

# laut & leise

Magazin der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich

Nr. 1, März 2006, erscheint dreimal jährlich, Jahresabonnement Fr. 20.–



## *Familiengeschichten*

**SUCHT BEGINNT IM ALLTAG. PRÄVENTION AUCH.**  
Die Stellen für **Suchtprävention** im Kanton Zürich



# Die Lehre aus der Leere ziehen

**T**raditionelle Männlichkeit in unserer Gesellschaft baut auf den zentralen Pfeiler der Leistungsfähigkeit. Ein »echter Mann« gibt überall voll Gas, sei es im Beruf, im Sport oder im Bett. Fühlen und Wahrnehmen sind dabei eher hinderlich. Er muss schliesslich primär gut funktionieren. Der Preis für diese Aussenorientierung ist die innere Leere. Die Versuchung ist gross, diese mit Konsum, Exzess und Sucht zu füllen.

Traditionelle Väterlichkeit reproduziert dieses Muster. Nach wie vor praktiziert die übergrosse Mehrheit der Paare spätestens nach der Geburt des ersten Kindes die Rollenteilung von gestern: Er arbeitet ausser Haus und sorgt für das Familieneinkommen; sie sorgt für Heim und Kinder (und geht noch einer Teilzeitarbeit nach). Auch diese Aussenorientierung des Mannes hinterlässt eine Leerstelle. Den Kindern fehlen im Familienalltag männliche Bezugspersonen, an denen sie sich orientieren und reiben können. Der Vater wird zum Phantom, der in seiner Abwesenheit eine dumpfe Präsenz markiert. Eine moderne Familienpolitik würde einen Beitrag leisten, um diese Lücke zu verkleinern. Zieht sie die Lehren aus der Leere nicht, bleibt sie ein-dimensionales Flickwerk – oder gerät zum sozial- und gesundheitspolitischen Bumerang.

In seltener Einmütigkeit setzen Familienpolitiker/innen zurzeit gemeinsam mit den Wirtschaftslobbys politischen Druck auf, um ein enges Netz familienergänzender Tagesbetreuungsstrukturen zu etablieren. Am Ziel ist nichts auszusetzen, an der Motivation schon. Krippe und Tagesschulen können nicht allein dazu dienen, der Wirtschaft vermehrt weibliche Humanressourcen zuzuführen – und so das Vakuum elterlicher Präsenz zu vergrössern. Ein vermehrtes Engagement der Väter im Alltag ist unabdingbar.

Das ist erstens ein Gebot der Fairness; es gibt keinen rationalen Grund, warum die Aufteilung von Erwerbs- und Nichterwerbsarbeit zwischen den Geschlechtern nicht ausgeglichen sein soll. Das ist zweitens ein Gewinn für den Mann selbst; sein Erfahrungs- und Erlebnishorizont erweitert sich um die Innenperspektive – und setzt so einen stabileren zweiten Pfeiler männ-

licher Identität. Das ist drittens ein Beitrag zur Suchtprävention und Gesundheitsförderung – für die Männer selber wie auch für die Kinder. Das ist viertens ein betriebswirtschaftlicher Gewinn.

## Nach wie vor praktiziert die übergrosse Mehrheit der Paare spätestens nach der Geburt des ersten Kindes die Rollenteilung von gestern.

Die Studien sind gemacht: Eine familienorientierte Personalpolitik für männliche Angestellte ist profitabel. Warum bloss funktioniert die Wirtschaft ausgerechnet hier nicht nach dem Profitprinzip?



Markus Theunert ist Präsident von männer.ch (Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen, [www.maenner.ch](http://www.maenner.ch)) und Generalsekretär des Fachverbands Sucht ([www.fachverbandsucht.ch](http://www.fachverbandsucht.ch)).

### JAHRESTHEMA 2006

#### Frühintervention – die Schulen handeln!

Viele Schulen sehen zwar den Handlungsbedarf, nur wenige steigen konkret ins Thema Frühintervention ein. Eine Standortbestimmung wird zeigen, wo die Schulen bezüglich Frühintervention stehen, welches die Hindernisse sind, und welche Formen von Unterstützung erforderlich wären. Im Kontakt mit Schulleitungen und Schulbehörden werden Wege gesucht, Frühintervention auch politisch zu fördern. Erfolgreiche Beispiele aus der Praxis werden dokumentiert und in einem Leitfaden als Anschauungsmaterial zur Verfügung gestellt. Damit wollen die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich dazu beitragen, dass Schulen frühzeitig handeln können. Das Fachmagazin »laut & leise« wird im Oktober 2006 ausführlich berichten.

#### IMPRESSUM

laut & leise Nr. 1, März 2006

**Herausgeber:** Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich

**Zuschriften:** laut & leise, Postfach 7320, 8023 Zürich.

E-Mail: [info@suchtpraevention-zh.ch](mailto:info@suchtpraevention-zh.ch)

**Redaktions- und Produktionsleitung:** Brigitte Müller, [www.muellertext.ch](http://www.muellertext.ch)

**Redaktionsteam:** Charlotte Fritz (Vorsitz), Joseph Oggier, Barbara Steiger, Vera Weirich

**Mitarbeiter/innen dieser Nummer:** Markus Theunert, Eva Zeltner, Eva Imhoof

**Fotos:** Philippe Schiesser, Zürich

**Gestaltung:** Fabian Brunner, [fabian.brunner@bluewin.ch](mailto:fabian.brunner@bluewin.ch)

**Druck:** Zürichsee Druckereien AG, Stäfa

**Bezug von weiteren Exemplaren:** Sekretariat Zürichsee Druckereien AG, Tel.: 044 928 53 24. Unkostenbeitrag: bis 10 Ex. Fr. 5.- / ab 11 Ex. Fr. 10.-

**Abonnement:** Fr. 20.- jährlich. Bestellen bei: Sekretariat Zürichsee Druckereien AG, Tel. 044 928 53 24

**Adressänderung und Abbestellung:** Zürichsee Druckereien AG, Seestrasse 86, 8712 Stäfa oder [info@suchtpraevention-zh.ch](mailto:info@suchtpraevention-zh.ch)

*Die Beiträge und die Fotos in diesem »laut & leise« geben die Meinung der Autorinnen und Autoren wieder. Diese muss nicht mit der Meinung des Herausgebers, der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich, übereinstimmen.*

#### Inhalt

##### Heimat Familie?

Realitäten heutiger Familien ..... Seite 5

##### Stark für das Leben

Interview mit Eva Imhoof ..... Seite 9

##### Pubertät – Ablösung oder Krise?

Suchtprävention und Elternbildung ..... Seite 12

##### Mediothek

Praxisorientiertes Fachwissen ..... Seite 14

##### Adressen

Das komplette Verzeichnis der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich ..... Seite 15



# Heimat Familie?

**Das herkömmliche Familienbild ist durch eine multifamiliäre Gemeinschaft abgelöst worden. Eine Chance, weil in diesen Familien die Vielseitigkeit lebt; eine Gefahr, weil die Verantwortung für ein gutes Familienleben verloren gehen kann. Eine Momentaufnahme.** Text: Eva Zeltner

**E**in Morgen in beliebigen Schweizer Familien: Hier schickt sich eine alleinerziehende Mutter an, ihren kleinen Sohn für die Krippe fertig zu machen, dort verabschiedet ein erwerbsloser Vater seine beiden Kinder für die Schule, die Mutter arbeitet bereits im Supermarkt, eine andere Mutter trinkt Kaffee und mahnt ihren Teenager, sich zu beeilen und sich in der Schule mehr anzustrengen, der Vater ist Pendler und schon weg. In einem Villenviertel chauffiert Mama ihr Töchterchen im Geländewagen ein paar hundert Meter weit bis vor den Schulhof, in anderen Familien wiederum stehen Kinder alleine auf, ihre Eltern arbeiten bereits, sind krank oder fallen aus anderen Gründen aus. Anderswo sind Grosseltern auf dem Weg zum ganz-tägigen Enkelhüten.

## Gestern – heute

Noch vor fünfzig Jahren hätte um dieselbe Zeit die grosse Mehrzahl aller Familien gemeinsam gefrühstückt, um 12 Uhr zusammen Mittag gegessen und nach 18 Uhr das Nachtessen eingenommen. Dann wusch die Mutter das Geschirr, und die Kinder trockneten ab. Der Tagesablauf der meisten Familien glich sich in seiner äusseren Form. Heute ist das nicht mehr der Fall. Die Realität heutiger Familien ist so vielfältig und pluralistisch wie unsere westliche Gesellschaft.

## Ein Blick zurück

Familien existieren, seit Menschen in Behausungen Schutz suchten, Kinder zeugten und pflegten und sich vor wilden Tieren und Feinden verteidigten. Ökonomische, politische und persönliche Gründe führten dazu, dass mehrere Generationen zusammenlebten. Im Laufe der Jahrtausende hat sich die Familie immer wieder gewandelt, zuletzt von der Grosszur Kleinstfamilie.

