

SICHT AUF SUCHT



**20 JAHRE
SUCHTPRÄVENTION
ZÜRCHER OBERLAND**



SUCHT BEGINNT IM ALLTAG – PRÄVENTION AUCH

PRÄVENTION

Sucht geht uns alle an.....	4
Risiko- und Schutzfaktoren.....	4

HINSCHAUEN

Cloés persönliche Geschichte.....	6
Interview mit Susanne Kirov, Schulleiterin Pfäffikon.....	8
Frau Müllers persönliche Geschichte.....	10

ALTER

SCHULE

VORBEUGEN

Interview mit Patrick Schwegler, Jugendbeauftragter.....	12
Markus Zellers persönliche Geschichte.....	14

FREIZEIT

ARBEIT

20 JAHRE SUCHTPRÄVENTIONSSTELLE ZÜRCHER OBERLAND

Die Geschichte und ihre Zeitzeugen.....	16
Die Hebel auf allen Ebenen ansetzen.....	26
Ausblick Suchtprävention.....	28
Das Team der Suchtpräventionsstelle.....	29
Organisation VDZO.....	30

Prävention bleibt unerlässlich

Nach dem Verschwinden der dramatischen Bilder von Platzspitz und Letten in den frühen neunziger Jahren ist das Bewusstsein für Sucht und gesundheitsschädigendes Konsumieren von Substanzen verblasst. Doch beides ist auch heute ein Thema, mit weitreichenden und kostspieligen Folgen: Kinder mit einem süchtigen Elternteil haben ein höheres Risiko, später im Leben selbst abhängig zu werden. Zehntausende Kinder sind betroffen. Beziehungen ausserhalb ihrer Familie – z.B. in der Schule – sind häufig die einzige Sicherheit in ihrem Leben.

Übermässiger Alkoholkonsum kostet die Schweiz pro Jahr rund 4,2 Milliarden Franken. Den grössten Teil, nämlich achtzig Prozent der Kosten oder 3,4 Milliarden Franken, trägt die Wirtschaft wegen alkoholbedingter Absenzen. Zwei Drittel aller Psychopharmaka werden an über Sechzigjährige verschrieben. Siebzig bis achtzig Prozent sind Beruhigungsmittel, die sehr schnell und schwer abhängig machen.

Seit den neunziger Jahren hat sich im Suchtbereich sicher einiges verändert. Doch eines ist geblieben: viele persönliche (Leidens-) Geschichten. Im Jubiläums-Magazin «Sicht auf Sucht» kommen drei Menschen zu Wort und erzählen uns ihre Geschichte.

Diese Menschen untermauern meine Überzeugung, dass Suchtprävention nach wie vor wichtig ist und es Sinn macht, dass wir uns alle engagieren. Unsere Aufgabe ist es, gesunde Lebensbedingungen zu schaffen, hinzuschauen und vorzubeugen. Sucht geht uns alle an – nicht die anderen!

An dieser Stelle bedanke ich mich im Namen des gesamten Vorstandes bei Peter Trauffer für sein wertvolles Engagement. Mit Pioniergeist hat er die Fachstelle aufgebaut und professionalisiert. Peter Trauffer steht kurz vor seiner Pensionierung und blickt auf 20 bewegte Jahre zurück. In dieser Zeit hat die Suchtprävention viele Phasen durchlaufen. Heute wissen wir: Vernetzung ist seit je Basis der Präventionsarbeit. Durch Vernetzung werden Probleme frühzeitig erkannt, damit gehandelt werden kann. Die Pionierarbeit, die Peter Trauffer geleistet hat, wirkt auch heute noch über die Regionsgrenze hinaus. Mittlerweile hat sich das Angebot der Suchtpräventionsstelle etabliert und ist bei vielen unserer Partner anerkannt und fest in deren Tagesgeschäft verankert.

Nun wünsche ich Ihnen eine spannende Lektüre und freue mich auf weitere erfolgreiche Projekte.



*Roland Humm,
Präsident VDZO*

SUCHT GEHT UNS ALLE AN

Eine Mutter ist abhängig von Heroin. Sie vernachlässigt ihr Kind, bis es ihr weggenommen wird. (Seite 6)

Eine alte Frau vereinsamt. Unbemerkt rutscht sie in eine Abhängigkeit, wird süchtig nach Medikamenten. (Seite 10)

Der Abteilungsleiter schafft's nicht mehr nüchtern in die Sitzungen. Seinem Stress ist er hilflos ausgesetzt. (Seite 14)

WAS IST SUCHT?

Sucht ist eine zwanghafte Befriedigung eines Bedürfnisses, verbunden mit psychischer oder physischer Abhängigkeit – oder beidem. Merkmale der Sucht sind Kontrollverlust, Toleranzbildung (um denselben Effekt zu erzielen, muss die Menge erhöht werden), Vernachlässigen anderer Interessen, Entzugserscheinungen, Wiederholungszwang wider besseres Wissen und Unfähigkeit zur Abstinenz.

WIESO WIRD JEMAND SÜCHTIG?

Einen typischen oder vorgezeichneten Weg, in eine Sucht abzudriften, gibt es nicht. Risikofaktoren beeinflussen das Wohlbefinden eines Menschen negativ. Schwierige Umstände begünstigen Verhaltensweisen, welche die Gesundheit schädigen und zur Abhängigkeit führen können. Um Sucht zu vermeiden, reicht der Appell an die Eigenverantwortung nicht.

RISIKO- UND SCHUTZFAKTOREN

Risikofaktoren

- **Soziales Umfeld.** Situationen, die Stress auslösen, ungünstige Verhältnisse in Familie, Schule und Arbeit.
- **Persönlichkeit.** Geringer Selbstwert, niedrige Frustrationstoleranz, geringe Konfliktfähigkeit.
- **Suchtmittel.** Wirkung des Suchtmittels, Erhältlichkeit, Dauer des Konsums.
- **Gesellschaft.** Negative Zukunftsbilder, Konsumorientierung, Leistungsorientierung.

Risikofaktoren stehen Schutzfaktoren gegenüber. Schutzfaktoren wehren negative Einflüsse ab, wirken als Puffer, stärken die persönlichen Ressourcen und fördern das Wohlbefinden des Menschen.

Schutzfaktoren

- **Soziales Umfeld.** Stabile, gute Bindung zu den Eltern, konsistenter Erziehungsstil, positives Schulklima, verlässliche Werte und Normen. Integration in die Gesellschaft und in die Gemeinde, Möglichkeiten zum Mitmachen. Gefühl, etwas bewirken zu können.
- **Persönlichkeit.** Positive Werte und Normen in Denken und Wirken. Kognitive und soziale Kompetenzen.
- **Suchtmittel.** Erschwerter Zugang zu Suchtmitteln, z.B. durch beschränkte Erhältlichkeit oder Werbebeschränkungen.
- **Gesellschaft.** Positive Zukunftsbilder. Raum für Entfaltung.

Gesunde Lebensbedingungen zu schaffen, bedeutet, Schutzfaktoren zu stärken und Risikofaktoren zu mindern: Je früher darauf geachtet wird, desto grösser sind die Chancen, Sucht zu verhindern.

SUCHTMITTEL

- Verfügbarkeit, Zugänglichkeit, Griffnähe
- Art und Wirkungsweise
- Dosis
- Dauer und Intensität der Einnahme

PERSÖNLICHKEIT

- Genetische Disposition
- Persönlichkeitsfaktoren
- Biomedizinische Faktoren bzw. körperliche Situation
- Erwartungshaltung und Lebensstil

Probierkonsum
Gelegenheitskonsum
Gewohnheitskonsum
Missbrauch
Sucht

SOZIALES UMFELD

- Suchtbelastung in der Familie
- Gefährdende Familiensituation
- Persönlichkeitsfaktoren
- Belastung in Schule, Ausbildung, Beruf und Freizeit
- Übertragene Konflikte
- Partnerschaftsprobleme
- Mangel an sozialen Ressourcen
- Problematischer Status in Peergroups und sozialen Beziehungen
- Kritische Lebensereignisse

GESELLSCHAFT

- Gefährdende Konkurrenz- und Leistungssituation
- Mangel an Zukunftsperspektiven und Alternativen
- Konsumorientierung
- Werte und Lebensweisen
- Drogenkultur
- Geschlechtsspezifische Sozialisation

SUCHT ENTSTEHT IM ALLTAG – PRÄVENTION AUCH!

