

Dienstag, 7. März 2023

Ratgeber Jugend

Eine Stimme für Kinder von suchtkranken Eltern

S., 15 Jahre alt, sitzt mir gegenüber. Sie berichtet, dass sie sich seit einiger Zeit nicht mehr gut konzentrieren könne in der Schule und wenig Motivation und Energie verspüre, um die Lehrstellensuche anzugehen.

Im Verlauf der ersten Gesprächsrunde wird deutlich, dass S. schon länger viel Verantwortung für ihre jüngere Schwester trägt und der Übergang ins Berufsleben Überforderungsgefühle auslöst. Seit sie vor kurzem mitbekommen hat, wie ihre Mutter einer Nachbarin lautstark und unfreundlich begegnet ist, befürchtet sie, dass ihre Mutter wieder Alkohol trinkt. Sie liebt ihre Mutter, schämt sich aber auch für sie, bricht es aus ihr heraus.

Nie Freunde nach Hause genommen

Sie schämt sich, weil sich ihre Mutter früher manchmal in ihrem Zimmer verschanzte, den Haushalt vernachlässigte und dann kaum ansprechbar war. Und weil ihre Mutter manchmal überschwänglich fröhlich und manchmal unberechenbar wütend reagiert und manchmal

unzuverlässig sei. Wenn sie früher als einziges Kind nicht vom Schwimmbad abgeholt worden sei, obwohl dies so vereinbart war, fühlte sie sich verlassen. Um solche Situationen zu vermeiden, habe sie fortan möglichst auf solche Aktivitäten verzichtet. Nun im Alter, in dem sie längst selbstständig sei, sei es ihr grösstes Anliegen, dass ihre Schwester nicht Ähnliches erleben müsse, und sie kümmere sich um deren Angelegenheiten. Sie habe eigentlich nie Freunde nach Hause genommen, und wenn dies ausnahmsweise der Fall war, sei sie sehr angespannt gewesen, welche Situation sie Zuhause vorfinden könnte.

S. will ihre Mutter nicht enttäuschen

Nun mache sie sich Sorgen, dass sich die Situation zuhause wieder verschlechtern könnte. Wer begleitet ihre Schwester, wenn sie selbst in der Lehre bis abends arbeiten müsse? Sie mache sich Sorgen, dass ihre Mutter es irgendwann «übertreiben» und nicht mehr nach Hause kommen oder vielleicht früh sterben könnte. Auch fühle sie sich

schlecht, mit mir darüber zu reden. Ihre Eltern wären bestimmt sehr enttäuscht von ihr, würden sie dies erfahren. S. fühle sich schuldig und möchte ihre Mutter nicht enttäuschen. Dann wäre sie ja schuldig, würde ihre Mutter wieder trinken.

S. wirkt sehr reif für ihr Alter, drückt sich gewählt aus und ich traue ihr intuitiv sofort zu, dass sie bereits mit 15 Jahren einen Familienhaushalt managen könnte. Sie scheint viel Energie zu haben, verfügt über grosse Widerstandsfähigkeit und wirkt gleichzeitig erschöpft – eine Kämpferin. Es wird deutlich, dass sie früh sehr viel Verantwortung übernehmen und oft emotionale Ausbrüche der Eltern bewältigen musste.

Entlastung, Sicherheit und Orientierung

Um gesund bleiben zu können und ihr Potenzial entfalten zu können, brauchen Kinder wie S. Entlastung, Sicherheit und Orientierung. Sie sollen erfahren dürfen, dass es anderen Kindern auch so geht, ihr Empfinden nicht falsch oder «abnormal» ist, dass ihre Mutter/ihr

Vater an einer Krankheit leidet und sie keine Schuld daran haben. Für S.s Entwicklung ist es wichtig, zu prüfen, welche Unterstützung die Familie braucht, damit S. von ihrer Verantwortung entlastet wird, sich abgrenzen und ihre Energie für die anstehenden herausfordernden Entwicklungsschritte (zum Beispiel Berufsausbildung) nutzen kann.

Aktionswoche für Kindern von suchtkranken Eltern

In der Schweiz leben rund 100 000 Kinder mit einem Elternteil, der Alkohol oder eine andere Substanz auf problematische Weise konsumiert und in einem grossen Teil der Fälle süchtig ist. Es ist wichtig, Kindern wie S. eine Stimme zu geben, um ihre Bedürfnisse und Herausforderungen zu erkennen und anzugehen und zu verstehen, dass diese Kinder oft traumatischen Erfahrungen ausgesetzt sind. Alle Eltern möchten gute Eltern sein. Leiden Eltern an einer psychischen Krankheit wie einer Sucht gilt es sicherzustellen, dass die Eltern selber und deren Kinder Zugang

zu geeigneten Ressourcen und Unterstützung erhalten. Aktuell macht die nationale Aktionswoche auf die Situation von Kindern von Eltern mit Suchterkrankung aufmerksam.

