

Kinder von suchtkranken Eltern: Hintergrundinformationen

Eine Kindheit in Angst und Schweigen

In Familien mit alkoholabhängigen Eltern wird der Alkohol zum bestimmenden Element im Familienalltag. Der abhängige Elternteil wird zum Mittelpunkt, an dem sich die Familie orientiert und von dessen Verfassung die Stimmung und häusliche Atmosphäre abhängen. Von den Kindern wird diese Situation als chronisch stresshaft empfunden. Unsicherheit, Instabilität und Unberechenbarkeit prägen den Alltag. Es gibt keine Normalität oder Sicherheit. Je nachdem, ob sich der alkoholabhängige Elternteil in einer „trockenen“ oder „nassen“ Phase befindet, erlebt das Kind einen gänzlich anderen Vater oder eine andere Mutter, es wird mit zwei verschiedene Persönlichkeiten und gegensätzlichem Verhalten konfrontiert. Es weiss nie, welche Konsequenzen seinem Handeln folgen werden, ob es gestraft oder getröstet wird. Diese unsichere Situation zwingt das Kind in eine Beobachterrolle, um je nach Verfassung des abhängigen Elternteils angemessen reagieren zu können. Kindliche Bedürfnisse nach Verlässlichkeit und Geborgenheit müssen zurückgestellt werden. Die Eltern-Kind-Bindung leidet und das Kind erlebt mangelndes Interesse oder Ablehnung von Seiten des abhängigen Elternteils. Auch beim nicht abhängigen Elternteil ist häufig die ganze Aufmerksamkeit auf die Suchtproblematik gerichtet. So wird das Kind sich selber überlassen und ihm Aufgaben und Verantwortung übertragen, denen es oftmals nicht gewachsen ist. Manchmal wird es auch Zeuge von innerfamiliären Auseinandersetzungen und Gewalt, nicht selten selber Opfer davon.

Besonders belastend für die betroffenen Kinder ist, dass sie oft keine Möglichkeiten finden, ihre Gefühle wie Scham, Wut oder Angst zu äussern, da die Suchterkrankung in der Familie ein Tabu darstellt. Häufig ziehen sie sich in Schweigen zurück und versuchen, alleine mit den Belastungen zurechtzukommen. Sie hoffen, dass sie durch ihr Verhalten die Situation beeinflussen oder verändern können und erleben eine grosse Hilflosigkeit, wenn sie realisieren, dass ihnen dies nicht gelingt.

Hochrisikogruppe hinsichtlich der Entwicklung von Suchterkrankungen

Kinder von alkoholabhängigen Eltern haben im Vergleich zu Kindern aus Familien ohne Alkoholbelastung ein bis zu 6-fach höheres Risiko, später auch eine Sucht- oder andere psychische Erkrankung zu entwickeln. Etwa 30% der Kinder von alkoholabhängigen Eltern werden als Erwachsene auch suchtkrank. Damit gelten sie als grösste bekannte Risikogruppe hinsichtlich der Entwicklung einer Suchtproblematik. Die Faktoren, die für die Transmission eine Rolle spielen, sind vielfältig und schwierig zu analysieren. Es müssen dabei sowohl biologische als auch persönlichkeitsbezogene und familiäre Bedingungen berücksichtigt werden. Ebenfalls deutlich erhöht – wenn auch nicht im selben Masse wie bei den Abhängigkeitserkrankungen – ist das Risiko der Kinder, an einer psychischen Störung zu erkranken oder Verhaltensauffälligkeiten zu entwickeln. Dazu zählen Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität, Probleme im Sozialverhalten und in der Verhaltenskontrolle, Angst und Depression, Schulprobleme, tiefere Selbstwirksamkeitserwartung, einen geringeren Selbstwert sowie somatische und psychosomatische Probleme.

Schutzfaktoren

Auch wenn eine familiäre Alkoholabhängigkeit für alle Kinder eine erschwerte Bedingung darstellt, machen nicht alle Kinder dieselben traumatisierenden Erfahrungen. Ein Drittel entwickelt keine relevanten Probleme: Diese Kinder verfügen über genügend Ressourcen, die es ihnen beispielsweise ermöglichen, verlässliche Beziehungen ausserhalb des Elternhauses aufzubauen (was als besonders wichtiger Schutzfaktor gilt). So sind Kinder aus suchtblasteten Familien durchaus imstande, auch zusammen mit ihren Geschwistern, eine autonome und gesunde Persönlichkeit zu entwickeln. Keineswegs dürfen alle Kinder automatisch als behandlungsbedürftig eingestuft werden. Dies würde eine Stigmatisierung und frühe Pathologisierung der Kinder bedeuten, was in jedem Fall zu vermeiden ist. Die grosse Herausforderung besteht darin, die betroffenen Kinder im Alltag zu unterstützen und gefährdeten Kinder frühzeitig zu erkennen und adäquate Hilfe anzubieten.

