

23.02.2016 - 10:45 Uhr

Sucht Schweiz Bei Alkoholproblemen: Den Mut haben, Hilfe zu holen

Lausanne (ots) -

In der kalten Jahreszeit ist das Beratungsteam von Sucht Schweiz besonders gefordert. Anfragen häufen sich. Es sind vor allem Angehörige, die Rat suchen. Darunter Partnerinnen und Partner von Menschen mit Alkoholproblemen, für die Sucht Schweiz eine neue Broschüre bereithält. Sie zeigt Lösungswege und ermutigt Unterstützung zu holen - ein Schritt, den trotz grosser Belastungen bisher nur eine Minderheit tut.

"Alles lief bei uns im Verborgenen ab. Mein Ex-Mann, der auf alle so perfekt wirkte, wurde psychisch und körperlich gewalttätig, wenn er zu viel Alkohol getrunken hatte. Ich wollte meinen Sohn und mich schützen, fand aber kaum Unterstützung in meinem Umfeld", berichtet Lisa*, eine alleinerziehende Mutter eines 15-jährigen Jungen. Dass Menschen im eigenen Umfeld wegschauen, ist für viele Nahestehende frustrierend. Pascal* fand bei den Al-anon, der Selbsthilfegruppe für Angehörige, Unterstützung. Er lebte während rund 40 Jahren mit einer alkoholkranken Partnerin zusammen. "An ihrer Seite fühlte ich mich oft wie als Beifahrer in einem Auto, das auf eine Mauer zurast", räumt er ein. Dennoch hätte er seine Familie damals nie verlassen. Wie Pascal und Lisa ergeht es Hunderttausenden in der Schweiz.

Die Unterstützung einer Beratungsstelle oder Selbsthilfegruppe kann für sie sehr entlastend sein. Alkoholprobleme sind immer noch stark tabuisiert. "Wenn es uns allen leichter fallen würde, das Thema anzusprechen, wäre die Hürde, Unterstützung zu suchen kleiner", erklärt Sabine Dobler, Projektleiterin bei Sucht Schweiz. Mit einem neuen vom Nationalen Programm Alkohol unterstützten Sensibilisierungsprojekt will Sucht Schweiz Verständnis für die schwierige Situation von Angehörigen schaffen und sie ermutigen, Hilfe zu holen. Eine neue Publikation ist Teil dieses Projekts.

Neues Angebot für Ratsuchende

Sucht Schweiz erhält zahlreiche Anfragen von Angehörigen, die sich um den Konsum einer nahestehenden Person sorgen. Darunter Partnerinnen und Partner von Menschen, welche die Kontrolle über ihren Konsum verloren haben. Für sie hält Sucht Schweiz mit der komplett überarbeiteten Broschüre "Leben mit einem/r alkoholabhängigen Partner/in" eine neue Publikation bereit, die sich mit je einem spezifischen Zugang an Frauen und Männer richtet. Sie beschreibt die emotionalen Belastungen und zeigt, wie eine Partnerin oder ein Partner Veränderung in die Situation bringen kann.

Mehr als 600 Beratungen im Jahr

Viele Angehörige fühlen sich ohnmächtig, erschöpft und überfordert. In den Beratungsgesprächen und Mailkontakten erörtern Fachpersonen von Sucht Schweiz mögliche Schritte, die Angehörige unternehmen können. In diesen Kurzberatungen werden sie auch motiviert, Unterstützung von regionalen Beratungsstellen und/oder Selbsthilfegruppen zu holen. Das Beratungsteam von Sucht Schweiz stand im vergangenen Jahr 670 Personen beratend oder informierend zur Seite. Etwa zwei Drittel der Kontakte sind Beratungen in Zusammenhang mit Konsumsituationen, eine Mehrzahl davon für Angehörige, insbesondere Eltern sowie Partnerinnen und Partner.