Es gab – nebst grosser Frauendiskriminierung – zwischendurch Phasen relativer Gleichberechtigung, auch wenn die Arbeitsteilung der Frau auf Haus, Hof, Küche und Kind beschränkt und der Mann für den »Aussendienst« zuständig war. Kinder wurden lange Zeit wie Er-

wachsene behandelt und mussten von klein an arbeiten. Dass Kinder Rechte haben, ist eine Errungenschaft des 20. Jahrhunderts.

Erst mit der bürgerlichen Familie begann im 18. Jahrhundert, was wir heute unter Kindheit verstehen: Schulzeit und berufliche Ausbildung der (anfänglich reichen) Sprösslinge. Die verheiratete Bürgersfrau war Mutter und stand ihrem Haus vor. Frauen starben oft im Wochen-

sich in stetem Wandel. Soziolog/innen zählen über zwanzig mögliche Familienmodelle, wobei nur schon die Patchworkfamilien mehrere Varianten zulassen. Im Zeitalter der Lebensabschnitts-Partnerschaften wird zwar wieder gerne geheiratet, doch ebenso rasch geschieden. In der Folge entstanden neben dem herkömmlichen Familienmodell:

- Einelternfamilien
- Patchworkfamilien (ein geschiedener

---

**Noch nie hatten bei uns die Menschen so viele Freiheiten und Möglichkeiten für ihren Lebensentwurf, zumindest theoretisch. Das zeigt sich auch in den Varianten des familiären Zusammenlebens.**

---

bett, mit 40 waren sie alt. Die bürgerliche Familie wurde in Romanen gern als Idylle beschrieben, und so kommt es, dass heute noch in unseren Köpfen das Bild der »heilen« traditionellen Familie geistert: Vater, Mutter, Kinder am sonnigen Gartentisch beim Abendbrot. Keine Scheidung, keine existenziellen Ängste, kein Stress. Heute wissen wir um die Verlogenheit dieser geschönten Fassadenwelt.

## Moderner Familienalltag

Als Folge von Pille, Emanzipation der Frau mit Berufsausbildung, Erwerbstätigkeit und der zumindest gesetzlichen Gleichstellung der Geschlechter hat sich der Familienalltag nachhaltig geändert. Dass Mann und Frau sowohl Erwerbs- und Berufsarbeit als auch Haushalt und Erziehungsverantwortung teilen, ist noch keineswegs selbstverständlich, wird aber von immer mehr Paaren versucht.

Noch nie hatten bei uns die Menschen so viele Freiheiten und Möglichkeiten für ihren Lebensentwurf, zumindest theoretisch. Das zeigt sich auch in den Varianten des familiären Zusammenlebens. Die Kernfamilie, ein verheiratetes Paar mit Kind(ern), galt bis in die 68er-Jahre als Prototyp der Familie. Scheidungsfamilien haftete etwas Unseriöses an, uneheliche Kinder wurden stigmatisiert. Das hat sich grundlegend gebessert. Familienmuster von heute sind vielfältig und befinden

Elter mit Kindern lebt mit einem andern geschiedenen oder unverheirateten Elter mit Kindern zusammen)

- Familien mit einem biologischen und einem sozialen Elternteil
- Gleichgeschlechtliche Partnerschaften mit Kind (ern)
- Adoptivfamilien
- Pflegefamilien

Das heutige Familienleben wird immer mehr bestimmt durch ausserhäusliche Berufstätigkeit der Mütter, Krippen, Horte, Tagesmütter, Ganztagschulen. Auch durch die schrumpfende Familiengrösse und das steigende Alter der Mutter beim ersten Kind, ferner durch die hohe Scheidungsrate. Junge Mütter mit mehr als drei Kindern gehören meistens einem anderen Kulturkreis an oder sind sehr religiös. Zudem können Kinder den Weg in die Armut beschleunigen. Die Angst vor Jobverlust beeinflusst immer häufiger auch den familiären Stimmungspegel. Früher war der Nachwuchs die einzige Altersversicherung, heute unterstützen Eltern oft ihre erwachsenen Kinder, die auch über die Zeit im »Hotel Mama« leben.

## Mehr Einzelkinder, ältere Eltern

Nach ihrer Ausbildung wollen junge Männer und Frauen erst einmal arbeiten, reisen, ein unabhängiges Leben führen. Der Kinderwunsch wird oft lange zurückgestellt. Doch bei Frauen tickt die biologi-

sche Uhr und verlangt um die vierzig eine ultimative Entscheidung. Wer dann das erste Kind kriegt, verzichtet oft auf weitere Nachkommen. In Einkindfamilien finden wir daher häufig ältere Eltern. Einzelkinder entwickeln sich aber sozial kompetent und kooperativ, wenn sie regelmässig mit anderen Mädchen und Jungs zusammenkommen. Nicht nur für

Jungs randalieren, suchen lebensgefährliche Kicks, zum Beispiel Zugsurfen, Mädchen verletzen sich selbst, um sich zu spüren. Manche Teens fliehen früh die Realität und dröhnen sich mit Alkohol und anderen Drogen zu.

Natürlich gilt für Gewalttätigkeit und/oder Drogenkonsum wie für jede andere Verhaltensauffälligkeit, dass mehre-

---

**Die neuen Väter, die partnerschaftlich Kinderbetreuung, Haus- und Berufsarbeit teilen, sind zwar am Zunehmen, aber noch immer in der Minderzahl. Sie gehören in der Regel der Mittelschicht an.**

---

Kinder berufstätiger Eltern, sondern auch für Kinder ohne Geschwister sind darum Krippen, Horte und Tagesschulen eine notwendige familienergänzende Unterstützung. Kostengünstige Krippenplätze können aber auch dazu beitragen, dass sich Paare wieder mehr Kinder wünschen und leisten können.

### **Alleinerziehende**

Neben Familien mit einem Kind mehrer sich jene mit einem Elternteil. Oft trifft beides zusammen. Einzeltern sind in der Mehrzahl Frauen, bewusst Alleinerziehende, Verwitwete oder Geschiedene. Die ausschliessliche Erwachsenen-Kind-Beziehung beinhaltet die Gefahr der emotionalen Enge durch zu starke Symbiose zwischen Mutter und Kind(ern). Dies ist manchen allein Betreuenden zu wenig bewusst.

Problematisch wird es, wenn die Heranwachsenden die Rolle des Ersatzpartners übernehmen und mütterliche Liebesdefizite heilen sollen. Die Versuchung, Sohn und/oder Tochter als Seelenwärmer zu benützen, ist in Kleinstfamilien besonders gross. Durch den Rollentausch werden die Kinder »verelterlicht«. Es fällt ihnen schwerer, gegen die einzige Bezugsperson rebellisch, frustriert oder traurig zu reagieren. Bei jedem Frust werden sie sofort (meist materiell) getröstet. Genau wie missbrauchte und vernachlässigte Kinder lernen sie, negative Gefühle auszublenden, bis sie ihre Emotionen nicht mehr wahrnehmen. Innere Leere und/oder auch Langeweile macht sie aggressiv gegen sich und andere. Ältere

re Ursachen als Auslöser zusammentreffen müssen. Elterliche Fehlhaltungen sind nur eine von vielen. Doch werden diese heute begünstigt durch Stress, Verunsicherung, Zeitmangel und Wankelpädagogik der Eltern im Umgang mit ihren Kindern.

Hätten allerdings die Verfechter der bürgerlich-pseudoheilen Familie Recht, gäben Söhne und Töchter aus den quasi intakten Fassadenfamilien kaum je zu Besorgnis Anlass, während sich Geschiedene, Patchworkeltern und Alleinerziehende ausschliesslich mit Problemkids herumschlagen müssten. Kleine und grosse Sorgenkinder stammen aber nicht ausschliesslich aus »broken homes«, von sozial Benachteiligten und Migranten, sondern aus sämtlichen Schichten und Familienmodellen.

### **Abwesenheit der Väter**

Auf die Dauer bedenklich ist das minimale zeitliche Engagement der Männer im Familienalltag und die Mehrfachbelastung der Frauen. Unabhängig vom Familienmodell glänzen Väter in der Realität durch Abwesenheit. Haushalt und Kindererziehung werden nach wie vor mehrheitlich der Mutter – ob berufstätig oder nicht – überlassen. Noch immer verhält sich ein Grossteil der Männer patriarchalisch: Job, Karriere, das Heim als Regenerationsbasis. Die neuen Väter, die partnerschaftlich Kinderbetreuung, Haus- und Berufsarbeit teilen, sind zwar am Zunehmen, aber noch immer in der Minderzahl. Sie gehören in der Regel der Mittelschicht an.

