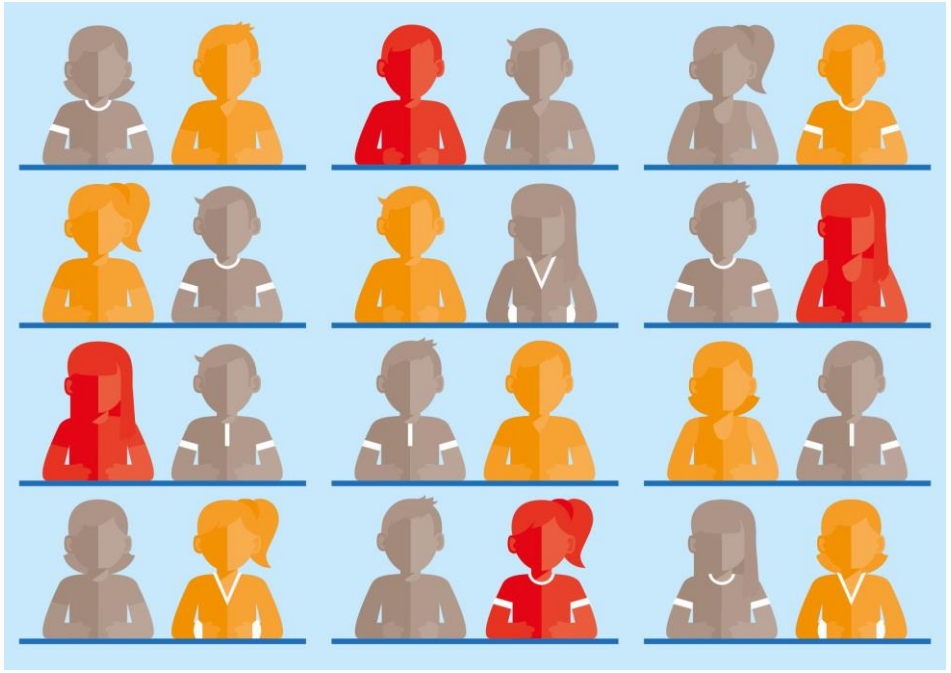
DER PARITÄTISCHE
SACHSEN-ANHALT

verlässlich. leidenschaftlich. wirkungsvoll.



Kinder aus suchtbelasteten Familien

Angelika Frenzel | drobs Halle - Fachstelle für Suchtprävention

Hintergrundinformationen

In Halle leben knapp 38.000 Kinder und Jugendliche zwischen 0 und 18 Jahren.*

Statistisch gesehen, kommt jedes 6. Kind aus einer suchtbelasteten Familie. Das wären in Halle ca. 6300 Kinder und Jugendliche.

Ein Drittel davon, läuft Gefahr, später selber eine Suchterkrankung zu entwickeln.

Das wären bei unseren Zahlen ca. 2100 Kinder und Jugendliche. Ein weiteres Drittel wird sein Leben lang unter psychischen Störungen leiden.

* Quelle: Stadt Halle, Fachbereich Einwohnerwesen vom 30.06.2018.
http://www.halle.de/de/Verwaltung/Statistik/Bevoelkerung/Bevoelkerung-nach-Al-06083/

Auswirkungen einer Suchterkrankung auf die Familie

- Die Familie gerät aus dem Gleichgewicht
- Alles dreht sich um die Sucht und um das Suchtmittel. Nach außen wird der Schein gewahrt. Das Thema wird tabuisiert
- Für die Kinder gelten deshalb Regeln:

  - „Rede nicht!“ Es darf mit niemanden darüber gesprochen werden

  - „Fühle nicht!“ Wut und Trauer sind unnötig: es ist ja alles in Ordnung in der Familie

  - „Traue nicht!“ Die Kinder werden im Stich gelassen. Sie verlassen sich nur auf sich

Es gibt nur eine Sicherheit: nichts ist sicher!

Alltags- und Dauerstress in suchtbelasteten Familien

- Duldungsstress: „Ich kann dem Druck und Stress nicht ausweichen, halte ihn aber nicht aus.“
- Katastrophenstress: „Ich weiß nie, was passieren wird. Das macht mir so viel Angst, dass ich andauernd daran denken muss.“
- Bewältigungsstress: „Auch wenn es schwer ist, ich werde es schaffen und überleben.“

Alltags- und Dauerstress in suchtbelasteten Familien

Jedes 3. Kind in einer alkoholbelasteten Familie erfährt regelmäßig physische Gewalt als Opfer und/oder Zeuge
(nach Klein & Zobel, 2001)

Suchtkranke Familien weisen gehäuft eine „family density“ für Sucht- und andere psychische Störungen auf

Typische Lebenserfahrungen von Kindern alkoholkranker Eltern

- Nicht zu Freunden gehen, um nicht in die Zwangslage zu geraten, diese zu sich nach Hause einladen zu müssen, wo die Eltern sich beschämend verhalten könnten.
- In der Schule mit den Gedanken zu Hause sein, was dort gerade Schlimmes passiert oder bald passieren wird.
- Andere Kinder beneiden oder eifersüchtig auf diese sein, wenn sie Spaß und Leichtigkeit mit ihren Eltern erleben.
- Sich als Kind unter Gleichaltrigen isoliert, abgewertet und einsam fühlen
- Für die Eltern sorgen, sich um sie ängstigen, insbesondere wenn die Mutter süchtig trinkt.