Tabu trotz gesellschaftlicher Realität: Die Zahlen rund eine halbe Million Menschen leiden wegen Alkoholproblemen von Menschen im engeren Familienkreis. Dazu kommen rund 100'000 Kinder aus alkoholbelasteten Familien. Insgesamt kennt etwa ein Drittel der Schweizer Bevölkerung ab 15 Jahren eine Person mit Alkoholproblemen in der Familie, im Bekanntenkreis oder am Arbeitsplatz. Obwohl die Belastungen von einem Fünftel als stark empfunden werden, beanspruchen nur knapp 4% fachliche Hilfe - und dies oft erst spät. So die repräsentativen Daten aus dem Suchtmonitoring Schweiz.

*Namen geändert

Sucht Schweiz unterstützt Angehörige

Zu den neuen Hilfsmitteln zählen die vollständig überarbeitete Broschüre "Leben mit einem/r alkoholabhängigen Partner/in" (<http://shop.addictionsuisse.ch/de/alkohol/208-leben-mit-einem-alkoholabhaengigen-partner.html>). In Produktion sind gegenwärtig Kurzfilme mit Interviews mit betroffenen Angehörigen und Fachpersonen. Diese werden ab März auf www.alkoholkonsum.ch aufgeschaltet.

Weitere Materialien:

- Alkoholabhängigkeit: Auch Nahestehende sind betroffen (<http://shop.addictionsuisse.ch/de/alkohol/188-alkoholabhaengigkeit-auch-nahestehende-sind-betroffen.html>) - Informationen und Ratschläge für Familienangehörige und andere Nahestehende von Menschen mit Alkoholproblemen

- Nahestehende von Menschen mit einem Suchtproblem: was tun?
(Faltblatt in 11 Sprachen) <http://shop.addictionsuisse.ch/de/substa>

nzen-und-verhalten/314-nahestehende-von-menschen-mit-suchtprobleme
n-was-tun.html

- Kinder aus alkoholbelasteten Familien (<http://shop.addictionsuisse.ch/de/alkohol/211-kinder-aus-alkoholbelasteten-familien.html>)- Alkoholabhängigkeit ist eine Krankheit, welche die ganze Familie betrifft.

- Alkoholprobleme am Arbeitsplatz (<http://shop.addictionsuisse.ch/de/alkohol/230-alkoholprobleme-am-arbeitsplatz.html>)-
Hinweise für Mitarbeitende. Siehe auch www.alkoholamarbeitsplatz.ch

Beratungsteam von Sucht Schweiz: 0800 104 104, praevention@suchtschweiz.ch ; Sucht Schweiz bietet telefonische und schriftliche Kurzberatungen für Menschen an, die selbst ein Konsumproblem haben oder die einer Person nahe stehen, deren Konsum Sorge bereitet. Meistens sind es Nahestehende, die Rat suchen.

- Via Internet: Sie fragen - wir antworten

(http://www.suchtschweiz.ch/no_cache/rat-und-hilfe/fragen-antworten/) oder Mail (praevention@suchtschweiz.ch).

Die NGO Sucht Schweiz ist ein nationales Kompetenzzentrum im Suchtbereich. Sie betreibt Forschung, konzipiert Präventionsprojekte und engagiert sich in der Gesundheitspolitik. Das Ziel der Stiftung ist, Probleme zu verhüten oder zu vermindern, die aus dem Konsum von Alkohol und anderen psychoaktiven Substanzen hervorgehen oder durch Glücksspiel und Internetnutzung entstehen. Mehr als 200'000 Personen unterstützen unsere NGO.

Umfassende Informationen zu Sucht Schweiz finden Sie auf unserer Website www.suchtschweiz.ch

Die vorliegende Medienmitteilung finden Sie hier: <http://www.suchtschweiz.ch/aktuell/medienmitteilungen/>

Kontakt:

Monique Portner-Helfer
Mediensprecherin
mportner-helfer@suchtschweiz.ch
Tel.: 021 321 29 74

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000980/100784306> abgerufen werden.