Egal wie alt die Kinder sind, Kinder von suchtkranken Eltern brauchen Unterstützung. Folgende Schutzfaktoren konnten identifiziert werden:

- Mit einer Vertrauensperson sprechen, die sie wertschätzt und ihre Fragen und Unsicherheiten ernst nimmt
- Eine stabile Beziehung zum nichtabhängigen Elternteil oder einer anderen erwachsenen Vertrauensperson aufbauen
- Ein strukturierter Tagesablauf (z.B. für Mahlzeiten) und familiäre Rituale (Feste, Aktivitäten) haben
- Ein gutes Selbstbewusstsein aufweisen
- Persönliche Interessen pflegen und eigene Pläne schmieden

Handlungs- und Lösungsansätze

Sensibilisierung und Zusammenarbeit der Fachleute

Eine der grossen Herausforderungen stellt die Erkennung und Unterstützung der gefährdeten Kinder aus suchtblasteten Familien dar. Das soziale Umfeld sowie Fachpersonen aus Schule und Kinderbetreuung sind bei vermuteten elterlichen Suchtproblemen oft hilflos und wissen nicht, wie reagieren. Selbst wenn sich suchtkranke Eltern in Behandlung begeben, fragt oft niemand vertiefter nach der Situation und Belastungen der Kinder. Bei den in den letzten Jahren etablierten Angeboten besteht das Hauptproblem oft darin, dass der Zugang zu den Kindern nur schwierig herzustellen ist. In vielen Fällen kann man diese Kinder nur über ihre Eltern erreichen und ist somit auf Kooperation angewiesen, was sich häufig als schwierig erweist. Es scheint, dass „Suchtprobleme und Elternschaft“ ein doppeltes Tabu darstellen: Es ist schon schwierig genug, zu realisieren, dass man die Kontrolle über den Suchtmittelkonsum verloren hat. Sich dann aber auch noch einzugestehen, dass man dadurch nicht nur sich selber sondern auch sein Kind gefährdet, ist meist mit grosser Scham verbunden.

So ist es wichtig, bei den bestehenden Strukturen im Umfeld der Kinder anzusetzen. Berufsgruppen, die direkten Kontakt mit Kindern haben, wie beispielsweise Kinderärzte, Lehrpersonen oder Schulsozialarbeitende, können für die Bedürfnisse dieser Kinder geschult werden, damit sie sie im Alltag unterstützen und bei Bedarf an adäquate Hilfsangebote

weiterempfehlen können. Weiter besteht in Feldern wie der offenen Jugendarbeit meist eine besondere und persönliche Beziehung zwischen den Kindern und den betreuenden Personen. Solche Vertrauensbeziehungen und Aktivitäten in einem geschützten Umfeld sind wichtige Stützen für die Kinder. Zudem soll, wo immer möglich, versucht werden, über die Arbeit mit Eltern und Familien einen Einfluss auf die Erziehung und die Entwicklung der Kinder auszuüben. Auch suchtkranke Eltern wollen gute Eltern sein. Häufig aber brauchen sie Ermutigung und Unterstützung bei der Wahrnehmung ihrer Elternverantwortung.

Bei Kindern, deren Eltern keine Hilfe beanspruchen (möchten) und die sich auch nicht über die vorgängig genannten Bereiche (Schule, Arzt, Kindertagesstätte etc.) identifizieren lassen, besteht beispielsweise über das Internet die Möglichkeit der online-Beratung oder eines Austausches mit anderen Betroffenen in Chats oder Foren. Auch Nottelphone oder telefonische Beratungsdienste haben die Funktion einer ersten Kontaktaufnahme, die eine Weitervermittlung der betroffenen Kinder an Hilfsangebote oder Beratungsstellen vor Ort ermöglicht.

Zusätzlich zur gezielten Sensibilisierung von Institutionen und Fachleuten stellt eine verstärkte interdisziplinäre Zusammenarbeit der verschiedenen Berufsgruppen eine wichtige Voraussetzung dar, um die Kinder und Jugendlichen aus suchtblasteten Familien besser erreichen und unterstützen zu können.