Die Präventionsarbeit im Zürcher Oberland steht heute an einem anderen Punkt als vor zwanzig Jahren. Die grosse Heroinwelle ist vorüber. Die dramatische, sichtbare Suchtproblematik der neunziger Jahre ist aus dem öffentlichen Raum verschwunden – und mit ihr die grossen Emotionen, die Hilferufe von Politik und Verwaltungen.

Geblieden sind viele Suchtgeschichten. Oft geht es um Missbrauch von Alkohol und Tabak. Noch immer beginnt Sucht im Alltag, im Wohnzimmer, in der Küche, am Büro- oder am Stammtisch.

PROBLEME ERKENNEN, ANSPRECHEN UND HANDELN

Cloé

Primarschülerin.

**In der Klasse gut integriert,
beliebt, fröhlich, intelligent.
Schulleistungen ungenügend
bis knapp genügend.**

«Dieses Mal hat mir Frau Nicoletta das mit der Unterschrift wohl nicht abgenommen. Mensch, war das peinlich. Natürlich habe ich die Unterschrift selber unter diese Arbeit gesetzt. Was sollte ich denn anderes tun? Mami lag im Bett, rührte sich nicht, war nicht ansprechbar. Gebe ich die Arbeit ohne Unterschrift ab, kommen nur wieder Fragen. Und wie soll ich die beantworten? Warum Mami nicht fähig ist, meine Arbeit zu unterschreiben, kann ich Frau Nicoletta nicht erklären. Das mit den Drogen. Nein, das gibt nur Theater, ich will Mami nicht verlieren.

Könnte ich bloss zaubern. So leben wie meine Freundinnen, ganz normal halt. Hätte ich drei Wünsche, würde Mami einfach kochen, waschen, mir zuhören. Ich würde ihr so gerne Geschichten vorlesen, jetzt wo ich so gut lesen kann. Ja, könnte ich zaubern, wäre sie einfach da, wir könnten zusammen Dinge unternehmen, wie das andere auch tun.

Und dann das mit den Crêpes, ach wie peinlich. Plötzlich, mitten im Unterricht, am Nachmittag, musste ich mich übergeben, ins Lavabo. Frau Nicoletta fragte, was ich gegessen hatte: Crêpes, selber gemacht. Der Teig war wohl zu alt, die Schüssel stand schon ewig neben dem Herd. Und dann wollte sie wissen, ob Mami auch davon gegessen hat. Nein, die sei am Arbeiten, habe ich gesagt. Schlechte Antwort, die weiss doch, dass Mami arbeitslos ist. Dann ging die leide Fragerei noch weiter, erzählt habe ich aber nichts mehr. Eigentlich wäre ich gerne ehrlich. Frau Nicoletta mag ich, wenigstens sie hört mir zu.»

**«Dann ging die leide
Fragerei noch weiter,
erzählt habe ich aber
nichts mehr.»**

Da stimmt etwas ganz und gar nicht, das ist Frau Nicoletta jetzt klar. Wie lange trägt Cloé schon diese rote, fleckige Hose?

Die Frühlingsferien verbringt Cloé bei Rita und Heiner, ihren Grosseltern. Sie ist oft ein paar Tage dort, manchmal sogar ganze Wochen. Rita weiss, dass ihre Tochter Drogen nimmt. Aber das ist kein Thema, nie. Ihre Mutter holt sie diesmal nicht ab, lässt Cloé einfach sitzen. Die Mutter hat erfahren, dass sie HIV-positiv ist.

Nach den Ferien erscheint Cloé nicht in der Schule. Frau Nicoletta ist besorgt. Was da wohl schief läuft? Frau Meier, Cloés Beiständin, meldet sich und erklärt Frau Nicoletta die Hintergründe: Cloés Mutter ist seit Jahren schwer heroinabhängig. Nun ist sie abgetaucht, ihre Tochter ist immer noch bei den Grosseltern. Dort soll sie vorläufig auch bleiben, zumindest bis ein besserer Platz für sie gefunden wird.

Jetzt findet es Frau Nicoletta höchste Zeit zu handeln: Sie setzt alle Hebel in Bewegung, um mit Cloé zu sprechen. Das Mädchen vermisst bestimmt seine Freundinnen. Diese sind wichtig, wie überhaupt das schulische Umfeld, das Cloé etwas Halt geben könnte.



HINSCHAUEN

«Dieses Mal habe ich alles erzählt. Ich habe mich sehr gefreut, dass Frau Nicoletta angerufen hat.»

Intelligente Schülerin, aber schlechte Noten: Frau Nicoletta sind viele Dinge klar geworden. All die Ungereimtheiten – dieses Mädchen trägt seine Geschichte schon zu lange alleine herum. Es braucht eine Bezugsperson. Eine, auf die es sich verlassen kann.

Bald entscheidet sich, in welche Sekundarschule Cloé gehen wird. Ihre Schulnoten zeigen nur einen Weg: den in die Sek B. Wenn eine Schülerin ihre Möglichkeiten nicht ausschöpfen kann, ist das nicht nur schade, es prägt auch ihren weiteren Weg.

«Frau Nicoletta hat mir erklärt, dass sie sich für meinen Übertritt in die Sek A starkgemacht hat. Die Noten haben dafür nie und nimmer gereicht. Die Schulleitung hat trotzdem zugestimmt. Wenn die wüssten, was sie mir so ermöglicht haben!

Dafür, dass sie mir damals so den Rücken gestärkt hat, werde ich Frau Nicoletta ewig dankbar sein. Vermutlich weiss sie gar nicht, wie sehr sie mir damit geholfen hat. Ich wage nicht, daran zu denken, was sonst aus mir geworden wäre. Bei meinen Pflegeeltern lief's zwar nicht so rund. Aber die Sekundarschule, das habe ich gepackt. Habe mich voll reingekniet, schrieb gute Noten. Dann die Lehre gemacht, mich weitergebildet. Mir geht es gut.

Nicht nur ich, alle Kinder – gerade auch die stillen, leisen, schüchternen, unauffälligen – sollen die Aufmerksamkeit bekommen, die sie brauchen. Denn hinter jedem Kind steckt eine Geschichte, die es zu dem macht, was es ist. Menschen wie Frau Nicoletta können unglaublich viel bewirken, indem sie hinschauen, zuhören, Anteil nehmen. Ich wünsche dieser Welt ganz viele Frau Nicolettas. Sie sind Heldinnen, auch wenn sie sich ihrer prägenden Rolle oft gar nicht bewusst sind. Danke!»

«Denn hinter jedem Kind steckt eine Geschichte, die es zu dem macht, was es ist.»

BEZIEHUNG ALS RESSOURCE

Interview mit Susanne Kirov

Schulleitung Steinacker, Pfäffikon



Frau Kirov, wie engagiert sich Ihre Schule hinsichtlich Prävention von Suchtmitteln?

Direkt Bezug auf Suchtmittel nehmen wir keinen, das ist in Primarschule und Kindergarten zu früh. Mit Ausnahme der sechsten Klassen, die an einem Nicht-raucherprojekt teilnehmen. Für mich – und für unsere Schule – setzt Prävention vor der Auseinandersetzung mit Suchtmitteln an.

Wo beginnt denn Prävention für Sie?