Die häufige Absenz der Väter schadet vor allem den Söhnen. Vielen Jungs fehlt heute eine positive Vaterfigur im Alltag: Eine männliche Identifikationsfigur, mit der sie sich messen, reiben und gegen die sie auch opponieren können. Etliche Kids suchen Ersatz-Vorbilder in Videos mit fragwürdigen Helden, bei Führern rechtsextremer Ideologien oder in Sekten. Andere werden kriminell, suchtabhängig oder gewalttätig. Etliche meiner schwierigen Schüler in Heimschulen stilisierten ihre unbekanntenen Väter zu grandiosen Männern, die sie vermissten und manchmal auch verachteten. Von vaterlosen Töchtern weiss man, dass sie überdurchschnittlich oft als Jugendliche schwanger werden.

### **Gesucht: männliche Vorbilder**

Anstelle des leiblichen Vaters übernehmen heute in immer mehr Familien soziale Ersatzväter deren Rolle. Gegenwärtig ist ein Teil der Männer in ihrer Identität aber so verunsichert, dass sie Söhnen und Töchtern keine positive Maskulinität vermitteln können. Viele verunsichert die Rolle des »neuen« Mannes, sie trauern dem alten Männlichkeitsideal, das der Emanzipation der Frau zum Opfer gefallen ist, nach. Dieses Dilemma verhindert zukunftsweisende männliche Vorbilder und begünstigt jugendliche Verhaltensstörungen. Die fatale Abwesenheit der Väter im familiären Alltag und an Elternabenden wird unterstützt durch die Flucht der Lehrer aus der Primarschule. Es gibt Buben, die bis zur Oberstufe ausschliesslich von Frauen betreut werden, zuhause, in Krippe, Kindergarten, Hort und in der Schule.

### **Offene Familienstrukturen**

Der Zeitgeist fördert nicht nur den Wertepluralismus, sondern die individuellen Lebens- und Erziehungsstile. Jede Familie hat ihre eigenen. Es fehlt ein pädagogischer Konsens, besonders auch zwischen Schule und Elternhaus. Professionelle Hilfsangebote werden immer wichtiger.

In vielen Familien hat ein offenes Haus die geschlossene Familienstruktur abgelöst. Anstelle der grossfamiliären Verwandtschaft sind Freunde von Eltern und

Kindern getreten. Neben viel Positivem besteht hier die Gefahr, dass aneinander vorbeigelebt wird: keine gemeinsamen Mahlzeiten, wenig Begegnungen. Schulkinder werden zu früh und zu oft sich selbst überlassen. Mit Folgen, die den allzu bequemen und »grosszügigen« Eltern nicht selten ein böses Erwachen bescheren.

### Pubertät

Die meisten Mütter und Väter pflegen mit dem Nachwuchs einen partnerschaftlichen Umgang. Trotzdem hat ihr Einfluss früh ausgespielt. Eltern erhalten Konkurrenz durch ausserfamiliäre Miterzieher: Werbung, Konsum, Peergruppen (Gleichaltrige, Jugendkulturen). Auf der Suche nach der Erwachsenen-Identität bieten Gleichaltrige zuerst eine Wir-Identität an. Mit eigener Sprache, Klamotten und Alkohol und Drogen als »Statussymbol« samt einem Wertekodex, der oft quer zu den elterlichen Ansichten steht. Diese Zeit kann turbulent sein und das Famili-

**Im besten Fall fühlen sich in der Familie alle wohl und vorübergehend auch beheimatet.**

enklime vergiften. Die früh pubertierenden Kids möchten einerseits selbstständig ihr Leben bestimmen, andererseits sind sie verunsichert durch hormonale Prozesse, die Körper und Psyche verändern. Sie wünschen ihre Eltern ins Pfefferland und erwarten trotz Gemotze deren Rückhalt und Zeit für Diskussionen.

Heute stecken aber viele Erwachsene ausgerechnet während der Pubertät der Kinder selber in einer Lebenskrise. Die zweite Pubertät der Mütter und Väter belastet den Familienalltag zusätzlich. Manche Ehe bricht dann auseinander, wenn die Kinder den unaufdringlichen Beistand der Eltern besonders brauchen.

### Vielseitigkeit als Chance

Abschliessend lässt sich feststellen: Die Chance der heutigen Familie ist ihre Vielseitigkeit. Doch liegt auch darin ihre Gefährdung. Im besten Fall fühlen sich in

dieser Gemeinschaft alle wohl und vorübergehend auch beheimatet.



**Eva Zeltner** ist als einziges Mädchen aufgewachsen unter verhaltensauffälligen Buben und männlichen Jugendlichen in einem Heim, das die Eltern leiteten. Lehrerin, Heilpädagogin, spätes Psychologiestudium an der Uni Zürich. Verheiratet, zwei Söhne, immer berufstätig. Lebt als Autorin und Publizistin in Zürich und Berlin.

### Bücher von Eva Zeltner

Kürzlich erschienen:

- »Halt die Schnauze, Mutter! Überforderte Eltern und Lehrpersonen«, Zytglogge, 2005, 2. Auflage.

Ferner sind folgende Bücher in den Verlagen Zytglogge oder dtv\* erschienen:

- »Kinder schlagen zurück«\* (1993, 3. Aufl.)
- »Mut zur Erziehung«\* (1995, 6. Aufl.)
- »Weder Macho noch Muttersöhnchen«\* /1997, 2. Aufl.)
- »Generationen-Mix« (1998)
- »Und plötzlich föhl ich mich alt. Vom Blues der mittleren Jahre« (2004, 2. Aufl.)





# Stark für das Leben

**Eltern zu stärken und ihnen somit Sicherheit zu vermitteln im Umgang mit ihren Kindern sind Ziele der Familienprojekte der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich. Wie konkret diese Arbeit aussieht, erklärt Eva Imhoof.**

Text: Brigitte Müller

**laut & leise:** Sie arbeiten bei der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich für den Bereich Familie. Welche Projekte betreuen Sie?

**Eva Imhoof:** Zusammen mit Magie Scheuble betreuen wir drei Schwerpunkte. Es sind Familienprojekte und Elternbildung zu Suchtprävention in den Quartieren und Schulen und das Projekt FemmesTische mit Migrantinnen.

**I & I:** Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Familie und Suchtprävention?

**Imhoof:** Eltern sind schon seit der Eröffnung der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich, 1985, ein wichtiges Zielpublikum für uns. Seit 12 Jahren besteht dazu ein eigener Bereich Familie, der zu meinen Kernaufgaben gehört.

**I & I:** Wen möchten Sie konkret mit Ihren Projekten ansprechen?

**Imhoof:** Wir möchten in direkten Kontakt kommen mit Müttern und Vätern. Damit unsere Angebote funktionieren, arbeiten wir mit Lehrerinnen und Lehrern und Elternorganisationen zusammen.

**I & I:** Welche Projekte können Sie im Quartier durchführen?

**Imhoof:** Zusammen mit anderen Beteiligten, zum Beispiel dem Gemeinschaftszentrum, einem Elternverein und den Kirchenbehörden organisieren wir Bildungsveranstaltungen, Quartieranlässe oder eine Theateraufführung mit Diskussion – je nachdem, was wir als sinnvoll erachten. Wertvoll sind zudem Gelegenheiten,

viel stärker als ein Vortrag. Es entstehen lebhaftere Gespräche und zusammen werden Lösungen erarbeitet, wie Eltern besser reagieren könnten. Diese Gedanken, Ideen und Erfahrungen werden dann von den Eltern konkret auf der Bühne umgesetzt. Ausserdem gibt es für die Zuschauer/innen viel zu lachen. Dieser Humor

---

**Die Eltern kommen freiwillig. Viele von ihnen fühlen sich unsicher, ob das Verhalten ihrer Kinder »normal« ist. Da helfen sachliche Informationen von Fachpersonen.**

---

ten, um sich zu begegnen und um sich zu vernetzen. Die Förderung des gegenseitigen Austausches ist sehr hilfreich.

**I & I:** Was für Veranstaltungen bieten Sie den Schulen?

**Imhoof:** Da bieten wir unterschiedliche Elternbildungsthemen zur Suchtprävention an. Bei solchen Veranstaltungen wird die Frage diskutiert, wie Kinder vor einer Suchtentwicklung geschützt werden können. Zum Thema »Immer mehr Jugendliche kiffen, rauchen oder trinken Alkohol – was können Eltern tun?« werden Fakten und Hintergründe zur Substanz, zum Konsumverhalten und zu den gesetzlichen Grundlagen erläutert.

kann auch später in so manchen erzieherischen Situationen helfen.

**I & I:** Sind Ihre Veranstaltungen nicht langweilige Pflichtübungen für Eltern?

**Imhoof:** Nein, denn die Eltern kommen freiwillig. Viele von ihnen fühlen sich unsicher, ob das Verhalten ihrer Kinder »normal« ist. Da helfen sachliche Informationen von Fachpersonen. Besonders wichtig ist auch der Austausch mit anderen Eltern. Im Gespräch merken Eltern, dass sie mit ihren Fragen und Sorgen nicht alleine sind, sondern es anderen Eltern ähnlich geht. Viele Eltern teilen uns nach Veranstaltungen mit, dass sie erleichtert sind.

