



Gemeinsam stark!



Ein Kursangebot für suchtkranke
Eltern und ihre Kinder

Handbuch für Kursleiterinnen und Kursleiter



SUCHT | SCHWEIZ

Gemeinsam stark! Grandir ensemble!

- Handbuch für Kursleiterinnen und Kursleiter:
Entstehung und Inhalte
Sabine Dobler, Sucht Schweiz
- Stand der Dinge in einigen Institutionen
Bruno Stalder, Renate Bichsel, Helen Frei

PRÄVENTION | HILFE | FORSCHUNG

Das Projekt: Hintergrund und Kontext

- Prof. M. Laventure hat anlässlich der letzten Plattformveranstaltung ein kanadisches Kursangebot für suchtbelastete Familien vorgestellt: «Cap sur la famille»
- Projekt für die Schweiz
- Aufruf an Fachstellen zu Mitarbeit an der Entwicklung eines Kursangebots für die Schweiz, grosses Echo! 😊

Die Arbeitsgruppe

- Angelika Bauer, Stiftung Suchthilfe St. Gallen
- Renate Bichsel, Blaues Kreuz Bern in Vertretung weiterer Berner Institutionen
- Helen Frei, Suchtberatung AGS, Aarau
- Manon Duffour, Stiftung Le Torry, Fribourg
- Christina Klee, KiM - Kinder im Mittelpunkt, Basel
- Thomas Oppliger, Blaues Kreuz beider Basel
- Franziska Rechsteiner, Perspektive Solothurn
- Andrea Solari, IOGT Schweiz
- Bruno Stalder, Arche Zürich
- Dorothea Strietzel, Blaues Kreuz Graubünden



Gemeinsam stark!

Ein Kursangebot für suchtkranke
Eltern und ihre Kinder

Handbuch für Kursleiterinnen und Kursleiter

Dieses Projekt wurde durch den Nationalen Alkoholpräventionsfonds und verschiedene Stiftungen finanziell unterstützt.

Für wen ist dieses Kursangebot?

- für suchtbetroffene Elternteile,
idealerweise auch für die mit-betroffenen Elternteile
- ihre sechs- bis zwölfjährigen Kinder
- je nach Situation auch für
 - mitbetroffene Elternteile alleine
 - elterliche Rollen tragende Bezugspersonen
- Eltern mit allen Arten von Suchterkrankungen
- eher ambulanter Kontext, aber auch stationärer Kontext möglich

Für wen ist dieses Kursangebot? (Forts.)

- Die Kinder müssen zu Beginn des Kurses über die Sucht der Eltern **informiert** sein und die **Erlaubnis** der Eltern haben, darüber zu sprechen.
- Die Eltern müssen zudem damit einverstanden sein, dass das Kind einen **Notfallpass** erarbeitet.

Ausrichtung des Kurses

Im Zentrum: Die **Auswirkungen der Suchterkrankung** auf das Erziehungsverhalten der Eltern und auf die Entwicklung der Kinder.

Ausgehend davon sollen bei Eltern und Kindern Ressourcen und Fähigkeiten gestärkt werden, die für die Kinder **schützende Wirkung** haben.

Das Handbuch

Teil I: Grundlagen und Organisation

Teil II: Die Workshops

Anhang: Flyer, Infoblätter, Arbeitsblätter

Teil I des Handbuchs: Grundlagen

- Grundhaltung, Grundsätze
- Ziele, Zielgruppen, Teilnahmebedingungen
- Organisatorisches (Personal, Räumlichkeiten etc.)
- Qualitätssicherung
- Finanzierung
- etc.

Teil II des Handbuchs: Die Workshops

- spielerisch
- psychoedukative Elemente: Kurze Informationsteile mit dem Ziel, eine Krankheit besser zu verstehen und zu lernen, damit umzugehen.
- situationsnahe Übungen und konkrete Aufträge sollen den Transfer in den Alltag erleichtern.
- Oft stehen verschiedene Methoden zur Wahl, sie können an Kompetenzen und Bedürfnisse der Eltern und Kinder angepasst werden.