Im Elternhaus. Dort wird von Anfang an das Grundlegende geleistet. Dort bauen die Kinder ihre ersten Beziehungen auf. In diesen finden sie Bestätigung. In Kindergarten und Schule führen wir diesen Weg fort, was nicht heisst, dass wir dem Elternhaus etwas abnehmen oder gar wegnehmen. Aber auch wir schaffen ein Umfeld, das die Entwicklung der Kinder fördert und sie stärkt.

Was können Sie als Schulleiterin leisten, damit dieses Umfeld stimmt?

Mir ist wichtig, dass jedes einzelne Kind wahrgenommen wird. Ich möchte alle dreihundert Schülerinnen und Schüler mit Namen grüssen. Sie sind keine Nummern, das sollen sie wissen.

Was erwarten Sie von Ihren Lehrkräften?

Ihre Aufgabe ist es, Beziehungen aufzubauen, auf die sich die Kinder verlassen können. Diese sollen wissen, dass sie uns etwas bedeuten, unabhängig von ihren Leistungen oder von ihrem Verhalten. Und die Lehrkräfte sollen die Voraussetzungen schaffen, dass die Kinder eigenes Handeln – und was es bewirkt – erleben können. Das gilt für den Unterricht, in den die Schülerinnen und Schüler ihr Wissen und ihre Fähigkeiten möglichst aktiv einbringen sollen. Hier erfahren sie Bestätigung, daraus gewinnen sie Selbstvertrauen. Wichtig ist mir zudem, dass sie lernen, Konflikte auszutragen und untereinander zu lösen.

Zielt das Projekt des spielzeugfreien Kindergartens darauf ab?

Genau. Es geht uns in den sieben Wochen nicht darum, den Kindern etwas wegzunehmen. Frei von Fremdbestimmung, mit minimalen Strukturen und

ohne vorgefertigtes Spielzeug entwickeln sie Spiele selber, nehmen alte Spiele wieder auf. Vor allem tun sie das gemeinsam, das ist wertvoll. Wenn die Kinder beginnen, miteinander Lösungen zu suchen, dann wird's spannend und lehrreich zugleich.

Was ist Ihnen in diesen Wochen aufgefallen?

Wenn mal nichts läuft, Langeweile aufkommt oder Stolpersteine auftauchen, dann werden diese nicht einfach durch das nächste Angebot überbrückt. Das ist auszuhalten, durchzustehen, zu überwinden. Das sind ganz wichtige Erfahrungen. Solche, die niemandem schaden und die jeder Mensch früher oder später machen muss. Die Kinder entwickeln in jeder Situation Strategien, gerade auch in Konflikten. Dann ist es – nicht anders als bei Erwachsenen – so wichtig, dass sie auf sich vertrauen und ihre Fähigkeiten zum Tragen bringen können. In einem Klima der gegenseitigen Wertschätzung, wie wir es hier fördern, können sie das. Angstfrei, das ist mir ganz wichtig. Denn, wer Angst hat, lernt schlecht.

Frau Kirov, was fällt Ihnen spontan auf, wenn Sie die Geschichte von Cloé (Seite 6) lesen?

Frau Nicoletta ist aufmerksam, und sie pflegt eine verlässliche, dauerhafte Beziehung zu Cloé. Das ist ganz wichtig, der Werdegang von Cloé bestätigt das.

Was müsste Ihrer Ansicht nach anders laufen?

Die Beiständin kommt zu spät ins Spiel. Da müsste früher ein Kontakt stattfinden. Das ist meine Rolle als Schulleiterin, den muss ich suchen. Dafür muss ich aber wissen, dass Cloé eine Beiständin hat. Solche Informationen sammle ich, fordere sie aktiv ein, gerade auch von meinen Lehrkräften. Ohne das erforderliche Wissen kann ich den Lehrkräften den Rücken nicht so freihalten, wie ich das von mir selber erwarte.

Wie verteilen sich die Rollen der Lehrerin und der Schulleitung in so einem Fall?

Bereits wenn Frau Nicoletta merkt, dass Cloés Unterschriften gefälscht sind, dass etwas klemmt, sollte sie sich an die Schulleitung wenden. Diese muss Frau Nicoletta in ihrem Vorgehen stützen. Und sie muss Frau Nicoletta entlasten, den Kontakt zur Beiständin aufnehmen, die Situation im Umfeld klären.

Die Rollenteilung von Elternhaus und Schule wird oft kontrovers diskutiert. Ihre Haltung dazu?

Das Elternhaus hat den Erziehungsauftrag, die Schule den Bildungsauftrag. Die beiden Bereiche überlappen sich. Beide Seiten sollten darauf zielen, Kinder zu befähigen, Dinge selber zu tun. Das ist das Verbindende, darauf sollten beide Parteien gemeinsam hinarbeiten. Dort, wo es unterschiedliche Meinungen zu Werten gibt, sind diese zu respektieren. Das ist problemlos möglich, wenn keine Partei der anderen in den Zuständigkeitsbereich funkt, wenn auch bei abweichenden Auffassungen das Verbindende im Vordergrund steht.

«Kinder sollen wissen, dass sie uns etwas bedeuten, unabhängig von ihren Leistungen oder von ihrem Verhalten.»

ISOLATION DURCHBRECHEN, HILFE BREIT ABSTÜTZEN



Erna Müller

**70 Jahre, Sekretärin,
pensioniert.
Erledigte ihre Arbeit
immer korrekt und
gewissenhaft.
Treue Partnerin und
Gefährtin, 45 Jahre an
Godis Seite.**

**SICH VERÄNDERNDE
LEBENSITUATIONEN
FORDERN HERAUS –
IN JEDEM ALTER.**

«Ticktack. Ticktack. Dieser Minutenzeiger bewegt sich heute wieder unendlich langsam. Wäre Godi noch hier, würde ich jetzt etwas Feines kochen. Aber so für mich allein, hm, wozu denn auch? So macht das keine Freude. Den Ruhestand habe ich mir schon ganz anders vorgestellt. Damals, nach der Pensionierung, habe ich mich so gefreut auf die viele Zeit, die ich plötzlich haben würde. Und jetzt weiss ich gar nichts mehr damit anzufangen.

Godi und ich wollten noch so viele Orte sehen, so viele Museen besuchen! Alleine ist das nicht dasselbe. Mir tut alles weh. Die Gelenke, Arme, Beine, Kopf, einfach alles. Nicht fest, mal stärker und mal schwächer, einmal hier und einmal dort. Das Alter halt, überraschen tut mich das nicht. Seit dem Tod von Godi habe ich mich stark zurückgezogen. Anrufe von Freundinnen wimmle ich ab. Wann habe ich denn das letzte Mal mit jemandem gesprochen?

Doch, beim Hausarzt war ich. Schon ein feiner Typ, der Herr Affolter, den kenne ich jetzt auch schon seit mehr als dreissig Jahren. Ihm habe ich erzählt, was mich plagt. Habe ich ihm vielleicht sogar zu viel erzählt, als ich sagte, ich sähe den Sinn im Leben nicht mehr? Ehemann nicht mehr da, keine Aufgabe, Schmerzen, Schlafprobleme, so ist's ja wirklich nicht einfach.

Jedenfalls stellte er mir das Rezept für ein Schlaf- und Beruhigungsmittel aus, ein Benzodiazepin. Das werde mir durch diese schwierige Zeit helfen, sagte er. Und dann gab er mir noch Antidepressiva mit, die meine Stimmung aufhellen sollten. Am Anfang haben die auch gewirkt, die Beruhigungstabletten. Ich fühlte mich entspannt, konnte wieder gut schlafen. Aber mit der Zeit wirkten sie kaum mehr. Also habe ich die Dosis erhöht. Bald musste ich Doktor Affolter um ein neues Rezept fragen. Da tat er etwas bucklig. Schliesslich hat er mir dann doch ein Dauerrezept ausgestellt.»