**I & I:** Gibt es noch andere Themen?

**Imhoof:** Ja, wie »Keine Chance für Mobbing«, »Selbstverantwortliche Kinder«, »Früherkennung und Frühintervention«. Besonders beliebt sind unsere Veranstaltungen zusammen mit dem Forumtheater Zentrum zu den Themen »Ja oder Nein – Kinder fordern unsere Grenzen heraus« und »Kinder brauchen Regeln«. Nach einer kurzen theoretischen Einleitung werden Szenen aus dem Familienalltag gespielt. Danach können Eltern selber auf der Bühne unterschiedliches Verhalten ausprobieren.

**I & I:** Wie gehen Sie vor, um Migrant/innen mit Ihren Veranstaltungen zu erreichen?

**Imhoof:** Seit 1997 bauen wir ein Kontaktnetz zu interkulturellen Vermittler/-innen diverser Ethnien auf. Die verschiedenen Sucht- und Präventionsthemen erarbeiten wir jeweils mit diesen Vermittler/innen. Organisieren wir in einem Schulhaus eine Bildungsveranstaltung, klären wir zuvor ab, welche Ethnien eine grössere Gruppe bilden. Unsere interkulturellen Vermittler/innen kommen dann mit, um für ihre Sprachgruppe zu übersetzen und die ethnisch gemischte Diskussion zu moderieren.

**I & I:** Warum ist für Sie die Zusammenarbeit mit dem Forumtheater Zentrum Zürich wichtig?

**Imhoof:** Die Schauspielerinnen und Schauspieler spielen die Familienszenen lebendig und real. Diese Szenen wirken

**I & I:** Ist Ihnen die Vernetzung mit anderen Elternorganisationen wichtig?

**Imhoof:** Ja sehr. Der Erfahrungsaustausch mit anderen Organisationen sowie

## Film »Stark für das Leben«

Ein 27-minütiger Film zeigt in zehn Alltagsszenen wie Eltern und andere Bezugspersonen Kinder vom Babyalter bis zur Pubertät darin unterstützen können, Schutzfaktoren vor Sucht zu entwickeln. Der Film eignet sich als Input für Gruppengespräche.

**Sprachen:** deutsch und 12 Übersetzungen: albanisch, arabisch, englisch, französisch, italienisch, portugiesisch, russisch, serbisch-kroatisch-bosnisch, spanisch, tamil, thailändisch und türkisch.

**Umfang:** DVD mit Begleitheft

**Erhältlich bei:** pro juventute Hauptsitz, AAT, Seehofstrasse 15 / Postfach, 8032 Zürich  
Tel. 044 256 77 33, Fax 044 256 77 34,  
E-Mail: vertrieb@projuventute.ch

**Kosten:** 35 Franken inkl. Versandkosten

mit den Regionalen Suchtpräventionsstellen ist wichtig, damit wir voneinander erfahren, welche neuen Projekte entste-

dersetzung mit Erziehungsfragen und der Austausch mit anderen Eltern wirken sehr unterstützend. Die Eltern bekom-

Suchtprävention in der Familie«. Mit diesem Film konnte ich mir einen Traum erfüllen. Es war seit längerem mein Wunsch, zu zeigen, welche Schutzfaktoren innerhalb der Familie zur Stärkung der Kinder und Jugendlichen beitragen. Der Film thematisiert in zehn Alltagsszenen und dem nachfolgenden Kommentar diese Schutzfaktoren.

**Wir setzen uns dafür ein, dass Jugendliche Risikokompetenzen erwerben anstatt Risiken zu vermeiden. Damit Kinder Risikokompetenzen entwickeln können, braucht es Eltern, die Freiräume schaffen und ihre Kinder Erfahrungen machen lassen.**

hen und welche erfolgreich sind. In der Stadt Zürich wird vom Schuldepartement aus zweimal im Jahr ein Elternpodium organisiert, an dem bisher auch die Stadträtin Monika Weber, zusammen mit wichtigen Leuten der Verwaltung, persönlich teilnimmt. Wichtige Akteure/innen von städtischen Elternorganisationen kommen da zusammen und können ganz direkt ihre Anliegen einbringen.

**I & I:** Welche Hauptziele verfolgen Sie mit Ihren Projekten?

**Imhoof:** Wir möchten die Eltern im Umgang mit ihren Kindern stärken und ihnen Sicherheit vermitteln. Ganz wichtig sind dabei unsere Informationen über Schutzfaktoren. Die konkrete Auseinan-

men das Gefühl, dass sie nicht alleine sind mit ihren Fragen und Problemen.

**I & I:** Wie erreichen Sie Väter?

**Imhoof:** Ziemlich gut. Wir führen zu jeder Veranstaltung interne Statistiken. Dabei stellen wir fest, dass im Schnitt etwa 40 Prozent der Teilnehmer Väter sind. Bei Migranten, zum Beispiel aus Osteuropa, ist es so, dass sogar eher die Väter an einen Elternabend kommen. Bei den freiwilligen Vernetzungsgruppen sieht es anders aus. Hier treffen sich meist Frauen.

**I & I:** Welches Projekt liegt Ihnen momentan besonders am Herzen?

**Imhoof:** Ende Januar 2006 war die Premiere des Films »Stark für das Leben –

**I & I:** Welche Schutzfaktoren erachten Sie als besonders wichtig?

**Imhoof:** Alle zehn im Film thematisierten Schutzfaktoren erachte ich als wichtig (siehe Infobox unten, Red.). Jeder Schutzfaktor wurde wissenschaftlich untersucht. Wenn Eltern sich mehr darüber bewusst sind, was Kinder vor Sucht schützt, kann vieles erreicht werden. Dies zeigen ja auch die Untersuchungen unter dem Aspekt der Resilienz. Dabei geht es um Menschen, die als Kinder widrige Umstände – zum Beispiel Alkohol, Gewalt oder Armut – in ihrer Familie erfahren haben und trotzdem gesund geblieben sind.

**I & I:** Welche Risikofaktoren gilt es zu vermeiden?

**Imhoof:** Wir setzen uns dafür ein, dass

## SCHUTZFAKTOREN

### Wissen erleichtert das Erziehen von Kindern

Im Film »Stark für das Leben« werden folgende wichtigen Schutzfaktoren thematisiert:

- **Ein gutes Körpergefühl:** Zärtliche Berührungen der Eltern bewirken ein gutes Körpergefühl von Geburt an. Ebenso wichtig sind Bewegung, Ernährung, Entspannung etc.
- **Selbstwirksamkeit:** Wenn Eltern ihren Kindern immer wieder Mut machen und bei Schwierigkeiten nicht gleich eingreifen, lernen bereits kleine Kinder, dass sie ganz allein etwas bewirken können. So wächst ihr Selbstvertrauen.
- **Konfliktfähigkeit:** In Konfliktsituationen ist es wichtig, einander zuzuhören und sich ernst zu nehmen. Genau so wichtig ist es, die eigene Haltung auszudrücken und gemeinsam nach Lösungen zu suchen, die für alle stimmen.

• **Problemlösefähigkeit:** Probleme begegnen uns im Leben immer wieder. Gut, wenn schon Kinder lernen, ihnen entgegenzutreten. Menschen, die es sich zutrauen, Probleme zu lösen, sind weniger gefährdet, süchtig zu werden.

• **Wohlbefinden in der Familie:** miteinander essen, spielen, plaudern, streiten, kuscheln, herumtoben: das alles gehört zum gesunden, unterstützenden Familienalltag. Die zusammen verbrachte Zeit von Eltern und Kindern ist wertvoll. Sie bewirkt ein Gefühl von Zusammengehörigkeit und Geborgenheit.

• **Gefühle wahrnehmen:** Positive Gefühle wie Freude, Übermut und Stolz wahrzunehmen und auszudrücken, fällt den meisten Menschen nicht schwer. Eltern können ihren Kindern auch Trauer, Wut oder Angst nicht ersparen. Aber sie können ihnen zeigen, dass sie diese Gefühle ausdrücken dürfen.

• **Kommunikationsfähigkeit:** Erwachsene, die erzählen, was sie traurig oder wütend macht, sind gute Vorbilder. Sie sind für die Kinder spürbar und zeigen ihnen, dass auch diese Erfahrungen zum Leben gehören.

• **Selbstwertgefühl:** Wenn Eltern ihre Kinder grundsätzlich so annehmen, wie sie sind und an sie glauben, tragen sie viel zu deren Selbstwertgefühl bei.

