

# Das Projekt

Der Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe führt in Zusammenarbeit mit dem BKK Bundesverband das Projekt „Kinder von Suchtkranken Halt geben“ durch.

Zielgruppen sind insbesondere: Erzieher/innen, Lehrer/innen, Mitarbeiter/innen der Jugendhilfe und der Suchtkrankenhilfe, der Selbsthilfe – aber auch die breite Öffentlichkeit.



Das Projekt soll einen Beitrag leisten, über die Probleme der Kinder von Suchtkranken zu informieren und das gesellschaftliche Schweigen zu überwinden. Betroffenen Kindern soll so aus ihrer sozialen Isolation herausgeholfen werden. Kinder haben eine bessere Chance, Hilfe zu erhalten, wenn ihre Umgebung sensibel auf sie reagiert und Eltern ihre Scham überwinden und Hilfeangebote in Anspruch nehmen.

Das Projekt umfasst in erster Linie folgende Maßnahmen:

- Eine ausführliche Informationsbroschüre zum Thema.
- Fachtage für die oben genannten Zielgruppen.
- Leitfäden zur Gesprächsführung mit Kindern.

**KINDERN**  
VON SUCHTKRANKEN  
**HALT GEBEN**

# Informationen

Nähere Informationen zum Projekt „Kindern von Suchtkranken Halt geben“ erhalten Sie bei:



Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe  
Bundesverband  
Untere Königsstraße 86 | 34117 Kassel  
Tel. (05 61) 78 04 13 | Fax (05 61) 71 12 82  
E-Mail: [mail@freundeskreise-sucht.de](mailto:mail@freundeskreise-sucht.de)  
Internet: [www.freundeskreise-sucht.de](http://www.freundeskreise-sucht.de)

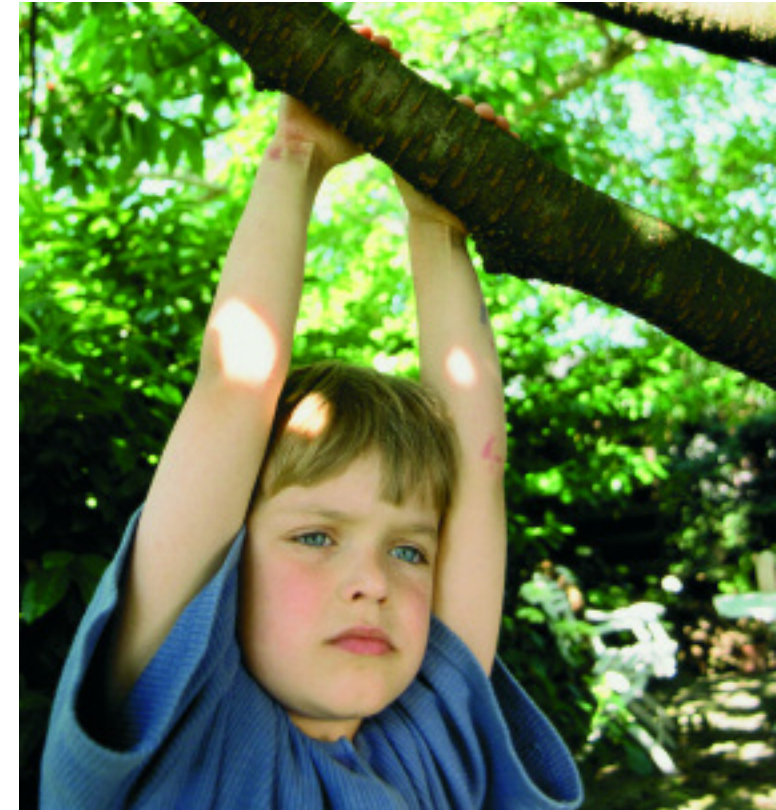


BKK Bundesverband  
Abteilung Gesundheit  
Kronprinzenstr. 6 | 45128 Essen  
Tel. (02 01) 179 - 12 67 | Fax (02 01) 179 - 10 14  
E-Mail: [praevention@bkk.de](mailto:praevention@bkk.de)  
Internet: [www.bkk.de](http://www.bkk.de)

*Bei Suchtkrankheit  
in der Familie sind  
auch die Kinder betroffen.  
Das ist keine Privatsache,  
sondern geht uns alle an!*

**KINDERN**  
VON SUCHTKRANKEN  
**HALT GEBEN**

# KINDERN VON SUCHTKRANKEN HALT GEBEN



Der Missbrauch von Alkohol, Medikamenten und illegalen Drogen kann zur Entwicklung einer Sucht führen. Ebenso können Verhaltensweisen wie Glücksspielen, Essen etc. süchtig betrieben werden.