2 Kursblöcke à 6 Workshops

- zwei Kursblöcke zu je sechs Workshop-Treffen
- Die beiden Kursblöcke sollten zeitlich nicht allzu weit auseinanderliegen.
- Ideal wäre ein Besuch beider Blöcke, die Familien können aber auch nur an einem Kursblock teilnehmen.
- Die Teilnehmenden bleiben innerhalb der Kursblöcke gleich, können aber von Kursblock zu Kursblock wechseln.

Die Workshops

Idealerweise alle 14 Tage 2 Stunden Workshop-Treffen plus 30 bis 90 Minuten gemütliches Zusammensein

Gemeinsamer Beginn	10'
Elterngruppe/Kindergruppe	50'
Pause	10'
Familien-Teil	50'
Imbiss/Mahlzeit	30' oder länger
Total	min. 2 Std.30 Min.

Teil II: Die Workshop-Themen

Kursblock A

Termin 1: Einander kennenlernen, Regeln

Termin 2: Der Einfluss der Erziehung

Termin 3: Eigene Stärken kennenlernen

Termin 4: Das Suchtproblem: Auswirkungen und Schutzfaktoren

Termin 5: Sicherheit

Termin 6: Joker-Thema

Kursblock B

Termin 1: B1 Einander kennenlernen, Regeln

Termin 2: B2 Der Einfluss der Erziehung

Termin 3: B3 Gefühle wahrnehmen

Termin 4: B4 Das Suchtproblem: Auswirkungen und Schutzfaktoren

Termin 5: B5 Verlässlichkeit und Konstanz

Termin 6: Joker-Thema

Teil II: Die Workshop-Themen

Kursblock A

Termin 1: Einander kennenlernen, Regeln

Termin 2: Der Einfluss der Erziehung

Termin 3: Eigene Stärken kennenlernen

Termin 4: Das Suchtproblem: Auswirkungen und Schutzfaktoren

Termin 5: Sicherheit

Termin 6: Joker-Thema

Kursblock B

Termin 1: B1 Einander kennenlernen, Regeln

Termin 2: B2 Der Einfluss der Erziehung

Termin 3: B3 Gefühle wahrnehmen

Termin 4: B4 Das Suchtproblem: Auswirkungen und Schutzfaktoren

Termin 5: B5 Verlässlichkeit und Konstanz

Termin 6: Joker-Thema

Teil II: Die Workshop-Themen

J1: Verantwortung, Rollenkehr

J2: Klar kommunizieren

J3: Das Unterstützungsnetz erkunden

J4: Freizeitgestaltung

J5: Regeln in der Familie

J6: Vertiefung eines Themas

J7: Zusammen ein Fest feiern

A2 (und B2) Der Einfluss der Erziehung

Ausgangslage

Die Erfahrung von Fachpersonen, die mit suchtbetroffenen Eltern zusammenarbeiten, zeigt, dass diese Eltern oft überhöhte Vorstellungen davon haben, was gute Eltern sind. Die Kursleitenden müssen solche Erwartungen relativieren. Gleichzeitig haben viele Eltern ein schlechtes Bild von ihren eigenen elterlichen Fähigkeiten. Hier ist es wichtig, den Eltern einen ressourcenorientierten Blick auf die eigenen Fähigkeiten zu ermöglichen.

Ziele dieses Workshops

Eltern: Die Eltern verstehen, dass Erziehung prägt. Sie wissen, wie wichtig Bindung ist. Sie haben sich einfache, konkrete Ziele gesetzt, die sie im Kurs erreichen wollen. Die Eltern wissen, dass besonders suchtbetroffene Eltern oft stark überhöhte Vorstellungen davon haben, was ein «guter Vater» oder eine «gute Mutter» ist. Sie wissen: Eltern dürfen auch Menschen sein!

Kinder: Die Kinder festigen das Gefühl der Gruppenzugehörigkeit und ihr Vertrauen zueinander. Jedes Kind kann etwas aus seiner Situation in die Gruppe einbringen oder erzählen.

Gemeinsamer Beginn (15')

Bevor Eltern und Kinder in ihre Gruppen gehen, findet ein gemeinsamer Teil statt (vgl. Seite 25).