Betroffene Jugendliche und junge Erwachsene sowie deren Eltern aus dem Limmattal können sich vertraulich an unsere Fachstelle wenden. Unter www.kinder-von-suchtkranken-eltern.ch/ sind weitere Informationen und Fachstellen zur Thematik zu finden.



Lilian Schaad,
Soziale Arbeit
FH, Systemische
Beratung

Blinker, Fachstelle des

Sozialdienstes Limmattal, Grabenstrasse 9, 8952 Schlieren. Sie erreichen uns unter der Telefonnummer 044 730 61 61 oder schreiben Sie uns ein E-Mail an blinker@sd-l.ch.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter der Adresse: www.b-link-er.ch

«Leistungsbetrieb» versus Betriebszeit

Diverse Artikel über das Atomkraftwerk Beznau

Die beiden AKW Beznau sind angeblich die ältesten in Betrieb stehenden Kernkraftwerke der Welt. Wenn man genau liest, wird zwischen Betriebszeit und Leistungsbetrieb unterschieden. Man könnte auch noch die reine Existenzzeit ab Produktion der Einzelteile hinzunehmen. Was wird da unterschiedlich bewertet? Die «Existenzzeit» etwa eines Autos kann 10 Jahre betragen. Die «Betriebszeit» könnte dann vielleicht 2 Stunden pro Tag, ca. 0,4 Jahre betragen, die «Leistungsbetriebszeit» ist dann eventuell 0,1 Jahre. Zieht man beim AKW Beznau I von 1969 bis 2023 die Stillstandszeiten für Brennelementwechsel, Störungen, Reparaturen, Nachrüstungen, An- und Abfahren sowie Teillast ab, kommt man vielleicht auf eine «Leistungsbetriebszeit» von ca. 46 Jahren. Die Axpo wird das sicherlich genauer wissen. Altert ein AKW, wenn es steht? Ist das so wie bei einem Autoreifen oder bei gelagerter Obst? Oder altert ein AKW nicht, wenn es nicht läuft? Man sollte sich also eigentlich nicht wundern, wenn die AKW-Befürworter von einer «Planungsgrundlage von 60 Jahren Leistungsbetrieb» reden. Das ergibt dann hochgerechnet etwa 70 Jahre «Betriebszeit» oder eine «Laufzeit» locker bis ca. 2039. Auch ein Grund für die Nachrüstungen. Es wird Zeit, dass die Oldtimer pensioniert werden!
Klaus F. Stärk, Untersiggenthal

