

Auswirkungen familiärer Suchtprobleme

Wenn Kinder zu Eltern ihrer Eltern werden

Die größte Risikogruppe für eine spätere Suchterkrankung sind Kinder von Suchtkranken. Von den rund 2,7 Millionen Kindern aus suchtbelasteten Familien wird fast eine Million später selbst Abhängigkeiten entwickeln. Diese Kinder sollten die **Zielgruppe gemeinsamer Anstrengungen von Prävention und Suchthilfe** sein.

Von Henning Mielke

»Wenn ich an meine Eltern denke, habe ich ganz gemischte Gefühle«, sagt die 16jährige Marina. »An manchen Tagen habe ich sie lieb, an manchen Tagen will ich nichts mehr von ihnen wissen. Denn man vergisst seine Kindheit nicht. Das, was passiert ist, bleibt für immer in einem drin.« Dem ersten Augenschein nach ist Marina ein ganz normaler Teenager. Ihr Gesicht wirkt anfangs unbewegt. Cool. Sobald Marina aber von ihrer Kindheit und Jugend erzählt, überschattet ein trauriger Ernst ihr Gesicht. Marinas Eltern sind alkoholkrank – beide.

»Wenn mein Vater zur Arbeit ging und er nichts für meine Mutter dagelassen hat, dann hat sie mir einen Zettel geschrieben und hat mir Geld gegeben. Ich bin dann zum Zeitungsladen oder zur Tankstelle gegangen und hab dort den Alkohol geholt.« Seit ihrer Kindheit nahm Marina mit äußerster Sensibilität alles wahr, was in ihrer Familie vor sich ging. Aus Stimmungen, Gesten, Nuancen lernte Marina abzulesen, wie viel Alkohol die Eltern intus hatten – und wann sie Nachschub brauchten. »Wenn man alkoholranke Eltern hat, dann achtet man immer darauf, dass der Pegel stabil ist. Nicht, dass die sich auf einmal anders

aus meisten davon aus Familien mit Alkoholproblematik. Die Kinder leiden immens unter der Familiensituation, denn wo Sucht im Spiel ist, fehlen emotionale Zuwendung, Vertrauen und Zuverlässigkeit. Da sie viel Verantwortung für ihre Eltern übernehmen, leben diese Kinder in einer dauerhaften Überforderung. Die Folgen sind gravierend. Kinder aus Suchtfamilien sind die größte bekannte Risikogruppe für eine spätere Suchterkrankung. Etwa ein Drittel der Kinder wird im Erwachsenenleben selber stofflich abhängig. Ein weiteres Drittel entwickelt psychische oder soziale Störungen. Das letzte Drittel geht einigermaßen unbeschadet aus der belastenden Kindheitssituation hervor.

Dieses letzte Drittel ist bedeutsam, um zu verstehen, wie man Kinder aus Suchtfamilien unterstützen kann. Studien haben Schutzfaktoren identifiziert, die es den Kindern ermöglichen, Resilienzen aufzubauen und sich trotz widriger Kindheitsumstände relativ gesund zu entwickeln. Der wichtigste Schutzfaktor ist das Vorhandensein einer tragenden Beziehung zu einer erwachsenen Vertrauensperson außerhalb der Kernfamilie. Für die Entwicklung von Kindern ist es wichtig, dass Erwachsene sie in ihren Emotionen, in ihrer Persönlichkeit und in ihren Fähigkeiten widerspiegeln. Wenn Eltern suchtkrank sind, dann ist der Spiegel, in dem sich das Kind betrachtet, blind. Zwar lieben suchtkranke Eltern ihre Kinder, sie sind jedoch suchtbedingt nicht in der Lage, ihnen zuverlässig und beständig die Zuwendung zu geben, die sie brauchen. Eine Oma, ein Onkel, eine Erzieherin oder ein Lehrer kann dem von Sucht im Elternhaus betroffenen Kind ein verlässliches Gegenüber sein. Es ist wichtig, dass sie emotional präsent sind, dem Kind zuhören und ihm das Gefühl vermitteln, ein liebenswerter und wertvoller Mensch zu sein. Diese Erfahrung, angenommen zu sein, ist in ihrer Wirkung für Kinder aus Suchtfamilien von immenser Bedeutung. Erwachsene Kinder aus dem letzten Drittel berichten häufig von Bezugspersonen im sozialen Umfeld, die für sie da waren und dadurch die seelische Belastung durch Sucht im Elternhaus abmilderten. | ➔