Typische Lebenserfahrungen von Kindern alkoholkranker Eltern

- Sich um Trennungsabsichten oder vollzogene Trennungen der Eltern unablässig Sorgen machen.
- Als Jugendlicher die Eltern nicht im Stich lassen wollen (z.B. nicht von zu Hause ausziehen können)
- Die Eltern für ihr Fehlverhalten entschuldigen. Lieber andere Menschen oder sich selbst beschuldigen.
- Vielfache Trennungen und Versöhnungen der Eltern erleben und sich nicht auf einen stabilen, dauerhaften Zustand verlassen können.
- Wenn der Trinkende Elternteil schließlich mit dem Alkoholmissbrauch aufhört, weiterhin selbst Probleme haben oder solche suchen.

Rollenübernahme als Überlebensstrategie

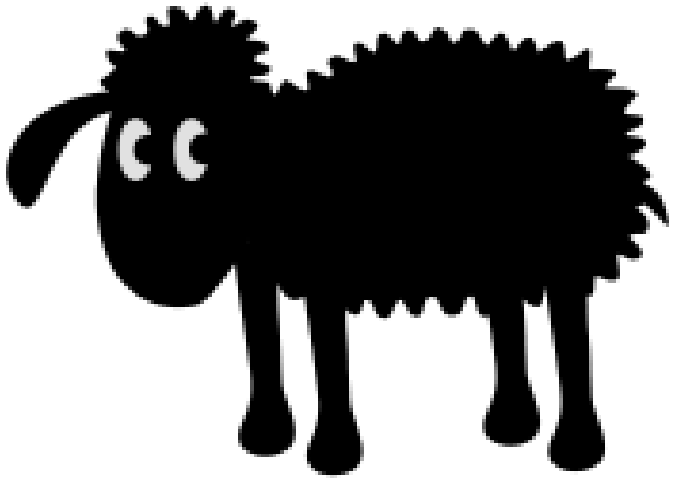
Held

Rollenübernahme als Überlebensstrategie

Clown

Rollenübernahme als Überlebensstrategie

Schwarzes Schaf



Rollenübernahme als Überlebensstrategie

Unsichtbares Kind

Verhalten/Eigenschaften/Merkmale

Held: Hilfsbereit, verantwortungsvoll, vernünftig, lieb, zurückhaltend, übermäßig leistungsorientiert

Clown: Unruhig, hyperaktiv, lustig, beliebt, unreif, kurze Aufmerksamkeitsspanne

Schwarzes Schaf: Rebellisch, aggressiv, widerspenstig, macht viel Ärger

Unsichtbares Kind: Zurückgezogen, unauffällig, problemlos, pflegeleicht, apathisch, wird übersehen, wird nicht vermisst, belohnt sich auch alleine z.B. mit Essen

Vorteile der Rolle/Vordergründiger Zweck für das Kind

Held: Lob und Anerkennung erhalten – positive Aufmerksamkeit

Clown: Beliebt sein – erhält Aufmerksamkeit, indem er die anderen amüsiert

Schwarzes Schaf: Auffallen – erhält (negative) Aufmerksamkeit

Unsichtbares Kind: wirkt wunschlos glücklich, entkommt jeglicher Aufmerksamkeit, hat seine Ruhe

Langfristige Gefahren (ohne Problembearbeitung)

Held: Workaholic, Verstecken der eigenen Gefühle und Probleme, kann Fehler und Misserfolg nicht ertragen, zwanghaft, suchtabhängige Partner

Clown: Wird nicht ernst genommen, Konfliktunfähigkeit, Problemvermeidung, kann Stress nicht ertragen, sucht „Held“ als Partner/in, „Hyperaktivität“

Langfristige Gefahren (ohne Problembearbeitung)

Schwarzes Schaf: Kriminalität, ist für alle Zeiten der Sündenbock, starke Gefährdung selber eine Suchterkrankung zu entwickeln

Unsichtbares Kind: Geringe soziale Fähigkeiten, Realitätsflucht, Schmerzverdrängung, keine Lebensfreude, Beziehungsstörungen, Essstörungen, ungewöhnlich hohe Unfall- und Krankheitsrate

Bei Unterstützung: mögliche positive Entwicklung

Held: Kompetent, organisiert, verantwortungsbewusst, gut in Leitungspositionen, zielbewusst, erfolgreich und zuverlässig

Clown: Charmante/r Gesellschafter/in, witzig, geistreich, humorvoll, unabhängig von der Meinung anderer, einfühlsam, hilfsbereit

Bei Unterstützung: mögliche positive Entwicklung

Schwarzes Schaf: Hat Mut, kann gut unter Belastung arbeiten, kann gut Realität anerkennen, kann Risiko eingehen und ertragen

Unsichtbares Kind: Unabhängig von der Meinung anderer, kreativ, phantasievoll, erfinderisch, kann sich selbst behaupten

Gemeinsamkeiten

Rollenmuster sind Hinweise auf ein mögliches Suchtproblem in der Familie. Auch zu finden bei Kindern mit psychisch kranken oder traumatisierten Eltern.