Elterngruppe (60')

Teil I: Wiederkehrender Einstieg (10')

«Seit dem letzten Workshop...» (vgl. Seite 28) oder ein anderer Einstieg.



Teil II: Was ist Erziehung? (einen Zugang oder zwei Zugänge auswählen, evtl. kombinieren) (15')

1. «Erziehen ist...» Jede/-r beendet diesen Satz mit einem Wort oder in einem kurzen Satz. Alle Beschreibungen werden an einen Flipchart geschrieben. Dann folgt eine Runde, in der alle, die möchten, ergänzen dürfen. Die Kursleitung fasst zusammen und betont die besondere Wichtigkeit der Bindung.

2. Fotos, die Assoziationen zu «Erziehung» anbieten, werden ausgelegt. Alle wählen eine Karte aus und beschreiben, was dieses Bild für sie ausdrückt. Die Kursleitung notiert Stichworte an einer Wandtafel und fasst zusammen.

Material: Hier können Fotolangages oder eine eigene Sammlung von Bildern (Postkarten, Fotografien aus Illustrierten etc.) verwendet werden.

A2 (und B2) Der Einfluss der Erziehung

Ausgangslage

Die Erfahrung von Fachpersonen, die mit suchtbetroffenen Eltern zusammenarbeiten, zeigt, dass diese Eltern oft überhöhte Vorstellungen davon haben, was gute Eltern sind. Die Kursleitenden müssen solche Erwartungen relativieren. Gleichzeitig haben viele Eltern ein schlechtes Bild von ihren eigenen elterlichen Fähigkeiten. Hier ist es wichtig, den Eltern einen ressourcenorientierten Blick auf die eigenen Fähigkeiten zu ermöglichen.

Ziele dieses Workshops

Eltern: Die Eltern verstehen, dass Erziehung prägt. Sie wissen, wie wichtig Bindung ist. Sie haben sich einfache, konkrete Ziele gesetzt, die sie im Kurs erreichen wollen. Die Eltern wissen, dass besonders suchtbetroffene Eltern oft stark überhöhte Vorstellungen davon haben, was ein «guter Vater» oder eine «gute Mutter» ist. Sie wissen: Eltern dürfen auch Menschen sein!

Kinder: Die Kinder festigen das Gefühl der Gruppenzugehörigkeit und ihr Vertrauen zueinander. Jedes Kind kann etwas aus seiner Situation in die Gruppe einbringen oder erzählen.

Gemeinsamer Beginn (15')

Bevor Eltern und Kinder in ihre Gruppen gehen, findet ein gemeinsamer Teil statt (vgl. Seite 25).

Elterngruppe (60')

Teil I: Wiederkehrender Einstieg (10')

«Seit dem letzten Workshop...» (vgl. Seite 28) oder ein anderer Einstieg.



Teil II: Was ist Erziehung? (einen Zugang oder zwei Zugänge auswählen, evtl. kombinieren) (15')

1. «Erziehen ist...» Jede/-r beendet diesen Satz mit einem Wort oder in einem kurzen Satz. Alle Beschreibungen werden an einen Flipchart geschrieben. Dann folgt eine Runde, in der alle, die möchten, ergänzen dürfen. Die Kursleitung fasst zusammen und betont die besondere Wichtigkeit der Bindung.

2. Fotos, die Assoziationen zu «Erziehung» anbieten, werden ausgelegt. Alle wählen eine Karte aus und beschreiben, was dieses Bild für sie ausdrückt. Die Kursleitung notiert Stichworte an einer Wandtafel und fasst zusammen.

Material: Hier können Fotolangages oder eine eigene Sammlung von Bildern (Postkarten, Fotografien aus Illustrierten etc.) verwendet werden.

A2 (und B2) Der Einfluss der Erziehung

Ausgangslage

Die Erfahrung von Fachpersonen, die mit sucht betroffenen Eltern zusammenarbeiten, zeigt, dass diese Eltern oft überhöhte Vorstellungen davon haben, was gute Eltern sind. Die Kursleitenden müssen solche Erwartungen relativieren. Gleichzeitig haben viele Eltern ein schlechtes Bild von ihren eigenen elterlichen Fähigkeiten. Hier ist es wichtig, den Eltern einen ressourcenorientierten Blick auf die eigenen Fähigkeiten zu ermöglichen.

