

**Zeitschrift:** SuchtMagazin

**Herausgeber:** Infodrog

**Band:** 38 (2012)

**Heft:** 1

**Artikel:** Professionalisierung der Angehörigen-Selbsthilfe

**Autor:** Suhner, Denise / Beck, Thilo

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-800430>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Professionalisierung der Angehörigen-Selbsthilfe

**Die Angehörigenvereinigung Drogenabhängiger Zürich ada-zh führt als einzige Vereinigung in der Schweiz eine professionelle Beratungsstelle für Angehörige. Seit vier Jahren besteht eine strukturierte Zusammenarbeit mit den Zentren für Suchtmedizin der Arud.<sup>1</sup> Die Erfahrungen dieser interdisziplinären Kooperation sind positiv, ein weiterer Ausbau ist vorgesehen. Sowohl für Angehörige als auch für Personen mit Substanzstörungen werden Beratungs- und Behandlungsangebote komplettiert und besser zugänglich.**

## Denise Suhner

dipl. Psychologin FH, Geprüfte Transaktionsanalytikerin Psychotherapie, ada-zh, Seefeldstrasse 128, CH-8034 Zürich, Tel. +41 (0)44 384 80 10, denise.suhner@ada-zh.ch, www.ada-zh.ch

## Thilo Beck

Dr. med., FMH Psychiatrie und Psychotherapie, Chefarzt Psychiatrie Arud, Konradstrasse 32, CH-8005 Zürich, Tel. +41 (0)58 360 50 10, t.beck@arud.ch, www.arud.ch

## Der Anfang: Angehörige helfen sich selbst

Wenige Jahre nachdem sich in Zürich eine offene Drogenszene gebildet hatte, schlossen sich 1974 betroffene Eltern zusammen und riefen die erste Selbsthilfegruppe ins Leben, aus der die Elternvereinigung DAJ (DrogenAbhängige Jugendliche) entstand. Das Sucht-Ambulatorium der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich unterstützte dieses Engagement indem es Räumlichkeiten zur Verfügung stellte und dazu beitrug, dass weitere Eltern den Kontakt zu den Selbsthilfegruppen fanden. Auch in anderen Regionen der Schweiz entstanden in der Folge Selbsthilfegruppen. Weder für Heroinabhängige noch für die Angehörigen waren damals adäquate Hilfsangebote verfügbar. In dieser Situation übernahmen die LeiterInnen der Angehörigen-Selbsthilfegruppen die Funktion von Kontakt- und Beratungspersonen und standen Hilfe suchenden Eltern rund um die Uhr über ihre private Telefonnummer zur Verfügung.

## Zusammenschluss und Öffentlichkeitsarbeit

Die Schweizer Selbsthilfegruppen schlossen sich 1986 in der Dachorganisation VEVDAJ (Verband der Eltern- & Angehörigenvereinigungen Drogenabhängiger) zusammen. Neben der Beratung betroffener Eltern und dem Austausch in den Gruppen stand die Öffentlichkeitsarbeit im Mittelpunkt. Die Mitglieder der Elternvereinigungen setzten sich für «Gassenzimmer» und «Fixerstübl» ein, kämpften dafür, in die Therapien ihrer drogenabhängigen Kinder mit einzbezogen zu werden und wehrten sich gegen die Ausgrenzung und Stigmatisierung von Drogenabhängigen und deren Angehörigen. Der Einsatz stiess auf politische Anerkennung. Der VEVDAJ erhielt Einstieg in die Eidgenössische Kommission für Drogenfragen.

## Aufbau einer professionellen Beratungsstelle

Die zunehmende Nachfrage von Rat suchenden Eltern beim Verein DAJ in Zürich konnte von den Gruppenleitenden bald nicht mehr bewältigt werden. Finanzielle Mittel der Stadt und des Kan-

ton Zürich sowie Spenden und Gönnerbeiträge ermöglichten 1987 den Aufbau einer professionellen Beratungsstelle und die Anstellung von drei Fachpersonen aus den Bereichen Sozialpädagogik/Psychotherapie und Erwachsenenbildung sowie einer Sekretärin. Somit veränderte sich das Profil des Vereins Elternvereinigung DAJ von einer reinen Selbsthilfeorganisation für Eltern zur einzigen Institution mit einer professionellen Beratungsstelle für Angehörige in der Schweiz. Wegen des zunehmenden Anteils anderer Angehöriger zusätzlich zu betroffenen Eltern (PartnerInnen, Geschwister, Bekannte etc.) erfolgte 2005 die Umbenennung in Angehörigenvereinigung DrogenAbhängiger Zürich ada-zh.

## Psychotherapie im Fokus

Die Beratungsstelle ada-zh wurde zunehmend mit psychotherapeutischen Problemstellungen konfrontiert, weshalb heute bei Neuanstellungen nur noch PsychologInnen mit psychotherapeutischer Weiterbildung berücksichtigt werden. Geführt wird die Beratungsstelle vom Vorstand des Vereins ada-zh. Das Spannungsfeld zwischen der Förderung der Selbsthilfe einerseits und der Führung einer Beratungsstelle mit psychotherapeutischem Angebot andererseits – und mit einem je nach Ansatz unterschiedlichen Verständnis von «Beratung», «Therapie» und «Angehörigenarbeit» – fordert einen fortlaufenden Dialog zwischen dem Vereinsvorstand und dem Beratungsteam.