• **Risikokompetenz:** Wenn Kinder und Jugendliche eigene Erfahrungen machen können, wächst ihre Kompetenz, mit Risiken, auch mit Suchtmitteln umgehen zu können.

• **Verbindliche Regeln:** Kinder und Jugendliche brauchen klare Grenzen und verbindliche Regeln, damit sie lernen können, Verantwortung zu übernehmen für sich und andere.

Jugendliche Risikokompetenzen erwerben anstatt Risiken zu vermeiden. Damit Kinder Risikokompetenzen entwickeln können, braucht es Eltern, die Freiräume schaffen und ihre Kinder Erfahrungen machen lassen.

**I & I:** Wie kam der Film zustande?

**Imhoof:** An mehreren Workshops entwickelten wir zusammen mit den FemmesTische-Moderatorinnen verschiedene Alltagsszenen zu möglichen Schutzfaktoren. Dann suchten wir Laien-Dar-

---

### **Eltern investieren viel in ihre Kinder und erhalten dafür wenig gesellschaftliche Anerkennung.**

---

steller/innen aus verschiedenen Ethnien und übten zusammen mit der Regisseurin Ursula Rey die Szenen. Erst dann entwickelten wir den Text für das Drehbuch. Dieses Drehbuch schickten wir in Vernehmlassung. Es wurde von zwei externen Fachleuten sowie von 20 unbeteiligten Eltern begutachtet. Zum Drehen des Filmes arbeiteten wir mit Profis vom Fernsehen zusammen.

**I & I:** An wen richtet sich der Film?

**Imhoof:** An alle Eltern und Leute, die erzieherisch tätig sind. Also auch an Fachleute von Institutionen. Für die FemmesTische mit Migrantinnen ist der Film sehr geeignet, denn er wurde in 12 Sprachen übersetzt.

**I & I:** Können Sie Aussagen dazu machen, welche Wirkung Ihre Arbeit zeigt?

**Imhoof:** Das ist eine der wichtigsten und gleichzeitig schwierigsten Fragen, die wir uns stellen, und die Beantwortung wird uns die nächsten Jahre beschäftigen. Was wir heute bereits tun, ist eine standardisierte Befragung der Organisator/innen nach einer Veranstaltung. Wir möchten wissen, wie sie die Veranstaltung und deren Wirkung beurteilen. Wir erhalten meist gute Noten, vor allem für die Anlässe zusammen mit dem Forumtheater.

**I & I:** Was raten Sie Eltern mit Familienproblemen, die kein Interesse für Ihre Bildungsangebote zeigen?

**Imhoof:** Für Leute, die sich weniger in ei-

ner Gruppe über ihre Familienprobleme äussern möchten, haben wir zusätzlich die »Helpline« für Eltern eingerichtet, Telefon 044 444 50 30.

**I & I:** Hat sich das Familienleben in den letzten zehn Jahren verändert?

**Imhoof:** Mmm, eigentlich hat sich in den letzten zehn Jahren nicht so viel verändert. Dies ist meine persönliche Wahrnehmung. Immer noch bewältigen Frauen – auch wenn sie berufstätig sind – den Hauptanteil der Familienarbeit. Immer noch hinken Politik und Wirtschaft mit familienfreundlichen Angeboten hinterher. Alles geht so langsam – und nach vielen gut gemeinten Worten folgen nur wenige Taten.

**I & I:** Gibt es Veränderungen, die sich als Schutzfaktoren erweisen können?

**Imhoof:** Ich kenne die konkreten Zahlen nicht genau, aber sicher werden heute mehr Kinder fremd betreut als noch vor zehn Jahren. Besonders für Einzelkinder kann der Aufenthalt in einer Krippe mit anderen Kindern die soziale Kompetenz fördern. Ebenso wird bei Kindern von Migrant/innen die Sprache schneller und besser vermittelt.

**I & I:** Sie sind selber Mutter von drei Kindern. Welche Momente sind für Sie wichtig in der Erziehung, im Umgang mit Ihren Kindern?

**Imhoof:** Ganz wichtig ist mir, dass wir immer wieder im Kontakt sind miteinander und wir auch gemeinsam etwas tun, wie Gesellschaftsspiele oder Ferien verbringen. Meine Zwillinge sind jetzt 14 Jahre alt und für sie sind gemeinsame Aktivitäten nicht mehr selbstverständlich. Wichtig sind mir auch die gemeinsamen Rituale, zum Beispiel das Nachtessen.

**I & I:** Welche politischen Verbesserungen wünschen Sie sich für Eltern?

**Imhoof:** Wie bereits angetönt, die Familienpolitik ist ein Stiefkind. Es darf doch nicht sein, dass »Kinder haben« zu sehr als Privatsache angeschaut wird. Schliesslich geht es um die Zukunft unserer Gesellschaft! Heute sind immer mehr junge Leute nicht mehr bereit, ihre Freiheit wegen Kindern aufzugeben. Denn Kinder bedeuten neben aller Freude auch Belastungen und Verantwortung übernehmen, dazu kommen finanzielle Einbus-

sen. Eltern investieren viel in ihre Kinder und erhalten dafür wenig gesellschaftliche Anerkennung. Vor allem die Familienarbeit von Frauen erfährt immer noch zu wenig Wertschätzung. Eltern und Kinder sollten viel mehr Unterstützung vom Staat, der Wirtschaft und der Gesellschaft erhalten.

■  
**Ansprechpersonen** im Fachbereich Eltern bei der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich:  
Eva Imhoof (Tel. 044 444 50 48) und Magje Scheuble (Tel. 044 444 50 57).

**Helpline für Eltern:** Tel. 044 444 50 30

**Brigitte Müller**, Texterin und Redaktionsleiterin laut & leise, stellte die Fragen.

---

## BELLA DONNA 2

### Thema Co-Verhalten

Nach bella donna 1 (Medikamentenverbrauch und -missbrauch) erscheint im Sommer 2006 bella donna 2 zum Thema des weiblichen Co-Verhaltens in Zusammenhang mit Alkoholismus.

Co-Verhalten entwickelt sich nicht von heute auf morgen. Es ist ein Prozess, der Hand in Hand mit der allmählichen Suchtentwicklung des Partners einhergeht. Eine co-handelnde Frau versucht, mit dem Verhalten des süchtigen Partners und dessen Sucht zu rechtzukommen, um die Beziehung oder die Familie zu stützen. Co-Verhalten wird auf die Dauer für die betroffenen Frauen selber zum Problem. Sie leiden unter der belastenden und manchmal aussichtslos erscheinenden Situation.

Die Zeitschrift liefert frauenbiografisches Erfahrungswissen. Dieses wird durch fachspezifisches Wissen zu den Hintergründen des Co-Verhaltens sowie Möglichkeiten professioneller Hilfe ergänzt.

**Infos:** ZüFAM, Tel. 044 271 87 23.

# Pubertät – Ablösung oder Krise?

**Suchtprävention beginnt in der Familie. Die Suchtpräventionsstellen des Kantons Zürich bieten deshalb unterschiedliche Kurse in der Elternbildung an. Als Beispiel ein Bericht der Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen.** Text Vera Weirich

Zuerst etwas Theorie: Das Menschen- und Familienbild der Mitarbeitenden der Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen folgt der Theorie und Philosophie der »Humanistischen Psychologie«. Insbesondere die Methoden der »Systemischen Familientherapie« und die »Themenzentrierte Interaktion« prägen die Struktur und die Inhalte der Elternbildungsveranstaltungen.

Menschen werden als soziale Wesen betrachtet, die sich in Beziehung und Kontakt zu anderen entwickeln können

**Eltern erkennen ihre Grenzen und wagen Hilfsangebote anzunehmen. Sie wissen nach diesem Kurs, wo sie Hilfe finden.**

und danach streben, ihre Potenziale weiter zu entfalten. Das Familienleben ist geprägt von den Wechselwirkungen zwischen Individuum, Familie und gesellschaftlichem Umfeld: zwischen den Familienregeln und den innerfamiliären Kommunikationsstrukturen und der Beziehung zu andern sozialen Systemen. In der Familie entsteht das persönliche Selbstwertgefühl als Voraussetzung für die Ich-Identität, für Veränderungs- und Entwicklungsprozesse.

## Adoleszenz – eine unsichere Zeit

Die Adoleszenz, umgangssprachlich Pubertät genannt ist eine schwierige Phase, da sie die Übergangszeit vom Kindes- ins Erwachsenenalter darstellt. Zusätzliche bedrohliche Situationen wie zum Beispiel schlechte Noten, Schulausschluss, Trennung der Eltern, Verlust von Freunden können zu Krisen führen. In solchen

### Sicherheit wirkt präventiv

Durch Sicherheit im Umgang mit den Krisen der Pubertät können Eltern dazu beitragen das Suchtrisiko bei ihren Kindern zu verringern. Fragen Sie bei Ihrer regionalen Suchtpräventionsstelle nach aktuellen Kursangeboten. Adressen Seite 15.