Leserbrief

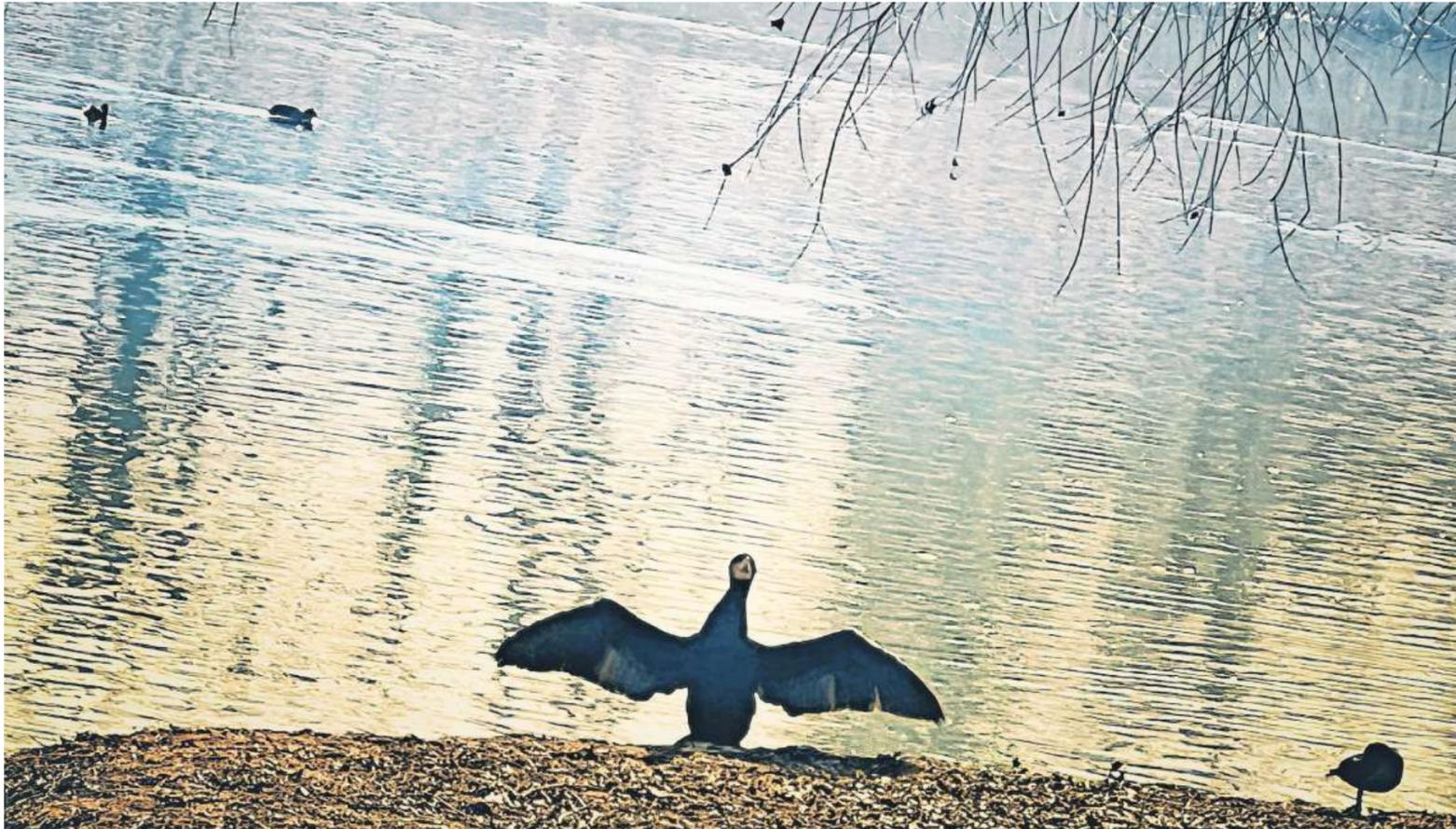


Bild: Snezana Rasic, Dietikon

Hier bin ich!

Limmattaler Zeitung

Verleger: Peter Wanner.

Chefredaktor CH Media: Patrik Müller (pmü).

Geschäftsführung: Dietrich Berg.

Chief Product Officer: Mathias Meier.

Werbemarkt: Stefan Bai, Paolo Placa.

Lesermarkt: Bettina Schibli.

Redaktion

Chefredaktor: David Egger (deg).

Stv. Chefredaktor: Sandro Zimmerli (zim).

Chefredaktor Mittelland: Rolf Cavalli (roc).

Limmattal: Ruedi Burkart (rubu.); Lukas Elser (lue); Lydia Lippuner (lyl); Florian Schmitz (fio).

Zürich: Sven Hoti (sho); Matthias Scharer (mts).

Sport: Marcel Kuchta (ku, Leitung); Nik Dömer (ndö); Frederic Häri (fth); Silvan Hartmann (sha); Martin Probst (mpr); Raphael Wermelinger (raw); Stefan Wyss (stw).

Online: Jürg Krebs (jk, Leitung Mittelland); Sandra Meier (sam, Stv.); Maria Brehmer (mbr); Nicole Caola (nic); Alessandro Crippa (crj); Anes Filan (fan); Sandra Havenith (has); Philipp Herggen (phh); Philipp Indermühle (pir); Nicole Manojlovic (nmn); Alexandra Pavlovic (lex); Lukas Scherrer (ljk); Christine Wullschlegler (cwj); Nadja Zeindler (zen).

Datenjournalismus: Stefan Trachsel (trs, Leitung); Zoe Gwerder (zg); Tim Naef (tn); Ruben Schönenberger (rus); Mark Walther (mwa).

Video-Unit: Carin Camathias (cca, Leitung); Gülpinar Günes (gue); Roman Loeffel (rol); Sarah Wagner (swa).

Leserbriefe: Heinz Härdi.

Zentralredaktion CH Media

Chefredaktor: Patrik Müller (pmü).

Stv. Chefredaktoren: Doris Kleck (dk), Co-Leiterin Bundeshaus; Yannick Nock (yno), Leiter Online; Raffael Schuppisser (ras), Leiter Kultur, Leben/Wissen.

Leitung Produktion & Services: Roman Würsch.

Inland und Bundeshaus: Anna Wanner (wan), Co-Ressortleiterin; Doris Kleck (dk), Co-Ressortleiterin; Christoph Bernet (cbe); Maja Briner (mjb); Stefan Bühler (sbü.); Henry Habegger (hay); Kari Kälin (kää); Benjamin Rosch (bro); Chiara Stäheli (ch); Othmar von Matt (att); Reto Wattenhofer (rwa).

Ausland: Fabian Hock (fho), Ressortleiter; Daniel Fuchs (dfu); Bojan Stula (bos).