## Laufende Weiterentwicklung des Angebots

Neue Selbsthilfegruppen werden während des ersten Jahres von einem Mitglied des Beratungsteams geleitet, bis ein Gruppenmitglied übernimmt, das zuvor als Co-Leitung fungiert hat. Das Angebot der Beratungsstelle umfasst des Weiteren Informationen zu Sachfragen, Krisenintervention, lösungsorientierte Kurzzeitberatung, längerfristige therapeutische Begleitung, Familien- und Paarberatung, Telefon- und E-Mail-Beratung. Die Beratungsstelle vertritt eine humanistische Grundhaltung und legt Wert darauf, dass Angehörigenarbeit in einer Atmosphäre ohne Schuldzuweisungen stattfindet. Eine systemische Sichtweise fließt mit ein, da die Arbeit mit einer angehörigen Person je nach Fall auch als «Familientherapie ohne Familie» gesehen werden kann. Ein wichtiger Grundsatz ist eine wertschätzende Haltung gegenüber allen Familienmitgliedern. Die Angehörigen werden darin unterstützt, sich in angemessener und gesunder Weise von der konsumierenden Person abzugrenzen, was sich in der Kurzformel «loslassen – nicht fallen lassen» ausdrücken lässt. Die Angehörigen erlangen so

mehr Autonomie und oft gelingt es, dass ihre eigenen Interessen, Gefühle und Gedanken wieder in den Mittelpunkt ihres (Er-)Lebens rücken.

### **Der Schritt zur Kooperation**

In der Beratungstätigkeit des ada-zh-Teams stiess eine bedarfsgerechte Weiterentwicklung des Angebots in den Bereichen, in denen sich Schnittstellen mit suchtmedizinischen Angeboten ergaben, zunehmend an ihre Grenzen. Da Angehörige vor allem in der ersten Phase der Beratung/Begleitung oft mit Fragen nach Therapiemöglichkeiten für die konsumierende Person an die Beratungsstelle gelangen, schien es sinnvoll, enger mit einer professionellen Institution mit einem möglichst umfassenden Therapieangebot zusammenzuarbeiten. Durch strukturierte Zusammenarbeit mit suchtspezifischen therapeutischen Einrichtungen sollten als weiterer Effekt über die PatientInnen mehr Angehörige erreicht werden, die sich trotz hohem Leidensdruck aus eigener Initiative oft keine Unterstützung für sich selbst zu suchen vermögen. Andererseits sollte über die Arbeit mit Angehörigen die konsumierende Person besser für eine Behandlung motiviert werden können. Mit ihrem akzeptierenden Ansatz, ihrem umfassenden, interdisziplinären Therapieangebot und ihrem systemischen Grundverständnis von Suchtproblemen schien die Arud die ideale Partnerin für eine derartige Zusammenarbeit.

### **Das Partnerprofil: Was die Arud mitbringt**

Die Arud betreibt im Raum Zürich vier Zentren für Suchtmedizin mit einem akzeptierenden, zieloffenen und interdisziplinären therapeutischen Angebot. Das Spektrum verfügbarer Angebote wird durch Zusammenarbeit mit Partner-Organisationen konsequent erweitert und komplettiert. Da gesellschaftliche Rahmenbedingungen und Normen einen massgeblichen Einfluss auf die Entstehung und auf den Verlauf von Substanzstörungen haben, engagiert sich die Arud für eine Gesellschaft, die den Konsum psychoaktiver Substanzen sinnvoll integriert und Menschen, die durch ihr Konsumverhalten Schaden erleiden, eine adäquate Behandlung und Unterstützung zur Verfügung stellt. Das soziale Umfeld wird als wichtiger Einflussfaktor für die Entstehung und den Verlauf einer Suchtstörung verstanden. Die adäquate Information aller Beteiligten über Hintergrund und Wesen der Substanzstörungen, über die damit einhergehenden Beeinträchtigungen und über Sinn, Zweck und Ziele einer laufenden Behandlung ermöglicht Angehörigen, bezüglich ihrer individuellen Grenzen und Möglichkeiten im Umgang mit den Betroffenen Klarheit zu gewinnen. Eine transparente und klare Haltung der Angehörigen ist wiederum hilfreich für eine konstruktive Auseinandersetzung der Betroffenen mit ihrem Konsumverhalten und dessen Auswirkungen. Da die Arud-TherapeutInnen in erster Linie ihren PatientInnen verpflichtet sind, können sie Angehörige in laufenden Behandlungen zwar punktuell beraten und einbeziehen, aber keine unabhängige Anlauf- und Beratungsstelle bieten. Deshalb stellt die ada-zh für die Arud eine wichtige Netzwerkpartnerin dar. Angehörige, die oft psychisches Leiden von Krankheitswert entwickeln, haben im Verständnis der Arud ein Recht auf eine entsprechende Beratung und Behandlung.