Situationen sind Jugendliche auf »stabile« Erwachsene angewiesen, welche Zeit haben für Gespräche und die mit Gefühlen umgehen können. Deshalb führt die Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen den Elternbildungskurs »Pubertät – Ablösung oder Krise?« in ihrem Veranstaltungskalender.

»Wenn es Eltern gut geht, geht es den Kindern ebenfalls gut« ist eine bekannte Aussage. Unsichere und unruhige Eltern übertragen ihre Gefühle auf ihre Kinder. Elternbildung will die Kompetenzen der Eltern erweitern und damit eine für Kinder und Jugendliche förderliche suchtpräventive Atmosphäre in ihrer Familie ermöglichen. Dort, wo Eltern nicht zufrieden mit sich und ihrer Familie sind, unterstützt die Elternbildung die Suche nach einem adäquaten Verhalten. Im Kurs werden erprobte und bewährte Alternativen angeboten.

## Wer besucht den Kurs?

Seit zwei Jahren kann der Kurs »Pubertät – Ablösung oder Krise?« regelmässig durchgeführt werden. Es kommen hauptsächlich Eltern mit dem Gefühl der Unsicherheit sowie Eltern mit konkreten

erlangen, ist es gut, wenn folgende Ziele angestrebt werden:

- Die Erziehenden kennen die Entwicklungsaufgaben von Jugendlichen, kennen verschiedene Ablösungsmuster sowie Risiko- und Schutzfaktoren für/gegen Krisen.
- Grenzen von »normaler« Ablösung und Besorgnis erregender Krise werden aufgezeigt.
- Erziehende formulieren ihre Sorgen und teilen diese mit anderen Eltern. Es geht um die Enttabuisierung von der Vorstellung, dass nur in der eigenen Familie nicht alles rund läuft.
- Neue und andere Handlungsstrategien werden entworfen und eventuell konkret miteinander geübt.
- Erziehende erkennen ihre Grenzen und wagen Hilfsangebote anzunehmen. Sie wissen nach diesem Kurs, wo sie Hilfe finden.

## Vier Schritte als Weg

Zuerst stellt sich die Kursleiterin vor und erzählt über ihren Auftrag und über ihren Bezug zum Thema. Dann stellen sich alle Eltern mit Namen vor und sagen, woher sie kommen. Danach wird in Zwei-

**Es kommen hauptsächlich Eltern mit dem Gefühl der Unsicherheit sowie Eltern mit konkreten Fragen zum Verhalten ihrer heranwachsenden Töchter und Söhne und zu ihren eigenen Reaktionen.**

Fragen zum Verhalten ihrer heranwachsenden Töchter und Söhne und zu ihren eigenen Reaktionen. Es nehmen auch Eltern teil, deren Kinder sich noch nicht in der pubertären Phase befinden, die sich aber präventiv informieren möchten. Oft staunen diese Eltern, dass die erzählten Situationen tatsächlich stattfinden können, während die Eltern mit pubertierenden Jugendlichen ein hohes Mass an Verständnis füreinander aufbringen.

## Einblick in die Praxis

Zu Beginn formuliert die Kursleiterin zusammen mit den Anwesenden die Ziele des Kurses. Um Sicherheit in der Zeit der Pubertät und in Krisensituationen zu

ergruppen – so genannten Murmelgruppen – berichtet: Wie war ich als Jugendliche? Wie sah ich aus, was waren meine Werte, meine Normen, meine Musik? Eine kleine Zusammenfassung des Gehörten im Plenum hilft die Anfangsscheu zu überwinden.

Als Zweites wird Wissen vermittelt über die Entwicklungen in der Adoleszenz, Schutz- und Risikofaktoren sowie über die verschiedenen in der Psychologie und Psychopathologie festgelegten Krisenzustände. Merkmale und worauf Erziehende achten können, um eine Krise zu erkennen, werden besprochen. Dabei wird klarer, was in Krisensituationen Sinn macht und was nicht.

Während der Pause steht für die Kurs-

teilnehmenden ein Büchertisch mit Fachinformationen bereit. Nach der Pause setzen wir uns zusammen, um an den aktuellen Sorgen zu arbeiten. Dabei stellen die Kursleitungen immer wieder fest, dass die Eltern meist gerne und erleichtert berichten, was sie bewegt.

---

### **Es gab sogar Eltern, die den Kurs mehrfach besuchten und so die Gelegenheit wahrnahmen, sich mit Fachleuten und anderen Eltern auszutauschen.**

---

Als letzter Schritt wird das Erzählte mit der Theorie über »Krise oder Ablösung?« verglichen, und es werden mögliche Risiken abgeschätzt. Danach erarbeiten alle zusammen neue Handlungsstrategien und Massnahmen für den Alltag. Das Erkennen eigener Fähigkeiten und Grenzen ist sehr wichtig.

Am Schluss werden die Informationen zu verschiedenen Fachstellen benannt sowie Dank ausgesprochen für das elterliche Interesse an Prävention, die Teilnahme und die Offenheit.

### **Respekt und Zuwendung**

Die Kursleitung muss die Fäden in der Hand haben, damit der Kurs möglichst für alle zu einem kleinen Erfolg wird.

- In den Gesprächsrunden sollen alle etwa zu gleichen Teilen zu Wort kommen. Falls das Thema verlassen wird, muss die Kursleiterin wieder zum Thema zurückführen.
- Allen Erziehungsstilen wird Respekt entgegengebracht, entwicklungshemmende Verhaltensweisen werden angesprochen, Alternativen aufgezeigt und geübt. Diese Übungen sollen hinderliches Verhalten reduzieren.

Diese Vorgaben fordern von der Leitung eine gute Wahrnehmung, aktives Zuhören, Distanz und grösstmögliche Normenfreiheit, eine Bewertung in »förderlich« und »hinderlich« und einen dezidierten Führungsstil. Durch Respekt, emotionale Zuwendung und eine vernetzende Kommunikationsform können Bekanntschaften über den Kurs hinaus entstehen.

Die ersten Zeichen, dass der Kurs ankommt, ist die rege Teilnahme während

des Kurses sowie die Zufriedenheit, die sich durch Klatschen am Ende des Kurses ausdrückt, die Bemerkungen auf den Evaluationsbogen und der Wunsch das Angebot weiterhin zu nutzen. Wenn in den folgenden Wochen Menschen in die Beratung kommen oder sich später per E-

Mail für die wertvolle Hilfe bedanken, dann war der Kurs mehr als ein Erfolg. Es gab sogar Eltern, die den Kurs mehrfach besuchten und so die Gelegenheit wahrnahmen, sich mit Fachleuten und anderen Eltern auszutauschen. Sie schätzten diese weitere Variante zu Beratung und Therapie, um sich Sicherheit zu erarbeiten für den Erziehungsalltag.



**Vera Weirich** ist Sozialarbeiterin HSA, Organisationsentwicklerin, BSO und Ausbilderin eidg. Fachausweis. Sie arbeitet bei der Suchtpräventionsstelle Horgen als Suchtpräventions-Fachfrau. Unter anderem organisiert und leitet sie verschiedene Elternbildungskurse. Sie ist Mutter eines 19-jährigen Sohnes und einer 17-jährigen Tochter.

### **Buch-Tipp**

Die Autorin empfiehlt für Eltern, die sich über verschiedene Elternbildungsangebote informieren möchten:

- »Konzepte der Elternbildung – eine kritische Übersicht«, Sigrid Tschöpe-Scheffler (Hrsg.), Verlag Barbara Budrich, Opladen 2005

Für Lehrpersonen, welche Elternabend gestalten und das Thema Sucht und Frühintervention angehen wollen, empfiehlt sich ein Artikel über Elternarbeit in:

- »... und es gibt sie doch! Suchtprävention an Schulen«, Bernd Kammerer/Renate Rumrich (Hrsg.), emwe Verlag, Nürnberg 2001

### **Beispiel aus der Praxis**

Eine Mutter ärgert sich, dass ihre Tochter »immer« zu spät nach Hause kommt. Sie wartet auf sie und wird immer wütender. Sie fängt die Tochter an der Türe ab, will wissen, wo sie war, wen sie traf und macht ihr Vorwürfe wegen des Zu-spät-Kommens.

### **Verweigerung**

Die Tochter wehrt ab, schimpft auf die Mutter ein, will an ihr vorbei ins Zimmer und will ihre Ruhe haben. Sie verweigert jede Auskunft. Öfters eskaliert die Situation in Handgreiflichkeiten. Morgens gehen sich beide aus dem Weg.

### **Gefühle der Mutter**

Alternativen (Schutzfaktoren, siehe S. 10) wären hier bestimmt Konfliktfähigkeit, Gefühle wahrnehmen, Kommunikationsfähigkeit, Selbstwertgefühl, Risikokompetenz und verbindliche Regeln. In der Umsetzung bedeutet dies, dass die Mutter auf ihre Gefühle achten sollte: Was macht sie so ärgerlich? Ist es ihre Angst, um die Unversehrtheit der Tochter, ist es das Umgehen von Regeln, ist es fehlendes Vertrauen?