Trotz den Tabletten fühlt sich Erna Müller immer schlechter. Die Schlafstörungen werden immer schlimmer. Erna Müller ist nicht nur antriebslos, sie wird von Ängsten geplagt, immer mehr und immer stärker. Herr Affolter veranlasst, dass die Spitem eingeschaltet wird. Eine Pflegefrau schaut jede Woche einmal nach Frau Müller. Kontrollbesuch nennt das der Arzt.

Anita Kehrli, die Spitem-Mitarbeiterin, klingelt vergebens an der Tür. Erna Müller ist wohl da, versteckt sich aber im Schlafzimmer. Von Panik gepackt, von der fixen Idee besessen, dass ihr jemand Böses antun will. Frau Kehrli bleibt nichts anderes übrig, als wieder zu gehen. Bei einem ihrer nächsten Besuche – als sie wieder einmal hereingelassen wird – entdeckt sie auf dem Küchentisch die Medikamente. Sie sind unübersehbar, eine beeindruckende Ansammlung. Beruhigungsmittel, Schmerzmittel, Antidepressiva: Kein Wunder, wirkt Frau Müller apathisch, abwesend. «Wie geht es Ihnen, Frau Müller?», fragt die beunruhigte Spitem-Betreuerin. Keine Antwort, Erna Müller mag nicht reden, will alleine sein.

Was ihr wohl fehlt? Anita Kehrli nimmt sich vor, der Sache bei ihrem nächsten Besuch auf den Grund zu gehen und sich mit dem Hausarzt in Verbindung zu setzen. Nur, Frau Müller ist beim nächsten Hausbesuch völlig

HINSCHAUEN



ALTER

verwirrt, ihr Zustand ist desolat. Sie kippt um, vor Anita Kehrlis Augen. Diese ruft sofort den Krankenwagen, Erna Müller wird in die Klinik eingewiesen. Sie ist dehydriert, Flüssigkeitsmangel. Die vielen Medikamente und der Mangel an Flüssigkeit haben zu einer akuten Verwirrtheit geführt. Nicht zu Demenz, wie die Ärzte zuerst vermuteten. Doch ohne die Medikamente kann Erna Müller nicht mehr sein, sie ist von ihnen abhängig.

Anita Kehrli sitzt mit dem Arzt in der Klinik und dem Hausarzt zusammen. Gemeinsam planen sie den Austritt der Seniorin aus der Klinik. Als Erstes erklärt Herr Affolter Erna Müller, wie es zu ihrer Sucht gekommen ist. Sie könne es schaffen, wieder herauszufinden. Anita Kehrli schaut ab sofort jeden Tag bei Erna Müller vorbei. Sie bringt ihr die Medikamente und schaut dazu, dass diese die Dosierung einhält. Dann werden die Medikamente Schritt für Schritt reduziert.

Zusätzlich besucht eine Mitarbeiterin der Psychiatrispitema Erna Müller täglich. Mit ihr kann sie sehr offen reden, ihre Sorgen und Ängste werden ernst genommen. Eine freiwillige Helferin geht zweimal die Woche mit Erna Müller spazieren und leistet ihr Gesellschaft. Anita Kehrli behält Erna Müllers Fallbetreuung, koordiniert die Leistungen verschiedener Partner und wird zur wichtigen Bezugsperson.

«Anrufe von Freundinnen wimmle ich ab. Wann habe ich denn das letzte Mal mit jemandem gesprochen?»

«Heute war ich zum ersten Mal wieder mit einer Freundin spazieren. Es hat lange gedauert, bis ich den Mut hatte, mich wieder bei ihr zu melden. Ab und zu nehme ich auch am Seniorennachmittag teil. Zum Glück bin ich von diesen Beruhigungsmitteln weggekommen. Jetzt geht es mir wieder gut. Ich sehe wieder Licht am Horizont, schmiede Pläne. Den Sinn des Lebens hinterfrage ich nicht mehr, den sehe ich wieder. Ich freue mich auf all die Dinge, die ich noch erleben werde. Anita Kehrli bin ich sehr dankbar. Dank ihrem Engagement bin ich von der Sucht losgekommen. Auch weil sie zusammen mit dem Hausarzt frühzeitig die wichtigen Fäden gezogen hat. Ihre Zuversicht ist ansteckend.»

Alle Namen in dieser Geschichte sind erfunden. Die Handlung beruht auf einer wahren Geschichte.

UMDENKEN IST IM GANG

Interview mit Patrick Schwegler

Jugendbeauftragter, Gemeinde Rüti



**JUGENDLICHE BESTÄRKEN,
ANSTATT SICH AUF
SUBSTANZEN FIXIEREN.**

Bändelisystem

Rot

unter 16 Jahre alt
kein Alkohol

Gelb

unter 18 Jahr alt
keine gebrannten Wasser

Grün

über 18 Jahre alt
freie Getränkewahl

Herr Schwegler, wo setzen Sie – im Bezug auf Suchtprävention – als Jugendbeauftragter Schwerpunkte?

Bei Veranstaltungen und in den Räumen der offenen Jugendarbeit wird selbstverständlich weder geraucht noch Alkohol konsumiert. Dann stehe ich in regelmässigem Kontakt mit den Vereinen, das ist mir ganz wichtig. Am Dorffest und an weiteren Veranstaltungen konnten wir das Bändelisystem etablieren, eine gute Sache.

Wie arbeiten Sie mit den Vereinen zusammen?

Die Vereine erhalten von der Gemeinde Jugendförderbeiträge. Im Gegenzug stellt jeder Verein einen Präventionsverantwortlichen. Er oder sie nimmt an ein bis zwei Sitzungen zu Präventionsthemen teil.

Was geben Sie da weiter?

Wir bearbeiten gezielt Themen, wie etwa Trainer und Leiterinnen Jugendliche ansprechen, die Suchtmittel konsumieren. Und wie sie ihre Vorbildfunktion wahrnehmen.

Wie nehmen sie diese wahr?

Ganz unterschiedlich. Die Voraussetzungen sind auch verschieden. Beim Taek-Won-Do gibt es keine Trainer, die rauchen, beim Karate wohl auch nicht. Die Handballer können zumindest in der Halle nicht rauchen. Und die Pfadfinder haben sich vorgenommen, dann nicht zu rauchen, wenn sie ihre Uniform tragen.

Genügt Ihnen das?

Wichtig ist, dass sich Leitende ihrer Vorbildfunktion bewusst sind. Und dieses Bewusstsein steigt. Beharrlich sein lohnt sich. Ein Umdenken hat eingesetzt, wir kommen Schritt für Schritt weiter. Dass jemand Juniorenfussballern eine Kiste Bier in die Garderobe stellt, kommt wohl kaum mehr vor.

Was sind Ihre Erfahrungen mit dem Bändelisystem?

Weil wir am Dorffest damit präsent sind, wissen alle Jugendlichen: Da wird hingeschaut. Das Gleiche gilt für die Ausschenkenden. Diese entlasten wir, machen ihnen die Kontrolle einfacher. Das System überzeugt, im Sinn einer sozialen Kontrolle. Der Fussballclub hat es auf eigene Initiative auch am Grümpelturnier eingeführt, mit unserer Unterstützung.

Sie wenden sich direkt an die Jugendlichen oder indirekt über die Vereine. Suchen Sie auch den Kontakt zu den Eltern?

Selbstverständlich. Direkt einwirken kann ich bei den Familien aber nicht. Zudem ist es nicht immer ganz einfach, in Kontakt zu treten. Wo das möglich ist, sind es Kontakte zu Interessierten, die sowieso schon für das Thema sensibilisiert sind. Wenn jemand nicht an einer Info-Veranstaltung auftaucht, weil er oder sie alleinerziehend ist, ein hohes Arbeitspensum hat und dazu noch den Haushalt mit Kindern schmeisst, kann ich das aber verstehen.

Deshalb der Kontakt zu den Vereinen?