Sucht ist eine Krankheit. Das Wesen der Sucht ist die psychische, manchmal auch körperliche Abhängigkeit. Suchtkrankheit belastet alle Familienmitglieder.

Mehr als 2,6 Millionen Kinder und Jugendliche sind von der Alkoholstörung eines Elternteils betroffen.

Hinzu kommen 40.000 bis 60.000 Kinder, deren Eltern von illegalen Drogen abhängig sind.

Kinder suchtkranker Eltern haben ein bis zu sechsfach höheres Risiko, selber abhängig zu werden oder Alkohol zu missbrauchen.

Belegt ist auch, dass für Kinder aus suchtbelasteten Familien das Risiko, an anderen psychischen Störungen (besonders Angststörungen, Depressionen, Persönlichkeitsstörungen) zu erkranken, deutlich erhöht ist.

Quelle: Prof. Dr. Michael Klein, in: Dokumentation zur Fachtagung „Familiengeheimnisse“, BMGS, 2003



## Niemand soll es merken

Eine Suchterkrankung in der Familie wird meist wie eine „Schande“, wie ein Stigma erlebt; es darf nichts nach außen dringen. Auch Suchtkranke wollen gute Eltern sein. Die Kinder lernen daher sehr früh, dass das „Geheimnis Sucht“ um jeden Preis gewahrt werden muss. Von den Eltern werden die Regeln vermittelt:

*Rede nicht, über das, was bei uns ist!*

*Traue nicht dem, was gesagt wird!*

*Fühle nicht, was du fühlst!*

Alle Beteiligten lernen diese Regeln so perfekt, dass es keine offensichtlichen Erkennungsmerkmale für die Existenz eines Suchtproblems gibt. Das Auffällige ist über lange Zeit die Unauffälligkeit.

## Die „stille Not“ der Kinder

Kinder leiden unter der Suchterkrankung ihrer Eltern: Sie fühlen sich oft verantwortlich für ihre Eltern. Sie leben in ständig angespannter Erwartungshaltung auf das, was passiert. Sie erleben Wechselbäder unterschiedlicher Gefühle. Sie schämen sich für ihre Eltern und wollen dennoch, dass auch ihre Eltern in Ordnung sind.

Kinder suchtkranker Eltern werden früh gefordert und damit oft überfordert. In vielen Fällen übernehmen Kinder mehr Verantwortung, als sie tragen können, wenn sie zum Beispiel Ausfälle des trinkenden Elternteils zu kompensieren versuchen. Sie erleben häufig physische und psychische Gewalt und sind diesen Situationen allein ausgeliefert.

Zentrale Gefühle der Kinder sind Angst, Scham, Schuld, Traurigkeit, Wut, Ohnmacht, Hilflosigkeit, Hoffnungslosigkeit. Diese Kinder brauchen Raum, um Kind sein zu können.

## Jeder Erwachsene kann helfen

Kinder suchtkranker Eltern brauchen Erwachsene, die ihnen helfen, grundlegende Bedürfnisse nach Essen, Schlafen, Sicherheit und körperlicher Unversehrtheit zu befriedigen. Sie brauchen Hilfe, um den normalen Alltag und die unvorhergesehenen Ereignisse zu bewältigen. Sie brauchen eine soziale Orientierung mit Grenzen und Struktur, damit sie beständige und liebevolle Beziehungen entwickeln und Sozialverhalten lernen können. Gerade Kinder von Suchtkranken brauchen die Aussicht auf eine gute Zukunft – und Erwachsene, die ihnen Halt geben.

## Was Sie konkret tun können

- Informieren Sie sich über Sucht besonders über die Probleme der Kinder von suchtkranken Eltern.
- Zeigen Sie Interesse an dem Kind: Fragen Sie, wie es ihm geht, und teilen Sie Ihre Eindrücke mit, wenn es zum Beispiel unglücklich oder traurig wirkt.
- Drängen Sie das Kind nicht zum Reden und machen Sie klar, dass Sie bereit sind, zuzuhören – auch zu einem späteren Zeitpunkt.
- Versuchen Sie, das Vertrauen des Kindes zu gewinnen. Nehmen Sie das Kind ernst.
- Nehmen Sie nur dann Kontakt zu den Eltern auf, wenn das Kind ausdrücklich zustimmt.
- Stellen Sie sich auf die Seite des Kindes. Zeigen Sie ihm Anerkennung und Wertschätzung. Verdeutlichen Sie dem Kind, über welche Stärken es verfügt.