Die Kinder nicht allein lassen

Jedes sechste Schulkind kommt aus einer suchtbelasteten Familie

benehmen. Man übernimmt die Rolle von den Eltern.«

Was Marina erfahren hat, teilt sie mit vielen Kindern. 2,65 Millionen Kinder unter 18 Jahren leben derzeit in Deutschland mit alkoholkranken oder drogensüchtigen Eltern zusammen. In jeder Schulklasse oder Kindergartengruppe kommt im Durchschnitt fast jedes sechste Kind aus einer Suchtfamilie, die weit-



Links:

www.coa-aktionswoche.de
www.nacoa.de
www.traudich.nacoa.de

2. Bundesweite Aktionswoche für Kinder aus Suchtfamilien

13. bis 19.02.2011



Widrigen Umständen trotzen

→| Ein zweiter wichtiger Schutzfaktor ist die Einsicht, dass die Eltern an einer Krankheit leiden. In den meisten Fällen suchen die Kinder die Ursache für die Sucht und das Unglück der Eltern bei sich. Tiefsitzende Schuld- und Schamgefühle sind die Folge. Wenn Kinder das Vorhandensein von Suchtproblemen im Elternhaus ansprechen, ist es daher wichtig, dass Erwachsene ihnen Basisinformationen über Sucht vermitteln.

Sucht – Basiswissen für Kinder

- Sucht ist eine Krankheit.
- Die Eltern sind wegen ihrer Sucht keine schlechten Menschen.
- Das Kind hat keine Schuld am Suchtproblem von Vater oder Mutter.
- Es kann den Eltern nicht helfen und es ist auch nicht seine Aufgabe, deren Sucht zu kontrollieren oder zu heilen.
- Das Kind hat trotz der Suchtkrankheit im Elternhaus das Recht, Kind zu sein, zu spielen, die Welt zu entdecken, Freundschaften zu entwickeln und die eigenen Fähigkeiten zu erproben.

Aktionswoche »Kinder aus Suchtfamilien«

Kindergärten, Schulen, Kinderarztpraxen und Einrichtungen der Jugendarbeit sind potenzielle Orte, an denen Kinder suchtkranker Eltern sich sicher und angenommen fühlen und – wenn sie Offenheit signalisieren – durch die dort mit ihnen arbeitenden Erwachsenen entlastende Informationen über Sucht erhalten können. Um die Chancen hierfür zu erhöhen, organisieren die drei Vereine »Kunst

gegen Sucht« (Düsseldorf), »NACOA Deutschland« (Berlin) und »Such(t)- und Wendepunkt« (Hamburg) vom 13. bis 19.2.2011 die zweite bundesweite Aktionswoche für Kinder aus Suchtfamilien. Ziel der Aktionswoche ist es, die Aufmerksamkeit in Öffentlichkeit und Medien auf die von familiären Suchtproblemen betroffenen Kinder zu lenken. Zu diesem Zweck steht die zentrale Website www.coa-aktionswoche.de zur Verfügung. Jede/r, dem/der das Thema Kinder aus Suchtfamilien wichtig ist, ist eingeladen,

Schutzfaktoren kennen, erkennen und stärken

sich mit Briefaktionen oder dem Verteilen von Informationsmaterialien an der Aktionswoche zu beteiligen. Ideen dazu werden auf der Website www.coaaktionswoche.de vorgestellt. Alle Projekte und Initiativen, die Angebote für betroffene Kinder haben, sind aufgerufen, während der Aktionswoche mit Veranstaltungen auf sich aufmerksam zu machen und auf die lokale Presse zuzugehen, um sie zur Berichterstattung zu ermuntern. Veranstaltungen und Aktionen können auf der Website gemeldet werden und sind danach im bundesweiten Veranstaltungskalender auf der Website verzeichnet. Die Aktionswoche steht unter der Schirmherrschaft der Schauspielerin Katrin Sass.