Ja. Ganz wichtig ist für mich da der Aspekt, dass Leitende oft jahrelange Beziehungen zu Jugendlichen pflegen. Das ist enorm wichtig, sie werden zu Vertrauenspersonen. Wenn ich zum ersten Mal mit einem Jugendlichen spreche, kann ich ihn nicht auf der gleichen Ebene erreichen, wie das langjährige Vertraute schaffen.

Wie glaubwürdig ist eine Vertrauensperson, die selber raucht oder trinkt, genau davor aber warnt?

Der Vater, der raucht, oder die Mutter, die am Abend ein Glas trinkt, können durchaus glaubwürdig sein. Dann, wenn sie sich mit dem Thema ehrlich auseinandersetzen, ihre Schwächen eingestehen. Auch sie sind Menschen, keine Übermenschen. Das dürfen und müssen die Kinder wissen. Jede und jeder hat Mechanismen, mit Druck umzugehen. Wenn da ein Schöggeli helfen kann, statt eine Zigi, ist das natürlich gesünder.

«Umso wichtiger ist es, den eigenen Werten und nicht blind der Masse zu folgen. Das erfordert Mut.»

Was halten Sie von der Aussage, dass man sich weniger um den Drogenkonsum der Kinder kümmern sollte, sondern sich fragen sollte, ob man ihnen genug Liebe gibt?

Gemeint ist, dass man sich nicht auf die Suchtproblematik fixieren sollte, sondern schützt, indem man bestärkt. Das ist ganz wichtig. Kinder sollen ihre eigenen Ideen verfolgen können, eine eigene Haltung entwickeln und für diese auch einstehen. So halten sie dem Gruppendruck souveräner stand.

Eigenständige Denkweise entwickeln: Wirkt dem unsere Konsumgesellschaft nicht diametral entgegen?

Doch, sehr sogar. Dafür steht etwa der Markenkult. Gesprochen wird von Individualität, gelebt wird Gleichschaltung. Wir konsumieren, darüber definieren wir uns, immer stärker.

Ich konsumiere, also bin ich glücklich?

Diese Erfahrung machen viele Menschen. Dieses Glück ist ein trügerisches. Deshalb drücke ich im Jugendtreff gerne mal einem Teenager einen Besen in die Hand. Da merkt manchmal plötzlich jemand: Ich tue etwas, das macht mich zufrieden. Auf die Frage, «Wann gibt's die nächste Party?», antworte ich deshalb gerne: Dann, wenn ihr eine organisiert.

Gewollt oder unbewusst, Medien beeinflussen uns. Welche Rolle spielen sie?

Eine wichtige und oft eine unschöne. Beziehungen werden konsumiert, es wird vorgegaukelt, dass man alles konsumieren kann, solange man Lust hat, auch Beziehungen. Will man etwas Neues, lässt man das Alte einfach fallen. Umso wichtiger ist es, den eigenen Werten und nicht blind der Masse zu folgen. Das erfordert Mut. Deshalb grenzen sich Jugendliche gegenüber ihren Eltern und Autoritätspersonen ab: Sie entwickeln eigene Werte und erfahren dann, dass sie von ihren Eltern auch so geschätzt und geliebt werden. Auch dann, wenn sie ihren ganz eigenen Überzeugungen nachleben, welche auch immer das sind.

Und plötzlich trägt der Vater die Dächlikappe auch so wie der Sohn.

Anbiedern geht gar nicht. Reibungen, Auseinandersetzungen in kleinen Dingen sind wichtig. Da können Jugendliche ihre Positionen austesten. Da erfahren sie Schritt für Schritt, wie sich das anfühlt, wenn sie ihr Ding durchziehen – und durchstehen. Das macht stark. Starke Persönlichkeiten ecken auch mal an. Die konsumieren nicht blind, sondern folgen ihren eigenen Überzeugungen.

VERANTWORTUNG WAHRNEHMEN UND HANDELN

Markus Zeller

45 Jahre.

**Leiter Controlling in
grossem Transportunter-
nehmen. Vater von zwei
Kindern. Kadermitglied,
kompetent und zuverlässig.
Verantwortungsbewusster
Familienmensch.**

«Feierabend! Diese Jahresabschlüsse, das ist immer eine hektische Zeit. Da gönne ich mir gerne ein Glas im «Rössli». Oder auch mal zwei oder gleich ein Dreierli. Was soll's? Wer hart arbeitet, muss zwischendurch abschalten.»

Pling! Das Handy. «Schon wieder meine Frau, die anruft. Ich antworte nicht, bin ja gleich zu Hause.»

Simone Zeller hat sich nicht umsonst Sorgen gemacht. Markus kommt sturzbetrunken nach Hause. Es ist nach 22 Uhr, das Nachtessen längst kalt. Simone Zeller ist aufgebracht und macht ihrem Ärger Luft. Sagt, dass sie sich sorgt um Markus. Ihn macht das sauer. Kevin, 19 Jahre alt, greift ein. Er versteht sich gut mit dem Vater, eine wüste Szene will er vermeiden. Kommentarlos, aber entschlossen verfrachtet der für sein Alter ungewöhnlich reife Teenager Markus ins Bett. Sara, die 17-Jährige, findet das peinlich. Auch die Mutter nervt. Warum muss die so ausrasten?

Zellers pflegen einen lockeren Umgang mit Alkohol. Sie sind Geniesser, zu einem guten Essen gehört ein edler Tropfen. Ein feines Glas Wein, ein spritziger Apéro, auch das macht ein schönes Leben reich. Dagegen ist nichts einzuwenden. Nur die stressigen Zeiten, wenn Markus täglich betrunken ist, die werden für die Familie zur unerträglichen Belastungsprobe.

Markus Zeller trägt als Leiter der Finanzabteilung und als Mitglied der Geschäftsleitung viel Verantwortung. Alex Giger, sein Vorgesetzter, weiss das. Seit einigen Wochen zweifelt er, ob Markus diese Last noch tragen kann. In mehr als einer Sitzung fiel der sonst so besonnene Markus negativ auf. Alkoholisiert, das ist kaum zu überhören und wird immer sichtbarer.

«Mit Alex habe ich mich immer gut verstanden. In letzter Zeit allerdings nicht mehr so gut wie früher. Und jetzt das: Bedrängt mich mit seiner Fragerei zu meinem Alkoholkonsum. Trinken tut doch jeder, die einen mehr, die anderen etwas weniger.»

Gut, in letzter Zeit war mir wirklich nicht mehr wohl. Wenn ich nur schon gedacht habe, ich könnte nervös werden, begann ich zu zittern. Das mit der PET-Flasche und dem Wodka-Wasser-Gemisch kann auf Zeit keine Lösung sein. So gesehen bin ich fast froh, dass das Problem jetzt auf dem Tisch ist. So muss ich mich nicht mehr länger verstellen. Die Sucht behandeln, oder der Job ist weg – schon etwas krass. Aber Alex hat wohl recht, das wird für mich das Beste sein, nicht nur für den Job, vor allem auch für meine Familie.»

Markus schafft es erst nach mehreren Anläufen, ganz auf Alkohol zu verzichten. In der Behandlung lernt er, wie er Stress reduzieren und mit Spannungen umgehen kann. Er wird wieder leistungsfähiger, für die Kollegen ist er wieder der Markus, den sie schätzen und dem sie vertrauen.



VORBEUGEN

Sicherheit ist in allen Unternehmen ein wichtiges Thema, in Transportunternehmen sowieso. Alex Giger ging die Geschichte von Markus nahe. Er denkt weiter. Der Geschäftsleitung schlägt er eine Präventionsstrategie vor. Es fällt ihm leicht, dafür zu argumentieren. Suchtmittelkonsum und Produktivitätsverluste stehen in engem Zusammenhang. Wer weniger leistet, fährt weniger Ernte ein. Diese Gleichung ist einfach. Giger hat sich gründlich informiert und weiss deshalb, wie gravierend die Leistungsfähigkeit durch Suchtmittelkonsum sinken kann. Abgesehen von den Kosten, richten Unfälle schweres Leid an. Allein schon deswegen lohnen sich vorbeugende Massnahmen.