### **Klärendes Gespräch**

Erst wenn sie sich sicher ist, worum es geht, soll sie mit ihrer Tochter in ein Gespräch gehen und das mit Vorteil nicht dann, wenn diese mit vermutlich schlechtem Gewissen nach Hause kommt, sondern zu einem späteren Zeitpunkt. Dann soll die Mutter von ihren Gefühlen, ihrer Angst, ihrem verletzten Vertrauen sprechen und bereit sein, der Tochter zuzuhören. Was sind deren Anliegen und Gefühle? Braucht es neue Regeln? Dann gilt es, diese für eine bestimmte Zeit aufzustellen. Vielleicht ergibt sich nach dem klärenden Gespräch auch eine liebevolle Umarmung.

## Medien über Familie und Suchtprävention

Sämtliche aufgeführten Medien – eine kleine Auswahl! – können Sie ausleihen bei InfoDoc Suchtprävention Radix, Stampfenbachstrasse 161, 8006 Zürich. Tel. 044 360 41 00, Fax 044 360 41 14, E-Mail: [infodoc@radix.ch](mailto:infodoc@radix.ch). Im Internet: [www.infodoc-radix.ch](http://www.infodoc-radix.ch)

### Schicksalsgemeinschaft

Familien und deren Umfeld leiden unter den Auswirkungen von Suchtkrankheiten. Der Autor beschreibt individuelle und gesellschaftliche Hintergründe, Entstehungsmechanismen und den Verlauf von Sucht und Co-Abhängigkeit. Anhand zahlreicher Fallbeispiele zeigt er Lösungswege und Ansätze zur Prävention. Ein praktischer Ratgeber für Betroffene, Angehörige und Therapeuten.

**Buch-Tipp:** »Liebe und der Suff ... Schicksalsgemeinschaft Suchtfamilie«, Autor: Helmut Kollitzus, Verlag: Kösel

### Familie und Beruf

Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist für Frauen wie für Männer schwierig. Untersuchungen zeigen, dass familienfreundliche Unternehmen von ihren fortschrittlichen Regelungen profitieren. Noch gibt es wenige Firmen, die ihren Angestellten vorteilhafte Möglichkeiten bieten für ein angenehmes Familienleben ohne beruflichen Stress. Argumente für Familie und Beruf sowie weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite von Radix Gesundheitsförderung, Drehscheibe Männergesundheit.

**Internet-Tipp:** [www.gesunde-maenner.ch](http://www.gesunde-maenner.ch) oder [www.radix.ch/d/html/\\_Vereinbarkeit.html](http://www.radix.ch/d/html/_Vereinbarkeit.html)

**Ansprechperson:** René Setz, Tel. 031 312 75 75, E-Mail: [setz@radix.ch](mailto:setz@radix.ch)

### Erziehung

Die Beiträge widmen sich den theoretischen Grundlagen, die eine gezielte Alkoholprävention rechtfertigen: der Alkoholprävention in der Schule, im Kindergarten und in der Familie. Am Beispiel einiger europäischer Länder wird gezeigt, welche Massnahmen dort entwickelt werden. Mit einem Beitrag über die Verhältnisse in der Schweiz von Martin Küng.

**Buch-Tipp:** »Alkoholprävention in Erziehung und Unterricht«, Autoren: Peter Tossman, Norbert H. Weber (Hg.), Verlag: Herbolzheim

### Väter im Netz

Das VäterNetz.CH ist ein nationaler Zusammenschluss von Veranstaltern, Kursanbietern und Interessenvertretern der Väterarbeit. Der Verein unterstützt Bemühungen, die den gesellschaftlichen Stellenwert der Haus- und Familienarbeit erhöhen und die partnerschaftliche Rollenteilung von Erwerbs- und Familienarbeit zwischen Vätern und Müttern fördert.

**Internet-Tipp:** [www.vaeternetz.ch](http://www.vaeternetz.ch)

### Das SuchtBuch

Kaum eine Familie, die nicht in irgendeiner Weise direkt oder indirekt vom Thema »Sucht« berührt wird. Dieses Buch des Suchtexperten Helmut Kuntz erklärt und beschreibt das Suchtverhalten, wie

man ihm vorbeugen kann und wie man es behandelt. Ein familientaugliches Handbuch mit einem Angebot für alle. Erschienen 2005.

**Buch-Tipp:** »Das SuchtBuch – Was Familien über Drogen und Suchtverhalten wissen müssen«. Autor: Kuntz, Helmut, Verlag: Beltz

### Auch mein Kind?

Viele Eltern sind durch die Fragen rund um Süchte und Drogen gefordert. Daraus entstehen Gefühle der Angst und Ohnmacht. Immer mehr Eltern fragen: Wie sollen wir uns verhalten? Wie können wir handeln? Und vor allem: Was müssen wir tun, damit es nicht so weit kommt? Dieses Buch versucht, möglichst einfach und wirklichkeitsnah auf Ängste und Sorgen der Eltern einzugehen.

**Buch-Tipp:** »Auch mein Kind ...?«, Autoren: Jacques Vontobel, Andreas Baumann, Verlag Pro Juventute

### Vaterbilder

Die Fotoausstellung mit dem Titel »Sag mir wie die Väter sind« befasst sich mit Vaterbildern in Geschichte und Gegenwart. Die Ausstellung umfasst 12 Fotos s/w. Sechs Fotos zeigen Aspekte zur historischen Dimension des »Vatersein«. Die anderen sechs Fotos sind Momentaufnahmen aus dem heutigen Väteralltag.

**Reservation:** Expo-Service Gesundheitsförderung, Tel. 026 430 06 05, E-Mail: [oberson@radix.ch](mailto:oberson@radix.ch)

## FORSCHUNG UND ENTWICKLUNG

### Eltern und Schule stärken Kinder

Ziel des Forschungs- und Entwicklungsprojekts »Eltern und Schule stärken Kinder« (ESSKI) ist die Förderung und Stärkung der personalen und sozialen Kompetenzen bei Kindern, Lehrpersonen und Eltern aus acht Kantonen. Dies geschieht mittels international erprobter Interventionsprogramme:

- Einsatz des Lehrmittels »Fit und stark fürs Leben« bei 1464 Kindern der Schulstufen 1 bis 6.
- Weiterbildung von 85 Lehrpersonen zur Stärkung der eigenen Ressourcen.
- Förderung der erzieherischen Kom-

petenzen von 901 Eltern auf der Grundlage des für ESSKI angepassten Erziehungsprogramms Triple P.

Das Projekt wird wissenschaftlich evaluiert, um die Wirksamkeit der einzelnen Interventionen sowie deren Kombination zu überprüfen. Es wird davon ausgegangen, dass der Einsatz der Interventionsprogramme auf mehreren Ebenen die grösste Wirksamkeit im Sinne der Gesundheitsförderung erzielt

**Internet:** [www.bildungundgesundheit.ch](http://www.bildungundgesundheit.ch) – Kompetenzzentren/ RessourcenPlus R+/ Projekte/ ESSKI

**Kontakt:** [michaela.schoenenberger@fhnw.ch](mailto:michaela.schoenenberger@fhnw.ch)

## FAMILIE UND SUCHT

### Suchttherapietage in Hamburg

Im Mittelpunkt der 11. Suchttherapietage steht das Thema »Familie und Sucht«. Die Veranstaltungen werden von Angehörigen aller in der Suchtarbeit tätigen Berufsgruppen durchgeführt. Beteiligt sind die verschiedenen sich mit Sucht befassenden wissenschaftlichen Disziplinen wie Psychologie, somatische und psychiatrische Medizin, Pädagogik, Soziologie, Kriminologie und Gesundheitswissenschaften.

**Termin:** 6. bis 9. Juni 2006

**Infos:** [www.suchttherapietage.de](http://www.suchttherapietage.de)

# Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich

## Regionale Suchtpräventionsstellen

Die acht regionalen Suchtpräventionsstellen (RSPS) sind zuständig für die präventive Grundversorgung in ihrer klar abgegrenzten Region. Sie initiieren die Basisarbeit und unterstützen und koordinieren bestehende Bestrebungen und Aktivitäten im Bereich Suchtprävention. Dabei orientieren sich die Stellen an den jeweiligen lokalen und regionalen Bedürfnissen. Die Arbeit der RSPS zielt sowohl auf Individuen (persönliches Verhalten) wie auch auf die Beeinflussung von Strukturen und Lebensbereichen (gesellschaftliche Verhältnisse). Die Angebote der Stellen, welche geschlechts- und kulturspezifische Aspekte berücksichtigen, umfassen: Bildung, Information und Beratung von Einzelnen, Gruppen, Gemeinden usw., Öffentlichkeitsarbeit und strukturelle Arbeit in Gemeinden, Stadtteilen, Quartieren und Firmen. Die regionalen Suchtpräventionsstellen sind generalistisch tätig und werden von den acht spezialisierten, kantonsweit tätigen Fachstellen unterstützt. Die RSPS wer-

den hauptsächlich von den Gemeinden finanziert, der Kanton leistet eine finanzielle Unterstützung (in der Regel 30%).