Angebote für Jugendliche

Um Jugendliche mit suchtkranken Eltern zu erreichen, steht die speziell für diese Altersgruppe gestaltete Website www.traudich.nacoa.de zur Verfügung. Sie bietet Jungen und Mädchen ab zwölf Jahren Möglichkeiten einer altersgemäßen Auseinandersetzung mit dem Thema familiärer Suchtprobleme. Vier Bilder Geschichten aus der Feder des Comiczeichners Jörg Kreutziger führen den Jugendlichen typische Situationen vor, wie sie in suchtbelasteten Familien häufig vorkommen. Die Comics kommen den Sehgewohnheiten von Jugendlichen entgegen und halten die Balance zwischen Unterhaltung und der emotional berührenden Vermittlung eines schmerzhaften Themas. Alle vier Bilder Geschichten ermutigen Jugendliche, die Isolation und das schamvolle Schweigen über die Sucht der Eltern zu überwinden und mit einer erwachsenen Vertrauensperson in ihrem sozialen Umfeld über ihre Nöte zu sprechen. Neben den Comics bietet www.traudich.nacoa.de Jugendlichen einen umfangreichen Informationsbereich, in dem sie Basiswissen über Sucht und den Umgang mit familiären Suchtproblemen sowie entlastende Präventionsbotschaften erhalten. Passend zur Website

Draußen vor der Tür
... auch der Suchthilfe?





Suchtkrankheit darf kein Familiengeheimnis bleiben



Literaturtipp

Für die Altersgruppe der Fünf- bis Achtjährigen eignet sich das Kinder-Bilderbuch »Fluffi«. Es beschreibt in altersgemäßer Form die negativen Auswirkungen der Suchterkrankung. Fluffi hat einen alkoholkranken Vater. Durch seine Sucht verhält er sich immer sonderbarer und aggressiver. Fluffi ist verunsichert und sucht Hilfe bei einer erwachsenen Freundin. Sie hört ihm zu und nimmt seine Ängste ernst. Fluffi fasst Vertrauen zu ihr und findet durch sie den Mut, wieder Kind zu sein. Das Kinderbuch der beiden österreichischen Autorinnen Hanna Grubhofer (Text) und Bärbl Weingartshofer (Bilder) unterstützt PädagogInnen in Kindertagesstätten und Grundschulen dabei, Kindern suchtkranker Eltern in einfühlsamer Weise erklären, was Sucht ist und ihnen entlastende Botschaften zu vermitteln. Wichtig ist dabei, sicher zu stellen, dass das Kind für dieses Thema ansprechbar ist und die weitere Begleitung durch einen Erwachsenen gegeben ist.

■ H. Grubhofer / B. Weingartshofer
Fluffi
NACOA Deutschland 2010
36 Seiten, 5,00 €
Neuland-Best.-Nr. 113 792

steht ein attraktiver »TRAU DICH!« Flyer zur Verfügung, der Jugendliche auf das Online-Angebot aufmerksam machen soll. Er ist über die Website www.nacoa.de zu beziehen.

Angebote für PädagogInnen

Zusätzlich bietet NACOA Deutschland auf seiner Website www.nacoa.de für PädagogInnen und andere Berufsgruppen, die täglich mit Kindern arbeiten, umfangreiche Informationen an: Die Seite enthält Extrabereiche für Kinder, für Jugendliche, für Eltern sowie für Lehrer/innen und Erzieher/innen. Eine ausführliche Literaturliste, eine Nachrichtenseite und ein Verzeichnis von Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen und Therapieeinrichtungen in ganz Deutschland runden das Informationsangebot ab. Information ist der Schlüssel, um Kinder aus suchtkrank belasteten Familien zu unterstützen – damit sie nicht die Süchtigen von morgen werden. ■

Über den Autor

Henning Mielke

ist freier Journalist und Vorsitzender von NACOA Deutschland.



Be **rausch** ende Zeiten erleben

Ja, ich möchte **rausch** abonnieren!

Das Jahresabonnement umfasst 6 Hefte.

Der Abo-Preis beträgt

49,90 € im Inland bzw.

59,90 € im Ausland

inkl. aller Versandkosten.

Name, Vorname

Firma

Kundennummer, falls vorhanden

Straße / Postfach

Land, PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Mir ist bekannt, dass ich diese Bestellung innerhalb von zwei Wochen gegenüber der Neuland-Verlagsgesellschaft widerrufen kann. Dazu genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Datum / Unterschrift

» Was wären Vernunft und Nüchternheit ohne das Wissen vom Rausch ...«

Hermann Hesse, Narziß und Goldmund

NEULAND

Verlagsgesellschaft mbH

Fachverlag und Versandbuchhandlung

Markt 24 – 26 · 21502 Geesthacht

Postfach 14 22 · 21496 Geesthacht

Tel. 04152 / 813 42 · Fax 813 43

vertrieb@neuland.com

www.zeitschrift-rausch.de