«Seit sich Alex mit der Präventionsstrategie durchsetzen konnte, werden wir Abteilungsleiter zu Schulungen aufgeboten. Wie gehen wir damit um, wenn wir vermuten, dass eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter ein Suchtproblem hat? Da finde ich mich in einer anderen Rolle wieder. Da geht es nicht mehr nur um mein Verhalten. Diese Perspektive war mir neu, mein Horizont hat sich erweitert. Ich sehe die Problematik jetzt in einer anderen Dimension.»

Selber konsumiere ich keinen Alkohol mehr. Ich habe viel gewonnen dadurch. Mich motiviert es, trocken zu bleiben, wenn ich anderen mit meinem Verhalten ein Vorbild sein kann. Denn es ist möglich, die Sucht in den Griff zu kriegen. Je früher das Problem erkannt und angegangen wird, desto einfacher ist es. So gesehen bin ich Alex enorm dankbar, dass er eingegriffen hat. Ich bin froh, dass er nicht gewartet hat, bis die Situation eskaliert. Dass er mir eine zweite Chance gegeben hat, vergesse ich nicht so schnell. Das rechne ich ihm hoch an.»

«Gut, in letzter Zeit war mir wirklich nicht mehr wohl. Wenn ich nur schon gedacht habe, ich könnte nervös werden, begann ich zu zittern.»

20 JAHRE SUCHTPRÄVENTIONSSTELLE ZÜRCHER OBERLAND

DIE GESCHICHTE UND IHRE ZEITZEUGEN

Bis Anfang der neunziger Jahre galt die Aufmerksamkeit in der Drogenpolitik vorwiegend der Überlebenshilfe für Drogenabhängige. Das Elend war sichtbar und erschütterte die ganze Welt. Immer lauter wurden die Stimmen, die forderten: Nie mehr Platzspitz – nie mehr Letten!

Die Suchtprävention musste professionell aufgebaut werden. Weder Informationsblätter noch punktuelle Präventionsbemühungen verhinderten Sucht. Schockierende Bilder zu zeigen oder Drogenabhängige in Schulen einzuladen, war ebenso wirkungslos. Abschreckung funktioniert nicht.

Spezifisches Fachwissen fehlte, auch konzeptionelle Überlegungen und weiterführende Kontakte. Suchtprävention bedingt weit mehr, als Menschen vor Drogen zu warnen. Der Gemeindepräsidentenverband sowie die Jugendkommissionen der Bezirke Hinwil, Pfäffikon und Uster forderten deshalb eine regionale, professionelle Suchtpräventionsstelle. Konzept und Budget dafür wurden im März 1994 einstimmig verabschiedet. Am 1. Januar 1995 nahm die Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland ihre Arbeit auf.

Fachleute der Suchtpräventionsstelle unterstützten die Gemeinden vor Ort. Kommissionen, Arbeitsgruppen und Fachausschüsse wurden gegründet. Schule, Polizei, Behörden und Politik tauschten sich endlich aus und suchten zusammen langfristige, tragfähige Lösungen.

Dieses Miteinander ist noch immer die Basis der Präventionsarbeit. Sie hilft involvierten Personen, frühzeitig zu erkennen, wenn Probleme entstehen, damit sie sofort handeln können. Auf solche Situationen müssen Lehrpersonen, Jugendarbeitende, Eltern, Schulleitungen und Vereinstrainer vorbereitet werden.

RITA FUHRER

**ehemalige Schulpräsidentin Oberstufe Pfäffikon,
Regierungsrätin Kanton Zürich, Steuergruppe Aufbau
Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland**

«Es ging mir immer darum, einen breiten politischen Konsens zu schaffen. So erreichten wir von links bis rechts Akzeptanz für Suchtprävention. Das ist heute mindestens so wichtig wie damals – denn Suchtprävention geht uns alle etwas an.»

«Der politische Konsens ist heute mindestens so wichtig wie damals – denn Sucht geht uns alle etwas an!»



DIE DROGENWELLE ERREICHT DAS ZÜRCHER OBERLAND

Zürcher Landgemeinden verdrängten während Jahrzehnten, dass auch sie vom Drogenmissbrauch betroffen sind. Ende der siebziger Jahre überschwemmte eine Drogenwelle das Zürcher Oberland, Uster wurde als Umschlagplatz national bedeutend. Die Probleme wurden ignoriert, als ob sie – auf dem Land! – gar nicht existieren würden.

Drogen waren ein Stadtzürcher Problem, so die öffentliche Wahrnehmung. Fiel dennoch ein Süchtiger auf, erhielt er ein Bahnticket nach Zürich, einfach.

Die Jugendsekretäre der Bezirke Uster, Pfäffikon und Hinwil erkannten die Problematik früh. Nahe an der Basis erlebten sie tragische Schicksale mit. Für sie war klar: Auch das Zürcher Oberland hat ein Drogenproblem. Eine erste regionale Drogenkonferenz Zürcher Oberland wurde organisiert. Überraschend nahmen daran Gemeindepräsidenten, Sozial- und Fürsorgevorstände, Lehrerinnen und Lehrer, Schulpflegerinnen, Leitende von Jugendhäusern und Vertretungen der Kirche und Jugendarbeit aus dem ganzen Zürcher Oberland teil. Die Thematik beschäftigte eben doch.

Tatenlos zuschauen ging nicht mehr, jetzt musste gehandelt werden. Der Verein für Drogenfragen Zürcher Oberland (VDZO) wurde gegründet. Er sorgte dafür, dass Drogengefährdete und Drogenabhängige betreut werden, und unterstützte Bestrebungen zur Verhütung des Drogenmissbrauchs. 1982 eröffnete der Verein in Wetzikon die erste Notschlafstelle.

HANS THALMANN

**ehemaliger Jugendsekretär Bezirk Pfäffikon, ehemaliger
Vorstand Verein für Drogenfragen, VDZO**

«Wir sind im Zürcher Oberland soziale Probleme schon früh regional angegangen. Da waren wir sicher der Zeit voraus. Persönlich habe ich immer gerne versucht, auch scheinbar unlösbare Probleme zu lösen. Irgendwie bin ich ein unverbesserlicher Weltverbesserer.»



«Im Zürcher Oberland
waren wir der Zeit
voraus.»

**Wir sahen die jungen Menschen auf dem Platzspitz.
Sie hätten unsere Söhne und Töchter sein können.**

In Zürich spitzte sich die Situation der offenen Drogenszene auf dem Platzspitz zu. Vertreibungstaktik und die repressive Politik scheiterten. Die Stadt Zürich war überfordert und auf die Mithilfe der Gemeinden angewiesen.

Von den Drogenabhängigen, die sich auf dem Platzspitz aufhielten, stammten lediglich zwanzig Prozent aus der Stadt Zürich. Niemand wollte diese Tatsache wahrhaben. Die Stadt organisierte deshalb 1990 einen besonderen Anlass: Alle Gemeindepräsidentinnen und -präsidenten wurden auf den Platzspitz eingeladen. Der Einladung folgten 300 Gemeindepräsidenten und 130 Fürsorgevorstände. An einem Septembermorgen besichtigten sie in aller Frühe den Platzspitz. Die Betroffenheit war gross. Fast alle Teilnehmer waren Männer, viele von ihnen Väter. Die jungen Menschen auf dem Platzspitz hätten ihre Töchter und Söhne sein können. Dieser Tag war ein Durchbruch, das Problem wurde endlich erkannt, und die Dezentrale Drogenhilfe (DDH) konnte nun umgesetzt werden.