Ziele dieses Workshops

Eltern: Die Eltern verstehen, dass Erziehung prägt. Sie wissen, wie wichtig Bindung ist. Sie haben sich einfache, konkrete Ziele gesetzt, die sie im Kurs erreichen wollen. Die Eltern wissen, dass besonders sucht betroffene Eltern oft stark überhöhte Vorstellungen davon haben, was ein «guter Vater» oder eine «gute Mutter» ist. Sie wissen: Eltern dürfen auch Menschen sein!

Kinder: Die Kinder festigen das Gefühl der Gruppenzugehörigkeit und ihr Vertrauen zueinander. Jedes Kind kann etwas aus seiner Situation in die Gruppe einbringen oder erzählen.

Gemeinsamer Beginn (15')

Bevor Eltern und Kinder in ihre Gruppen gehen, findet ein gemeinsamer Teil statt (vgl. Seite 25).

Elterngruppe (60')

Teil I: Wiederkehrender Einstieg (10')

«Seit dem letzten Workshop...» (vgl. Seite 28) oder ein anderer Einstieg.



Teil II: Was ist Erziehung? (einen Zugang oder zwei Zugänge auswählen, evtl. kombinieren) (15')

1. «Erziehen ist...» Jede/-r beendet diesen Satz mit einem Wort oder in einem kurzen Satz. Alle Beschreibungen werden an einen Flipchart geschrieben. Dann folgt eine Runde, in der alle, die möchten, ergänzen dürfen. Die Kursleitung fasst zusammen und betont die besondere Wichtigkeit der Bindung.

2. Fotos, die Assoziationen zu «Erziehung» anbieten, werden ausgelegt. Alle wählen eine Karte aus und beschreiben, was dieses Bild für sie ausdrückt. Die Kursleitung notiert Stichworte an einer Wandtafel und fasst zusammen.

Material: Hier können Fotolangages oder eine eigene Sammlung von Bildern (Postkarten, Fotografien aus Illustrierten etc.) verwendet werden.

A2 (und B2) Der Einfluss der Erziehung

Ausgangslage

Die Erfahrung von Fachpersonen, die mit suchtbetroffenen Eltern zusammenarbeiten, zeigt, dass diese Eltern oft überhöhte Vorstellungen davon haben, was gute Eltern sind. Die Kursleitenden müssen solche Erwartungen relativieren. Gleichzeitig haben viele Eltern ein schlechtes Bild von ihren eigenen elterlichen Fähigkeiten. Hier ist es wichtig, den Eltern einen ressourcenorientierten Blick auf die eigenen Fähigkeiten zu ermöglichen.

Ziele dieses Workshops

Eltern: Die Eltern verstehen, dass Erziehung prägt. Sie wissen, wie wichtig Bindung ist. Sie haben sich einfache, konkrete Ziele gesetzt, die sie im Kurs erreichen wollen. Die Eltern wissen, dass besonders suchtbetroffene Eltern oft stark überhöhte Vorstellungen davon haben, was ein «guter Vater» oder eine «gute Mutter» ist. Sie wissen: Eltern dürfen auch Menschen sein!

Kinder: Die Kinder festigen das Gefühl der Gruppenzugehörigkeit und ihr Vertrauen zueinander. Jedes Kind kann etwas aus seiner Situation in die Gruppe einbringen oder erzählen.

Gemeinsamer Beginn (15')

Bevor Eltern und Kinder in ihre Gruppen gehen, findet ein gemeinsamer Teil statt (vgl. Seite 25).

Elterngruppe (60')

Teil I: Wiederkehrender Einstieg (10')

«Seit dem letzten Workshop...» (vgl. Seite 28) oder ein anderer Einstieg.



Teil II: Was ist Erziehung? (einen Zugang oder zwei Zugänge auswählen, evtl. kombinieren) (15')

1. «Erziehen ist...» Jede/-r beendet diesen Satz mit einem Wort oder in einem kurzen Satz. Alle Beschreibungen werden an einen Flipchart geschrieben. Dann folgt eine Runde, in der alle, die möchten, ergänzen dürfen. Die Kursleitung fasst zusammen und betont die besondere Wichtigkeit der Bindung.