### **Die Umsetzung**

Seit Anfang 2008 steht eine Beraterin der ada-zh einen halben Tag pro Woche im Arud-Zentrum Hauptbahnhof zur Verfügung. Diese räumliche Nähe zu den TherapeutInnen der Arud bietet die Möglichkeit eines unkomplizierten und regelmässigen Kontaktes. Für die Pflege und Weiterentwicklung der Kooperation stehen folgende Gefässe zur Verfügung: Ein halbjährlicher Austausch zwischen dem Team der ada-zh und dem Team des Arud-Zentrums Hauptbahnhof, regelmässiger Austausch mit den Behandlungsteams der übrigen Arud-Zentren, persönlicher Kontakt mit allen Arud-TherapeutInnen bei Neuanstellung, gemeinsame Fallvorstel-

lungen, Standortbestimmungen mit dem ärztlichen Leiter, Standortbestimmungen mit dem Chefarzt, Koordinationssitzungen und öffentliche Veranstaltungen gemeinsam mit anderen Kooperationspartnern der Arud.<sup>2</sup> Eine weitere Zusammenarbeit besteht darin, dass bei personellen Engpässen in der Beratungsstelle ada-zh eingehende Anrufe vom Intake der Arud entgegengenommen werden, um Angehörigen, denen der Erstkontakt oft schwer fällt, den Telefonbeantworter zu ersparen.

### **Erfahrungen und Herausforderungen**

Um den Angehörigen eine Suchthilfeinstitution für die konsumierende Person empfehlen zu können, ist es hilfreich, die Arbeitsweise und zumindest einen Teil der TherapeutInnen persönlich zu kennen. Im Durchschnitt sind 22% der Neuanmeldungen der Beratungsstelle auf die Arud zurückzuführen. Die Nähe zu einer suchtmedizinischen Institution bedeutet für das Beratungsteam der ada-zh eine grössere Sicherheit in Bezug auf die konsumierenden Personen, besonders in Notfällen. Für die Begleitung der Angehörigen kann die ada-zh vom psychiatrisch-psychotherapeutischen Know-how der Arud profitieren.

Um die Kooperation stabil zu halten, sind die Pflege der Kontakte und das Aufrechterhalten der Kommunikationsgefässe notwendig – was ein entsprechendes Zeitbudget erfordert. Die Erfahrung der vergangenen vier Jahre hat gezeigt, dass dies für die mit 140 Stellenprozenten besetzte Beratungsstelle ada-zh ein verhältnismässig grosser Aufwand ist.

### **Wie weiter?**

Der psychiatrisch-psychotherapeutische Ansatz der Arud soll noch konsequenter in das Angebot der ada-zh integriert werden. Die Problematik von Angehörigen soll nicht nur als persönliche Coping-Aufgabe und gesellschaftliches Phänomen verstanden werden, sondern als eine Belastung, die mit psychischem Leiden von Krankheitswert einhergehen kann. In Situationen, in denen das beraterische, psychotherapeutische und selbsthilforientierte Angebot der ada-zh nicht ausreicht, soll ein unkomplizierter und reibungsloser Zugang zu einer psychiatrischen Behandlung durch die Arud geboten werden. Zu diesem Zweck wird eine engere fachlich-organisatorische Einbindung des ada-zh-Teams in den Fachbereich Psychiatrie der Arud angestrebt. Das Angebot für KlientInnen und PatientInnen kann so noch bedarfsoorientierter gestaltet und sinnvoll aufeinander abgestimmt werden.

### **Kontroverse Haltungsdiskussion**

Zu einem weiteren Ausbau der Kooperation mit der Arud bestehen unter den Mitgliedern der ada-zh unterschiedliche Sichtweisen: Einerseits könnte dem Leiden der Angehörigen durch eine bessere Integration in das psychiatrisch-medizinische Versorgungssystem mehr Anerkennung eingeräumt werden und die KlientInnen der ada-zh erhielten bei Bedarf einen direkten Zugang zu psychiatrischer Behandlung. Dies wäre ein klares Signal, dass Angehörige genauso wie Menschen mit einer Suchtstörung ein Recht auf optimale interdisziplinäre Behandlung und Unterstützung haben. Andererseits bestehen Vorbehalte gegenüber einer «Psychiatrisierung» der Angehörigenarbeit, die in einer befürchteten zusätzlichen Stigmatisierung begründet sind. Angehörige übernehmen oft die Rolle einer starken Persönlichkeit und wollen der konsumierenden Person aktiv helfen, ihr Leben wieder in geordnete Bahnen zu lenken. In dieser Position fällt es auch bei hohem Leidensdruck schwer, sich selbst als «krank» zu deklarieren und in psychiatrische Behandlung zu begeben.●

### **Endnoten**

1 Arud, Zentren für Suchtmedizin. Vgl. [www.arud.ch](http://www.arud.ch)

2 DIZ, Drogeninformationszentrum Streetwork Stadt Zürich; Checkpoint, Gesundheitszentrum für Männer.



