

## **Kinder von Eltern mit Suchterkrankung**

In der **Schweiz leben rund 100.000 Kinder** mit einem Elternteil, der Alkohol oder andere Substanzen problematisch konsumiert und in vielen Fällen süchtig ist. Die gesamte Familie leidet unter der Sucht des Elternteils. **Besonders betroffen sind die Kinder**, da das Familienklima oft angespannt, konfliktbeladen und unberechenbar ist. Sie fühlen sich oft allein und isoliert und werden zusätzlich von Scham- und Schuldgefühlen belastet. Die schwierige Situation kann dazu führen, dass die Kinder später selbst ein Suchtproblem oder eine psychische Störung entwickeln.

Suchtkranke Eltern wollen in der Regel gute Eltern sein, jedoch beschränkt sich ihr Blickwinkel oft auf die eigene Sucht. Die Anforderungen des Familienalltags können sie daher nur mühsam erfüllen. Kinder suchtbelasteter Eltern wachsen meist unter schwierigen und oft instabilen Rahmenbedingungen auf.

Damit sind Kinder aus suchtkranken Familien besonders gefährdet, später selbst eine Sucht- oder andere psychische Erkrankung zu entwickeln. Durch angemessene Unterstützung, die sowohl die Kinder stärkt als auch den Eltern hilft, aus der Sucht herauszukommen, kann der Anteil der Kinder erhöht werden, die unbeschadet aus der belastenden Familiensituation herauskommen.

**Oft spielt dabei das Umfeld der betroffenen Familien eine bedeutende Rolle.** Es ist wichtig, dass Personen ausserhalb der Familie, wie zum Beispiel Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende, Nachbarn oder Freunde, wissen, wie sie Kinder aus suchtbelasteten Familien erkennen und unterstützen können, ohne sie dadurch zu stigmatisieren. Die meisten Kinder haben eine hohe Leidensfähigkeit entwickelt und suchen daher erst spät oder gar nicht nach Hilfe. In suchtbelasteten Familien wird oft nicht über die Sucht gesprochen, sondern nach aussen hin verheimlicht.

**Was Sie tun können, hängt von Ihrer Nähe zum Kind ab** und davon, was Sie bei ihm oder seinen Eltern beobachten. Im Allgemeinen sollten Sie zuerst das Gespräch mit den Eltern suchen. Zögern Sie jedoch nicht, sich an Fachpersonen zu wenden, die Kontakt zur Familie haben oder mit Suchtproblemen vertraut sind. Dies kann Ihnen helfen, die Lage besser zu erfassen und herauszufinden, wie Sie aktiv werden können.

**Wenn ein Elternteil von einer Sucht betroffen ist, suchen Sie das Gespräch mit ihm.** Menschen mit Suchtproblemen erkennen ihr Problem häufig nicht. Aus Scham oder anderen Gründen kann es sein, dass die betroffene Person das Gespräch verweigert. Deshalb ist es besser, zuerst Beobachtungen zu beschreiben, die man beim Kind gemacht hat. Man kann die eigenen Sorgen ansprechen, ohne unbedingt die Suchtproblematik zu erwähnen. Wichtig ist, den betroffenen Elternteil nicht zu verurteilen. Denken Sie daran: Sucht ist eine Krankheit. Eltern versuchen auf ihre Art gute Eltern zu sein.

**Suchen Sie das Gespräch mit dem Kind.** Jedes Kind ist seinen Eltern gegenüber extrem loyal. Wenn Vater, Mutter oder gar beide Elternteile unter einer Suchterkrankung leiden, neigt das Kind dazu, zu verheimlichen, was sich in der Familie abspielt. Um das Thema mit Ihrem Kind anzusprechen, können Sie allgemeine Fragen dazu stellen, wie es in der Familie läuft. Sie können behutsam und ohne zu werten beschreiben, was Sie beobachtet haben. Wenn das Kind nicht über seine Situation sprechen möchte, drängen Sie es nicht. Möglicherweise ist es noch nicht bereit dazu. Vielleicht hat es jedoch verstanden, dass Sie seine Lage erfasst haben und bereit sind, darüber zu reden. Es hat dann die Möglichkeit, auf Sie zuzukommen, sobald es sich mit Ihnen austauschen möchte.

**Es ist wichtig, dass betroffene Kinder und ihre Familien Unterstützung erhalten.** Das Blaue Kreuz bietet verschiedene Gesprächs- und Beratungsmöglichkeiten an, damit gemeinsam mit den Betroffenen möglichst rasch eine tragfähige und gesunde Struktur erarbeitet werden kann. Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren. Ein externer Kontakt ist für Kinder und ihre Eltern oft der erste Schritt zum Ausweg aus der belasteten Situation.

Das Blaue Kreuz Schaffhausen-Thurgau engagiert sich für eine Welt, in der Alkoholkonsum kein Leid verursacht. Wir bieten kostenlose und vertrauliche Beratungen an. Unsere Finanzierung erfolgt hauptsächlich durch Spenden, einen Kantonsbeitrag sowie den Verkaufserlös unserer Brocki in Pfyn.

Für ein Kontaktgespräch erreichen Sie uns unter Tel. 071 622 26 55 oder per E-Mail unter [info.sh-tg@blaueskreuz.ch](mailto:info.sh-tg@blaueskreuz.ch). Weitere Informationen zu unseren Angeboten und dem Thema Alkohol finden Sie auf unserer Website [www.shtg.blaueskreuz.ch](http://www.shtg.blaueskreuz.ch)