PAUL BACHMANN

**ehemaliger Jugendsekretär Bezirk Uster,
ehemaliger Präsident Arbeitsgruppe «Prävention»
der kantonalen Drogenkommission,
ehemaliger Vorstand Verein für Drogenfragen, VDZO**

«Die grossen Jugendbewegungen der 68er und der 80er Jahre haben in der Politik jeweils zu einem Riesenkrach geführt. Man diskutierte stundenlang darüber, wer schuld sei. Durch die schlimmen Drogenprobleme haben wir gelernt, dass es wenig nützt, die Schuldigen zu finden. Es braucht Einigkeit auf der politischen Ebene und die Zusammenarbeit aller Akteure aus den vier Säulen Prävention, Therapie, Schadensminderung und Repression.»

«Zielführende Drogenpolitik
vernetzt Akteure aus Prävention,
Therapie, Schadensminderung
und Repression.»



Wir konnten nicht länger wegschauen.

Die Dezentrale Drogenhilfe (DDH) war das Werk des Zürcher Gemeindepräsidentenverbands und des Kantons. Die Zürcher Gemeinden sollten nun die Verantwortung für ihre Gefährdeten und Abhängigen selbst übernehmen. Für Drogenabhängige der Regionen mussten eigene Einrichtungen geschaffen werden. Der Verein für Drogenfragen Zürcher Oberland baute diverse Hilfs- und Überlebenshilfe-Einrichtungen auf.

Mit der DDH begann die Rückführung der Drogenabhängigen in ihre Heimatgemeinden. Auf dem Platzspitz hielten sich überdurchschnittlich viele Drogenabhängige aus dem Zürcher Oberland auf. Sie alle mussten in ihre Gemeinden zurückgebracht werden. Diese Rückführung veränderte die Wahrnehmung der Problematik auf dem Land massiv. Das Problem wurde unmittelbar sichtbar, Spritzen lagen im Umfeld von Kindergärten und Schulhäusern offen herum. Gleichzeitig stieg das Bewusstsein für die Kosten der Sucht.

HEINRICH HANSELMANN

ehemaliger Jugendsekretär Bezirk Hinwil, ehemaliger Vorstand Verein für Drogenfragen, VDZO, Leiter Arbeitsgruppe Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

«Allen Politikern war klar, dass es in jeder Gemeinde eine Feuerwehr und ein Brandschutzkonzept braucht. Denn niemand will, dass sein Haus einem Brand zum Opfer fällt. Und allen war klar, dass das viel Geld kostet: die Löschwagen, die bauliche Infrastruktur, die Konzeptarbeit. So ist es auch mit der Suchtprävention: Sie kann persönliches Leid und massive Kosten verhindern. Zwei Fremdplatzierungen in einer kleinen Gemeinde können den Steuerfuss schnell einmal in die Höhe treiben.»



«Suchtprävention kann
persönliches Leid
und massive Kosten
verhindern.»

PRÄVENTIONSARBEIT DAMALS UND HEUTE

Die Anfänge: Information und Abschreckung

In den neunziger Jahren, den Anfängen der Suchtprävention, setzten die Fachleute auf Information und vor allem auf Abschreckung: Bei Schulbesuchen wurden Ex-Fixer eingeladen, die den Schülerinnen und Schülern die Lust auf Drogen nehmen sollten. Doch viel Information und gut gemeinte Warnungen schossen am Ziel vorbei und bewirkten das Gegenteil: In vielen jungen Menschen wurden die Neugier und die Lust am Ausprobieren verschiedener Substanzen geweckt. Denn jegliches «Anderssein» übt eine Sogwirkung auf junge Menschen aus, das gehört zum Entwicklungsprozess.

Gestern: Gesundheitsförderung – die Welt verbessern

Nach dieser Phase kam man zur Erkenntnis, dass der Fokus auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen gelegt werden muss. Es folgten Aktionen und Projekte mit dem Ziel, die Lebensbedingungen für alle zu verbessern. Die Erkenntnis, dass gesund bleibt, wer in einer gesunden Gesellschaft lebt, hatte zur Folge, dass Suchtprävention die Welt verbessern sollte. Eigentlich eine schöne Idee, doch das konnte und kann Suchtprävention nicht leisten.

Heute: Risiko- und Schutzfaktoren – richtig und früh ansetzen

Daraus entstand der Grundsatz, sich zwar nach wie vor auf Gesundes und Stärkendes, die Ressourcen, zu konzentrieren – sich gleichzeitig aber vermehrt um gefährdete Personen und Risikogruppen zu kümmern. Das bezieht insbesondere auch das Umfeld dieser Personen beziehungsweise Gruppen ein. Problemsituationen, die verdrängt, nicht erkannt oder nicht angegangen werden, wachsen sich oft zu grossen Krisen aus. Je früher Probleme durch umstehende Personen erkannt werden und diese auch wissen, wie sie handeln können, desto eher finden sich Lösungen, die greifen. Das spart zudem erheblich Ausgaben für komplexe Interventionen.

PETER TRAUFFER

Stellenleiter Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland 1994 bis 2015

«Suchtprobleme sind auch nach Platzspitz und Letten ein Thema mit weitreichenden Folgen. Die Probleme haben sich aber verändert. Heute stehen Alkohol und Tabak als legale Genussmittel im Fokus. Der Missbrauch dieser Genussmittel findet im Alltag statt, nicht in einer öffentlichen Drogenszene. Aus menschlichen Gründen und aus finanzieller Sicht lohnt es sich nach wie vor, frühzeitig hinzuschauen und zu handeln. Denn Sucht geht uns alle an – nicht alle anderen!»



«Geliebt sind all die
vielen Suchtgeschichten,
welche im Privaten,
häufig im Geheimen,
gelebt werden.»

DEN HEBEL AUF ALLEN EBENEN ANSETZEN

Suchtprävention wirkt dann, wenn sie über das akute Problem hinaus zielt. Dann, wenn sie früh positiv einwirken kann und wenn Akteure aus verschiedenen Feldern zusammenspannen.

GEMEINDE

Zum Leben gehören erziehen, streiten, fördern, arbeiten, feiern. All das findet auch in der Gemeinde statt. In unserer Konsum- und Leistungsgesellschaft, den Lebens- und Arbeitsbedingungen gründen Risikofaktoren, im Miteinander gedeihen wertvolle Schutzfaktoren.

Voraussetzungen, um Suchtprävention in der Gemeinde umzusetzen:

- Politischer Wille zur Veränderung
- Ressourcen
- Strukturen
- Vernetzung
- Fachleute mit fundiertem Wissen (Prävention, Gesundheitsförderung, Projektmanagement)

FAMILIE

Die Familie prägt die kindliche Entwicklung und damit die Persönlichkeit des Kindes – wie auch immer die Familie zusammengesetzt ist. Suchtprävention in der Familie heisst: sichere Bindung und tragende Beziehungen aufbauen, Kleinkinder in ihren Selbst- und Sozialkompetenzen fördern, Jugendliche auf dem Weg zum Erwachsenwerden begleiten.



SCHULE, KINDERGARTEN

Die Schule spielt in der Prävention eine zentrale Rolle. Suchtprävention ist auch eine pädagogische Aufgabe und Teil der Gesundheitsförderung, die fächer- und stufenübergreifend wirkt. Wirksame schulische Suchtprävention schliesst die gesamte Lebenswelt Schule ein. Sie umfasst deshalb über den Suchtpräventionsunterricht hinaus Massnahmen für die gesamte Institution.



JUGEND- UND FREIZEIT

Jugendliche verbringen viel Zeit in Vereinen, in Jugendorganisationen oder auf Sportplätzen. Ihre Freizeit gestalten sie zunehmend selbständiger und von der Familie unabhängiger. Nimmt Jugend- oder Vereinsarbeit Jugendliche und ihre Schwierigkeiten ernst, stärkt sie Persönlichkeiten in ihrer Entwicklung und leistet so einen wichtigen Beitrag zur Suchtprävention.



arbeit Jugendliche und ihre Schwierigkeiten ernst, stärkt sie Persönlichkeiten in ihrer Entwicklung und leistet so einen wichtigen Beitrag zur Suchtprävention.