### Suchtpräventionsstelle der Bezirke Affoltern und Dietikon

Grabenstr. 9, 8952 Schlieren  
Tel. 044 731 13 21  
Fax 044 731 13 22  
E-Mail: supad@sd-l.ch  
Leitung: Cathy Caviezel  
Internet: www.supad.ch

### Suchtpräventionsstelle des Bezirks Andelfingen

Haus Breitenstein, 8450 Andelfingen  
Tel. 052 304 26 13  
Fax 052 304 26 00  
E-Mail: suchtpraevention@jsandelfingen.zh.ch  
Internet: www.rspas-andelfingen.ch  
Leitung: Rahel Finger, Matthias Huber

### Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen

Samowar, Bahnhofstr. 24, 8800 Thalwil  
Tel. 044 723 18 17  
Fax 044 723 18 19  
E-Mail: info@samowar.ch  
Internet: www.samowar.ch  
Stellenleiterin: Regula Keller

### Suchtpräventionsstelle des Bezirks Meilen

Samowar, Bergstr. 3, 8706 Meilen  
Tel. 044 923 10 66  
Fax 044 923 60 17  
E-Mail: meilen@samowar.ch  
Internet: www.samowar.ch  
Leitung: Sibylle Brunner, Diana Joss, Enrico Zoppelli

### Suchtpräventionsstelle Winterthur

Tösstalstr. 16, 8400 Winterthur  
Tel. 052 267 63 80, Fax 052 267 63 84  
E-Mail: suchtpraevention@win.ch  
Stellenleiter: Georges Peterelli, Markus Städler

### Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

Gerichtsstr. 4, Postfach, 8610 Uster  
Tel. 043 399 10 80, Fax 043 399 10 81  
E-Mail: info@sucht-praevention.ch  
Internet: www.sucht-praevention.ch  
Stellenleiter: Peter Trauffer  
(Bezirke Hinwil, Pfäffikon und Uster)

### Suchtpräventionsstelle Zürcher Unterland

Erachfeldstr. 4, 8180 Bülach  
Tel. 044 872 77 33, Fax 044 872 77 37  
E-Mail: rsps@praevention-zu.ch  
Internet: www.praevention-zu.ch  
Stellenleiter: Robert Schmid  
(Bezirke Bülach und Dielsdorf)

### Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich

Röntgenstr. 44, 8005 Zürich  
Tel. 044 444 50 44, Fax 044 444 50 33  
E-Mail: welcome@sup.stzh.ch  
www.suchtpraeventionsstelle.ch  
Stellenleiterin: Eveline Winnewisser

## Kantonsweit tätige, spezialisierte Fachstellen für Suchtprävention

Die acht kantonsweit tätigen Fachstellen für Suchtprävention (KFSP) sind spezialisiert auf eine Zielgruppe, auf ein Suchtmittel, oder sie nehmen übergreifende Aufgaben wahr. Sie arbeiten mit den regionalen Suchtpräventionsstellen zusammen.

### Fachstelle

»Alkohol – am Steuer nie!«  
Ottikerstr. 10, 8006 Zürich  
Tel. 044 360 26 00, Fax 044 360 26 05  
E-Mail: paul.gisin@fachstelle-asn.ch  
Internet: www.fachstelle-asn.ch  
Stellenleiter: Paul Gisin

Spezialisierte Fachstelle für Alkohol-, Drogen-, und Medikamentenkonsum im Zusammenhang mit Strassenverkehr. Führt verschiedene Animationsinstrumente (z.B. Funky-Bar und Fahrsimulator).

### Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung

Ausstellungsstr. 80, 8090 Zürich  
Tel. 043 259 77 86, Fax 043 259 77 57  
E-Mail: infosuchtpraevention@mba.zh.ch  
Internet: www.fs-suchtpraevention.zh.ch  
Stellenleiter: Vigeli Venzin

Suchtprävention an Berufs- sowie Mittelschulen: Koordination und Vernetzung, einschliesslich Arbeit mit Behörden, Lehrmeistern und Eltern. Betreibt Lehrer/innenbildung in Suchtprävention, führt Mediathek und Dokumentationsstelle. Schafft Lehrmittel zur Suchtprävention in der Sekundarstufe II. Hat ein Netz von Kontaktlehrpersonen in den Schulen.

### FISP, Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention und Gesundheitsförderung

Kehlhofstr. 12, 8003 Zürich  
Tel. 043 960 01 60, Fax 043 960 01 61  
E-Mail: fisp@bluewin.ch  
Internet: www.fisp-interkultur.ch  
Leitung: Mustafa Ideli, Joseph Oggier

Spezialisierte Fachstelle, welche Suchtprävention für die Migrationsbevölkerung im Kanton Zürich betreibt und koordiniert.

### Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, Abteilung Prävention und Gesundheitsförderung

Hirschengraben 84, 8001 Zürich  
Tel. 044 634 46 29, Fax 044 634 49 77  
E-Mail: praev.gf@ifspm.unizh.ch  
Internet: www.gesundheitsfoerderung.zh.ch  
Abteilungsleiter: Roland Stähli

Das Institut koordiniert und fördert im Auftrag der Gesundheitsdirektion die Aktivitäten der privaten sowie staatlichen Stellen und Akteure im Bereich der Suchtprävention. Es leistet Beiträge an die Entwicklung der Suchtprävention, ist Ansprechstelle für die Öffentlichkeit und ist antragstellender Träger der gemeinsam mit allen Stellen realisierten Medienkampagne für Suchtprävention.

### Pädagogische Hochschule Zürich Fachgruppe Gesundheitsförderung Suchtprävention

Rämistr. 59  
8090 Zürich  
Tel. 043 305 59 04  
E-Mail: barbara.meister@phzh.ch  
Stellenleiterin: Barbara Meister

Suchtprävention im Bereich der Volkshochschule. Dies schliesst die Arbeit mit Behörden und Eltern mit ein. Verantwortlich für die Lehrer/innenbildung im Bereich der Suchtprävention. Führt eine Mediathek und Dokumentationsstelle. Ausarbeitung von Unterrichtshilfen und anderen Projekten für schulische Suchtprävention.

### InfoDoc Suchtprävention Radix

Stampfenbachstr. 161  
8006 Zürich  
Tel. 044 360 41 00  
Fax 044 360 41 14  
E-Mail: infodoc@radix.ch  
Internet: www.infodoc-radix.ch  
Stellenleiter: Diego Morosoli

Öffentliche Dokumentationsstelle für alle Belange der Suchtprävention. Dienstleistungsangebot für Ausleihe und Lagerung von Ausstellungsmaterialien für Suchtprävention.

### ZüFAM, Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs

Langstr. 229, 8031 Zürich  
Tel. 044 271 87 23, Fax 044 271 85 74  
E-Mail: info@zuefam.ch  
Internet: www.zuefam.ch  
Leitung: Cristina Crotti, Erika Haltiner, Laura Jucker, Barbara Steiger

Spezialisierte Fachstelle, die primäre und sekundäre Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs betreibt.

### Züri Rauchfrei

Zähringerstr. 32  
8001 Zürich  
Tel. 044 262 69 66  
Fax 044 262 69 67  
E-Mail: zurismokefree@swissonline.ch  
Internet: www.zurismokefree.ch  
Stellenleiter: Christian Schwendemann

Spezialisierte Fachstelle für Tabakprävention. Einzelberatungen (u. a. Auskünfte zu Entwöhnungsmethoden), Beratung von Betrieben. Schaffung von Materialien für Schulen. Expertisen zu Tabakpräventionsprogrammen. Rauchstopp-Programme für Jugendliche.

Im Internet: [www.suchtpraevention-zh.ch](http://www.suchtpraevention-zh.ch)



PP

8712 Stäfa

# laut & leise

Magazin der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich  
Nr. 1, März 2006, erscheint dreimal jährlich, Jahresabonnement Fr. 20.-

## Familiengeschichten

Die Familie ist nicht mehr das, was sie einmal war: Trotzdem bleibt sie eine starke Gemeinschaft. Eltern können viel dazu beitragen, dass Sucht keine ernsthafte Bedrohung für die Gemeinschaft wird. Der Fotograf Philippe Schiesser ist selber Vater von zwei Kindern. Die Bilder sind Aspekte einer persönliche Sicht auf das Thema. [philippe.schiesser@bluewin.ch](mailto:philippe.schiesser@bluewin.ch)