüber sprechen könne, weil es das mit den Eltern nicht konnte. In der gemeinsamen Beratung mit den Eltern habe ich dies dann thematisiert.

Wie ging es weiter?

Die Eltern waren schockiert, als sie vom Mobbing erfuhren. Sie hatten davon nichts mitbekommen. Zusammen mit den Lehrpersonen und dem Schulsozialdienst suchten wir nach Lösungen.

Kamen die Eltern zum Blauen Kreuz in die Suchtberatung?

Wir führen das Angebot «Sucht in der Familie» zu dritt. Tatsächlich gingen der trinkende Elternteil und der Ehepartner zu einer meiner Teamkolleginnen in die Beratung, während die Kinder bei mir in der Beratung waren. Glücklicherweise konnten wir den Fall inzwischen abschliessen.

Empfinden Kinder manchmal Wut oder Hass auf ihre Eltern?

Man muss differenzieren: Es ist nicht so, dass die betroffenen Kinder die Elternperson generell hassen, sondern den alkoholtrinkenden Teil der Elternperson. Wenn die Elternperson mal nicht konsumiert und gutgelaunt oder unternehmungslustig ist, dann liebt das Kind seine Eltern wie in einer nicht suchtbelasteten Familie.

Verheimlichen Eltern ihre Sucht vor ihren Kindern?

Ja, viele Eltern verstecken Flaschen und glauben, die Kinder würden sie nicht finden. Oder

sie trinken, wenn sie denken, dass die Kinder schlafen. Kinder sind sehr feinfühlig. Sie merken sehr schnell, wenn etwas nicht stimmt und dass das Verhalten der Eltern anders ist. Kinder bekommen das Trinken der Eltern immer mit.

**«In unserem Atelier dürfen
Kinder Kinder sein»**

Wie hoch ist das Risiko, dass Kinder von trinkenden Eltern später psychische Probleme bekommen?

Gemäss dem Institut Kinderseele Schweiz haben solche Kinder ein um 50 Prozent höheres Risiko, später psychische Probleme zu bekommen.

Was kann man tun, damit es nicht so weit kommt?

In unserer Funktion können wir früh intervenieren, den Kindern Gehör schenken, sie entlasten. Das ist entscheidend für die Entwicklung und spätere Zukunft des Kindes. «Sucht in der Familie» ist ein Angebot dazwischen, das heisst, wir entlasten die Kinder, die noch nicht in eine Therapie gehen, aber viel durchmachen und viel erlebt haben. Wir fragen: «Was benötigt das Kind?» Wir besprechen mit den Kindern die fünf Gefühle Angst, Wut, Scham, Verantwortung und Misstrauen.

Musst du ein Kind manchmal in eine Therapie weiterschicken?

Je nachdem, wie schwer das Kind unter der Situation leidet, schicken wir es zu einer Psychologin, einem Psychologen oder in die Psychotherapie. Dann weiss ich, dass das Kind gut aufgehoben ist.

Was ist das Wichtigste für betroffene Kinder, um ihnen eine möglichst gute Entwicklung zu ermöglichen?

Für eine Stimmung zu sorgen, in der sie das Geheimnis aussprechen können, ihnen zuhören, ihren Selbstwert stärken. Und das Kind muss eine Bezugsperson haben, welche die «3v» erfüllt: ver-

traut, verlässlich und verfügbar. Wir haben bei uns auf der Fachstelle in Biel im 1. Stock ein Atelier, in dem Kinder Kinder sein und sich kreativ austoben dürfen: Hier können sie malen, basteln und spielen. Wenn sie wollen, dürfen sie währenddessen erzählen, was sie zu Hause belastet. Aber wir zwingen sie nicht dazu.

Bist du während dieser befristeten Zeit diese Bezugsperson, oder kann das auch jemand anderes sein?

Das kann ich sein, aber das kann natürlich auch jemand anderes sein, eine angehörige Person, eine Nachbarin. Wichtig ist, dass es eine solche Bezugsperson überhaupt gibt.

Besten Dank für das Gespräch!



Nicole Chiantera-Tobler, Suchtberaterin beim Blauen Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg

Die Gute Nachricht

*«Bleib bei uns, denn es will Abend werden,
und der Tag hat sich geneigt.»
Lukas 24,29*

In gut einem Monat feiern wir Karfreitag und Ostern. Dazu passt der Vers aus Lukas 24,29. Er stammt aus der Begegnung vom auferstandenen Jesus mit den beiden Emmaus-Jüngern, die traurig nach der Kreuzigung von Jesus unterwegs nach Hause waren. Plötzlich lief da einer mit ihnen, Jesus, den sie aber nicht erkannten. Sie luden ihn mit den obgenannten Worten zu sich ein. Erst beim Dankgebet am Tisch erkannten sie ihn. Und er verschwand vor ihnen. Die Traurigkeit wich grosser Freude, dass Jesus von den Toten auferstanden ist und sie liefen sofort nach Jerusalem zurück, um die frohe Botschaft zu verkünden.

Das ist eine meiner Lieblingsgeschichten der Bibel. Ich weiss nicht, ob ich den beiden Jüngern als langjähriger Jogger hätte folgen können. Die Freude war so gross, dass sie über sich hinauswuchsen und in Kürze wieder in Jerusalem waren.

Im Februar war ich als Wanderleiter 65+ der reformierten Kirchgemeinde Ittigen mit einer Gruppe auf einer Halbtageswanderung unterwegs nach Neuenegg. Die drei Glocken im Kirchturm von Neuenegg stammen aus dem Jahr 1861. Jede Glocke ist mit einem Bibelvers versehen. Zwei Verse haben mit dem auferstandenen Jesus zu tun; einerseits mit der Bitte «Bleib bei uns, denn es will Abend werden», andererseits mit der Zusage von Jesus: «Friede sei mit euch.» Nehmen wir die Glocken als Motivation mit in den Alltag und tragen diese Hoffnung selbst in die Welt hinaus.

Hansruedi Seiler
Team-Mitglied Blaukreuz-Bibelkurs

Alle Veranstaltungen während der Aktionswoche «Kinder von sucht betroffenen Eltern» sind auf der Website von Sucht Schweiz aufgelistet: <https://kinder-eltern-sucht.ch/nationale-aktionswoche/programm-der-aktionen/> Hier finden betroffene Jugendliche Informationen und Unterstützung: <https://mamatrinkt.ch/>