Rollen werden zwanghaft ausgeübt.

Möglich, dass mehrere Rollen übernommen werden, oder Rollenwechsel, wenn eine Rolle ausgefallen ist.

Niedriges Selbstwertgefühl in allen Rollen. Die Gefühlswelt ist beherrscht von Schmerz, Angst, Wut, Scham- und Schuldgefühlen.

„Du bist nicht in Ordnung“

…ist eine Botschaft, die sie aus ihrer Familie oft erhalten haben.

Alkoholismus in den Familien

Es gibt überzeugende wissenschaftliche Nachweise, dass Alkoholismus in Familien häufig generationenübergreifend auftritt. Kinder von Alkoholikern haben ein höheres Risiko, Alkoholiker zu werden oder andere Drogen zu missbrauchen, als Kinder von Nicht-Alkoholikern.

Deshalb brauchen sie unsere vermehrte Unterstützung.

Sieben Botschaften an die Kinder

Sucht ist eine Krankheit

1. Du hast sie nicht verursacht
2. Du kannst sie nicht heilen
3. Du kannst sie nicht kontrollieren
4. Du kannst für dich selber sorgen,
5. indem du über deine Gefühle mit Erwachsenen sprichst, denen du vertraust
6. Du kannst gesunde Entscheidungen für dich treffen
7. Du kannst stolz auf dich sein, und dich selber liebevoll akzeptieren

Kinder aus alkoholkranken Familien können von Erwachsenen profitieren, die ihnen helfen,

- Autonomie und Unabhängigkeit zu entwickeln
- Eine starke soziale Orientierung sowie soziale Fähigkeiten zu entwickeln
- Sich in solchen Fällen hilfreich zu engagieren, wo es angebracht ist
- Eine enge Beziehung zu einer Betreuungsperson zu entwickeln
- Sich erfolgreich mit schwierigen emotionalen Erfahrungen auseinanderzusetzen
- Ihre Erfahrungen konstruktiv zu verarbeiten, selbst wenn diese Schmerzen oder Leid verursachen
- Positive Aufmerksamkeit anderer Menschen auf sich zu ziehen
- Strategien zu entwickeln, um dem Alltag – von einem Tag zum anderen – gewachsen zu sein

Die sieben Resilienzfaktoren

- Einsicht: Wissen über Sucht und wissen, dass mit dem kranken Elternteil etwas nicht stimmt
- Unabhängigkeit: Sich z.B. nicht mehr von den Stimmungen der Eltern beeinflussen lassen
- Beziehungsfähigkeit: in eigener Initiative Beziehungen zu psychisch stabilen Personen aufbauen
- Initiative (z.B. zu sportlichen oder soziale Aktivitäten)
- Kreativität: einen künstlerischen Ausdruck für seine Befindlichkeiten/Probleme etc. finden
- Humor: zur Distanzierung von der Situation
- Moral: ein von den Eltern unabhängiges und stabiles Wertesystem kennenlernen

JEDOCH:

Erst in der Kombination von Verhaltensprävention und von Verhältnisprävention wird dem Kind längerfristig geholfen

Wird die Resilienzförderung einseitig an der Stärkung personaler Fähigkeiten festgemacht, werden die Entwicklungsrisiken nicht ausreichend abgemildert

Die Erschließung von Ressourcen in der sozialen Umwelt, die Bereitstellung von Ressourcen und die Befähigung, diese auch nutzen zu können, sind für die Resilienzförderung wesentlich

Leitlinien für die Prävention für Kinder aus suchtbelasteten Familien

Die wichtigsten Prinzipien für Hilfen für Kinder von abhängigen Eltern sind in der **Frühzeitigkeit**, der **Dauerhaftigkeit** und **Vernetztheit der Maßnahmen** in Bezug auf andere familienbezogene Hilfen zu sehen.

Die Hilfen müssen **umfassend, langfristig und kontinuierlich** stattfinden. Die beteiligten Helfer sollten eng zusammenarbeiten.

In besonders schwierigen Fällen ist ein konsequentes, engmaschiges Case-Management vorzusehen. Ein familienorientiertes Case-Management.

… und in diesem Sinne wollen wir heute
miteinander
arbeiten …

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

DER PARITÄTISCHE
PSW-GmbH
Sozialwerk Behindertenhilfe

drobs-halle.de

Moritzzwinger 17 | 06108 Halle (Saale) (direkt am Franckeplatz)

Fon | 0345.51704-01
Fax | 0345.51704-02
Mail | info@drobs-halle.de
Streetwork | 0179.5286914
Fachstelle für Suchtprävention | 0345.5204120

Außenstelle Merseburg
Dammstraße 8 | 06217 Merseburg (Caritas)

Berater | 01578.7639388
Mail | merseburg@drobs-halle.de