

Angehörige von Menschen mit einer Suchterkrankung –Belastungen, Bedürfnisse und Unterstützungsmöglichkeiten

Angehörige von Menschen mit einer Suchterkrankung leiden oft unter starker psychischer und sozialer Belastung: Überforderung, Schuld, Scham, Kontrollverlust und Ohnmacht sind vorherrschende Gefühle. Zudem sind Angehörige manchmal selbst in die Dynamik der Suchterkrankung mitverstrickt oder fühlen sich übermässig in die Pflicht genommen. Die Fortbildung richtet den Fokus auf die besonderen Herausforderungen und Belastungen, mit denen Angehörige konfrontiert sind. Dabei erhalten Sie als Fachperson eine Einführung in das Zürcher Ressourcen-Modell als konkreten Ansatz, um Angehörige beraten und unterstützen zu können.

Inhalte

- Belastungsanalyse: Welche spezifischen Stressfaktoren zeigen sich bei Angehörigen von Menschen mit einer Suchterkrankung? Welche Rollen nehmen sie im sozialen Gefüge und der Suchtproblematik ein?
- Zürcher Ressourcen-Modell (ZRM): Einführung in einen wissenschaftlich fundierten Ansatz zur Aktivierung unbewusster Ressourcen. Ziel ist es, in der Arbeit mit Angehörigen gemeinsam klare und motivierende Handlungsziele zu entwickeln.
- Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT): Grundprinzipien der Arbeit mit Bindungsbedürfnissen und Emotionen. Angehörige Partner:innen werden dabei unterstützt, die eigene Beziehungsdynamik besser zu verstehen, ihre Gefühle zu regulieren und Grenzen setzen zu können.
- Weitere praktische Tools für die Beratung

Lernziele

- Die Teilnehmenden entwickeln ein Verständnis für die wesentlichen Belastungsfaktoren und Rollen, die Angehörige von Menschen mit einer Suchterkrankung einnehmen.
- Sie lernen die Anwendung von Entlastungsstrategien und wirksamen, situationsangepassten Interventionsmöglichkeiten. Sie fühlen sich befähigt, diese im eigenen Arbeitskontext anzuwenden.

Zielgruppe

Fachpersonen aus Beratung, Therapie, Sozial- und Pflegeberufen, die direkt mit Angehörigen von Menschen mit einer Suchterkrankung arbeiten oder Interesse an Angehörigenarbeit haben (z. B. Suchtberatende, Sozialarbeiter:innen, Pflegende, Psycholog:innen, Streetworker:innen).

Referierende

Cynthia Jucker, M. Sc. ZFH in Angewandter Psychologie, Prozessbegleiterin/psychosoziale Beraterin (GfK-Institut Zürich), zertifizierte ZRM-Trainerin (Zürcher Ressourcen-Modell®), Grundausbildung in Emotionsfokussierter Paartherapie, Mediatorin (Konstanzer Schule für Mediation), aktuell tätig bei Paarberatung im Kanton Zürich und selbständig in eigener Praxis, frühere langjährige Arbeit mit Angehörigen bei der Beratungsstelle ada-zh.

Freitag, 8. Mai 2026

Zeit: 9.15 bis 12.30 Uhr

Ort: [Volkshaus Zürich](#) (Sitzungszimmer 22 im 2. OG)

Stauffacherstrasse 60

8004 Zürich

Kosten:

115.– Fr. für Mitglieder des Fachverbands Sucht

175.– Fr. für Nicht-Mitglieder

Anmeldungen: www.fachverbandsucht.ch/de/fachwissen/fortbildungen

Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.