

## Wissen vertiefen – Perspektiven erweitern – sich weiterentwickeln

Berner Fachhochschule Gesundheit, Murtenstrasse 10, 3008 Bern, [gesundheits.bfh.ch](http://gesundheits.bfh.ch)



# «Als hätte jemand die ‘delete’-Taste gedrückt»

Erkrankt das eigene Kind an einer Sucht, leiden die Eltern mit. Sie sorgen sich, fühlen sich schuldig oder springen finanziell in die Bresche. Dass es hierfür einen Fachausdruck gibt, war für Marco Kunz\* neu. Im Fachkurs «Leben mit der Sucht» der Berner Fachhochschule nahmen er und seine Frau als Co-Abhängige neue Blickwinkel ein.

«Warum antwortet er nicht auf den Anruf? Wird er heute Nacht nach Hause kommen? Und wenn ja, in welchem Zustand?» – Diese Fragen geisterten durch ihre Köpfe. Abend für Abend. Gepaart mit den schlimmsten Befürchtungen, die sie schwerlich schlafen liessen. Liliane und Marco Kunz sind Eltern eines drogenabhängigen Sohnes. Als Jugendlicher testete dieser Cannabis, ging bald über zu Kokain. Aus dem Probieren wurde eine Sucht, die ihn heute noch in ihren Fängen hat.

### Die Eltern sind co-abhängig

«Ich habe nur noch funktioniert», erinnert sich Liliane Kunz an den bisher dunkelsten Moment, den sie mit Sohn Jan erlebte; nämlich als sie diesen mit geweiteten Pupillen, nahezu bewusstlos in seinem Zimmer auffand. Ihr ganzes Fachwissen – Liliane Kunz ist nicht nur Mutter, sondern auch Pflegefachfrau – sei schlagartig verpufft, «als hätte jemand die ‘delete’-Taste gedrückt».

**Der neue Blickwinkel motivierte Marco Kunz, sein Verhalten zu ändern. Tritt sein Sohn heute zur Tür hinein, fragt er diesen zuerst: «Wie geht es dir?»**

Co-Abhängigkeit nennt sich das, wenn Angehörige einer suchterkrankten Person unter deren Abhängigkeit mitleiden; gleichzeitig emotional und finanziell. So kamen Liliane und Marco Kunz für Schadenskosten auf, die der Sohn unter Drogeneinfluss verursacht hatte. Liliane Kunz erzählt von denkwürdigen Behördenterminen, schiefen Blicken der dortigen Mitarbeitenden: «Ich wurde als Mutter eines drogenabhängigen Sohnes regelrecht stigmatisiert».

### Neues Verhalten dank Perspektivenwechsel

Im letzten Quartal 2018 hat sich Vieles verändert. Das Elternpaar führt dies auf den Fachkurs «Leben mit der Sucht» zurück. Während neun Kurstagen an der Berner Fachhochschule BFH haben sich Liliane und Marco Kunz nicht innerhalb des gewohnten Alltagsstrudels, sondern aus wissenschaftlicher und reflektorischer Sicht mit dem Phänomen Sucht auseinandergesetzt. Eine Besonderheit des Fachkurses ist dessen Multiperspektivität: Er richtet sich an Suchterkrankte, genauso wie an Angehörige, an Begleit- und Betreuungspersonen und an Peers. Letztere sind Personen, die ebenfalls eine Suchtvergangenheit ha-

**Eine Besonderheit des Fachkurses ist dessen Multiperspektivität: Er richtet sich an Suchterkrankte, genauso wie an Angehörige, an Begleit- und Betreuungspersonen und an Peers.**

ben und heute ihr Erfahrungswissen weitergeben. Marco Kunz erkannte durch den Austausch mit Betroffenen und die Auseinandersetzung mit aktuellen Studien, dass «niemand aus böser Absicht süchtig ist. Der Konsum macht die eigene Situation erträglich.» Der neue Blickwinkel motivierte ihn dazu, sein eigenes Verhalten zu verändern: Marco Kunz, der seinem Sohn bis vor Kurzem, kaum war dieser zur Tür hereingetreten, mit Misstrauen und gar Wut begegnete, fragt heute als Erstes nach dessen Befinden.

### Das Gedankenkarussell stoppen

Der Fachkurs bot ferner einen Lehrraum für Vater und Sohn, etwa, als die beiden gemeinsam die «Hausaufgaben» von Marco Kunz erledigten, indem sie ein Genogramm erstellten, eine grafische Übersicht der verwandtschaftlichen Strukturen. Dass Vater und Sohn zusammensitzen können, ja dass sich insgesamt die familiäre Situation entspannt hat, äussert sich zusätzlich im kürzlich stattgefundenen Bergwochenende der beiden. Fast parallel zum väterlichen Vertrauensgewinn setzte dann auch ein Rückgang von Jan's Drogenkonsum ein. Neben der Hoffnung, die ebendiese neue Situation nun auslöst, nimmt Mutter Liliane noch etwas Anderes aus dem Fachkurs mit: So drehen sich ihre Gedanken heute nicht mehr auf der Suche nach ihrem Schuldanteil. Vielmehr habe sie zu ihren eigenen Quellen der Freude zurückgefunden: Sie hat sich zum Singen angemeldet; auch malt sie wieder.

\* Zur Anonymitätswahrung wurden alle Namen durch frei erfundene ersetzt.

### Fachkurs «Leben mit der Sucht»

Zielpublikum: Betroffene, Angehörige, Fachpersonen und Peers

Nächste Durchführung: Herbst 2019

Anmeldeschluss: 7. September 2019

Information und Anmeldung:

[gesundheits.bfh.ch/weiterbildung](http://gesundheits.bfh.ch/weiterbildung)