2. Fotos, die Assoziationen zu «Erziehung» anbieten, werden ausgelegt. Alle wählen eine Karte aus und beschreiben, was dieses Bild für sie ausdrückt. Die Kursleitung notiert Stichworte an einer Wandtafel und fasst zusammen.

Material: Hier können Fotolangages oder eine eigene Sammlung von Bildern (Postkarten, Fotografien aus Illustrierten etc.) verwendet werden.

Miteinander sprechen: Schlüssel der Kommunikation

Von mir selbst sprechen.

Klar und ruhig sprechen.

Eine Sache aufs Mal sagen.

Einen guten Moment wählen.

Positives sagen.

Interesse zeigen.

Wiederholen, was ich verstanden habe.

Blickkontakt halten.

Fragen stellen.

Bis zum Ende zuhören.

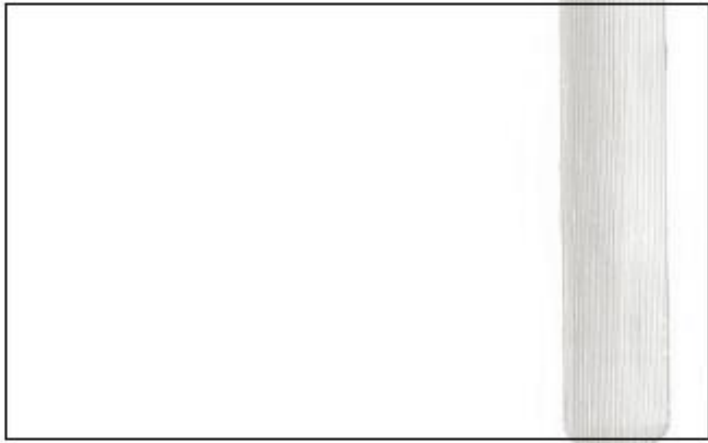


Meine Forschungsaufgabe ist:

.....
.....

Notizen, Skizzen, Bemerkungen:

.....
.....
.....



Exkurs: Verteiler, Koordination, Evaluation

- Bis Ende 2019 Abgabe des Handbuchs nur auf Anfrage! Versand per E-Mail aus zwei Gründen:
- Die Rekrutierung von Familien ist eine Herausforderung, regionale Zusammenschlüsse von Fachstellen sind empfehlenswert > Bis Ende 2019 Bemühungen von Seiten Sucht Schweiz i.H. auf Koordination.
- Evaluation: Fragebögen für Rückmeldungen, die in eine Überarbeitung des Handbuchs einfließen
- Kontakt: Sabine Dobler, sdobler@suchtschweiz.ch
(Visitenkarten liegen auf)

Planung konkreter Kurse

Bruno Stalder, Arche Zürich

Renate Bichsel, Blaues Kreuz Bern und andere Berner
Institutionen

Helen Frei, Suchtberatung AGS, Aarau



Gemeinsam stark!

Ein Kurs für
suchtbetroffene
Eltern und ihre Kinder

arche
Für Familien

archezürich 
Soziales unternehmen.

Arche Für Familien – Das Angebot



- Begegnungsort
- Sozialberatung
- Psychologische Beratung
- Familienbegleitung und Besuchsbegleitung

Informationen zum Kursangebot I

- Erster Kursabend findet am 21. Januar 2019 statt
- Jeweils an Montagabenden zwischen 16:30 und 19:00 Uhr
- Maximal 6 Familien nehmen am Kurs teil
- Gemeinsames Nachtessen zum Abschluss
- Interdisziplinäres Team aus Fachrichtungen Psychologie und Sozialer Arbeit

Informationen zum Kursangebot II

- Vor dem ersten Workshop findet ein Kennenlerngespräch statt.
- Kostenloses Angebot
- Start des 2. Kursblockes am 6. Mai 2019
- Weitere Informationen unter:
www.archezuerich.ch/gemeinsam stark