ARBEIT

Suchtprobleme am Arbeitsplatz führen für Unternehmen zu beträchtlichen Einbussen. Betriebliche Programme zur Suchtprävention sind Bestandteile moderner Personalpolitik, sowohl in privaten Unternehmen als auch in öffentlichen Verwaltungen. Sie leisten einen wichtigen Beitrag, damit das Thema Suchterkrankung und problematischer Konsum enttabuisiert wird. Und Probleme früh erkannt und angesprochen werden, sodass gemeinsam Lösungen gefunden werden können.



ALTERSARBEIT

Jede zehnte Person im Alter über 65 Jahre hat eine Abhängigkeit entwickelt. Dies nicht selten erst im Alter und oft völlig unbemerkt. Das Umfeld verharmlost die Anzeichen gerne. Werden ältere Menschen jedoch frühzeitig auf ihren (problematischen) Substanzkonsum angesprochen, erhalten sie auch die Möglichkeit, nötige Hilfe anzunehmen. Auf Informationen und Therapien sprechen ältere Menschen sehr gut an.



ARBEITSWEISE DER SUCHTPRÄVENTIONS- STELLE

Die Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland setzt bei ihrer Arbeit bei den sogenannten Multiplikatoren an:

- Schulleiterinnen und Schulleiter
- Lehrpersonen
- Schulsozialarbeitende
- Trainer und Trainerinnen und Leitungspersonen in Vereinen und Organisationen
- Eltern, Elternmitwirkung
- Kommunalpolitiker und -politikerinnen
- Jugendbeauftragte
- Heimleitende in Alters- und Pflegeheimen
- Spitex-Mitarbeitende und Pflegenden in Heimen
- Arbeitgeber
- ...

Bei allen Fragen zu Gewalt arbeiten wir zusammen mit der Fachstelle Gewaltprävention Zürcher Oberland.

**SUCHTPRÄVENTION:
TENDENZEN UND HERAUSFORDERUNGEN**

**Überforderung durch Leben
im Überfluss**

**Medikalisierung
des Alltags**

**Soziale Ungleichheit
nimmt zu**

**Netzwerke bleiben wichtig
und günstig**

**Bewährung vor Bewahrung –
Risikokompetenz fördern**

**Prävention muss früher
einsetzen, themenüber-
greifend**

**Liberalismus braucht
gesundheitskompetente
Konsumenten**

**Von null bis hundert:
Prävention über das gesamte
Leben – auch im Alter**

**Prävention wird vielfältiger,
komplexer und paradoxer**

DAS TEAM DER SUCHTPRÄVENTIONSSTELLE



Peter Trauffer, Leitung



Hedi Hobi, Sekretariat



Tamara Koller, Kommunikation



Priska Bretscher, Beratung
Stv. Stellenleitung



Yves Grünwald, Beratung



Felix Hanselmann, Beratung



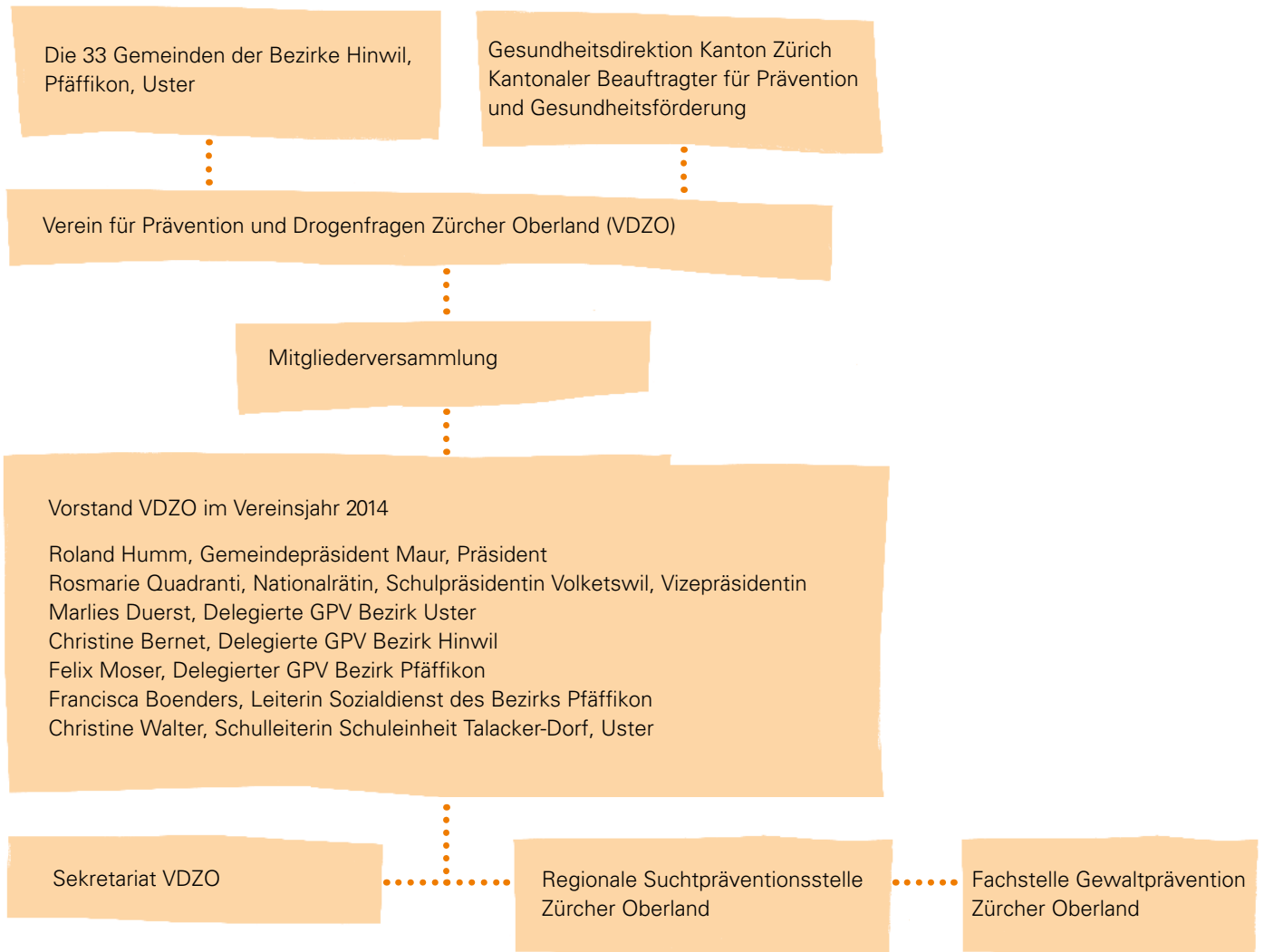
Gabriela Hofer, Beratung



Yvonne Kneubühler, Beratung

Am 1. Dezember 2014
begrüssen wir die neue
Stellenleitung und die neue
Sekretariatsmitarbeiterin.
[www.sucht-praevention.ch/
team](http://www.sucht-praevention.ch/team)

ORGANISATION



KONTAKT

Regionale Suchtpräventionsstelle
Zürcher Oberland
Gerichtsstrasse 4
Postfach
8610 Uster
Telefon 043 399 10 80
Fax 043 399 10 81
info@sucht-praevention.ch
www.sucht-praevention.ch

IMPRESSUM

Konzept und Redaktionsleitung:

Tamara Koller, Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

Autorinnen und Autoren: Peter Trauffer, Priska Bretscher,
Yvonne Kneubühler, Tamara Koller, Suchtpräventionsstelle
Zürcher Oberland

Mitarbeit Konzept und Textredaktion:

Stefan Scherrer, Texter, Winterthur

Fotos: Jolanda Flubacher, Uster, und Orlando Duó, Wetzikon

Korrektur: Sylvia von Piechowski, Dübendorf

Gestaltung: Orlando Duó Graphic Design SGD, Wetzikon

Druck: ST Print AG, Wolfhausen

Auflage: 3000