Wirtschaft: Florence Vuichard (fv), Leitung; Ann-Kathrin Amstutz (aka); Stefan Ehrbar (ehs); Gabriela Jordan (gjo); Christian Mensch (cm); Pascal Michel (mp); Niklaus Vontobel (nav); Benjamin Weinmann (bwe); Daniel Zulauf (dz).

Reporter: Francesco Benini (be, Leitung Meinung und Blattmacher); Jürg Ackermann (ja.); Andreas Maurer (mau); Kurt Pelda (K.P.); Pascal Ritter (rit); Deborah Stoffel (des).

Nachrichten: Gina Bachmann (gb); André Bissegger (abi); Michael Graber (mg); Samuel Thomi (sat).

Kultur: Julia Stephan (st, Team-Leitung); Christian Berzins (bez); Hansruedi Kugler (hak); Stefan Künzli (sk); Daniele Musiconico (MD); Anna Raymann (ray); Julian Schütt (js); Tobias

Sedlmaier (tsm).

Leben/Wissen: Sabine Kuster (kus), Teamleiterin; Annika Bangarter (aba); Bruno Knellwolf (kn.); Rahel Empl (rae); Stephanie Schnydrig (sny).

Sport: François Schmid (fsc, Leitung); Raphael Gutzwiller (rg); Simon Häring (sah); Gina Kem (keg); Rainer Sommerhalder (rs); Dominic Wirth (dow); Gabriel Vilares (gav); Etienne Wullemin (ewu).

Korrespondenten: Stefan Brändle (Paris); Hansjörg Friedrich Müller (Berlin); Remo Hess (Brüssel); Renzo Ruf (Washington).

Produktentwicklung: Jolanda Riedener (jor); Alexandra Stark (as).

Art Director: Micha Wermli (mia).

Bildredaktion: Bernhard Vesco (Leitung), Patrick Federli; Fotografen: Sandra Ardizzone (san), Severin Bigler (sbi); Alex Spichale (asp), Andrea Zahler (aza).

Infografik: Stefan Bogner (stb, Leiter); Jana Breder (jbr); Oliver Marx (mop); Leoni Tobia (let).

Produktion: Martin Moser (Leitung), Guido Savian (Stv.), Micha Wermli (Stv.), Steffi Bucher, Dirk Buchser (dcb), René Eng, Tobias Granwehr, Dominique Guyot, Ciri Kammermann, Sarah

Loffredo, Dario Pollice, Christoph Reichmuth, Patrik Schneider, Sandra Stalder, Marius Vogelmann.

Assistenz: Antonia Imondi; Désirée Schläpfer (scde).

Stagiaires: Nicolas Blust (nbl); Maximilian Jacobi; Adrian Kamber; Rahel Künzler (kür); Isabel Langer; Felix Ott (fot); Soraya Sägger (sos); Tomasz Sikora (tsi); Leandra Sommaruga.

Hauptredaktion

Neumattstrasse 1, 5001 Aarau, Telefon 058 200 57 57,

E-Mail: redaktion@limmattalerzeitung.ch.

www.limmattalerzeitung.ch

Service

Inserate: Telefon 058 200 57 77,

E-Mail: inserate@limmattalerzeitung.ch

Leiter Verkauf: Pascal Hendriksen

Abonnement: Telefon 058 200 55 55,

E-Mail: aboservice@chmedia.ch.

Druckerei: CH Media Print AG, Neumattstrasse 1, 5001 Aarau.

Leitung: Heinz Meyer

E-Mail: print@chmedia.ch

Ombudsmann CH Media: Hans Fahrländer, Ombudsstelle-

AZMedien@chmedia.ch, CH Regionalmedien AG,

Ombudsstelle, Neumattstrasse 1, 5001 Aarau

Auflage und Leserkosten: Verbreitete Auflage: 5 092 Ex.

(WEMF 2022). Davon verkaufte Auflage: 4 834 Ex. (WEMF

2022). Verbreitete Auflage Gesamtausgabe Nordwest-

Schweiz: 112 622 Ex. (WEMF 2022). Davon verkaufte Auflage:

107 046 Ex. (WEMF 2022). Leser: 321 000 (MACH Basic

2022-2). Verbreitete Auflage Gesamtausgabe CH Media:

305 269 Ex. (WEMF 2022). Davon verkaufte Auflage:

288 108 Ex. (WEMF 2022).

Copyright Herausgeberin.

Beteiligungen der CH Regionalmedien AG unter

www.chmedia.ch.

Herausgeberin: CH Regionalmedien AG, Neumattstrasse 1,

5001 Aarau. Die CH Regionalmedien AG ist eine 100-pro-

zentige Tochtergesellschaft der CH Media Holding AG.

ch media