

# KINDER AUS SUCHTBELASTETEN FAMILIEN

## FACTSHEET FÜR SCHULEN



### AUFWACHSEN MIT EINEM ABHÄNGIGEN ELTERNTEIL

In der Schweiz leben rund **100'000 Kinder und Jugendliche** mit einem Elternteil, der Alkohol oder eine andere Substanz (illegale Drogen oder Medikamente) auf problematische Weise konsumiert.

Einen alkoholabhängigen Vater oder eine alkoholabhängige Mutter zu haben bedeutet, mit einem Menschen zusammenzuleben, den man gleichermassen liebt und fürchtet. Die familiäre Atmosphäre ist geprägt von Spannungen, Konflikten und Instabilität. Ein Kind von alkoholabhängigen Eltern hat häufig Angst, fühlt sich unsicher, einsam, schuldig und ist dem elterlichen unberechenbaren Verhalten ausgesetzt. Aus Loyalität und Liebe zu den Eltern, aber auch aus Scham, verschweigt das Kind gegenüber Aussenstehenden die belastende Situation. Erwachsene, die beruflich mit diesen Kindern in Kontakt sind, insbesondere in Schulen, können wichtige Unterstützung bieten.

Im Berufsalltag ist es nicht einfach, diese Situationen zu identifizieren. Einige Kinder ziehen durch ihr Verhalten Aufmerksamkeit auf sich, z. B. durch ungerechtfertigte Abwesenheiten, Vergessen von Hausaufgaben, mangelnde Hygiene, usw. Andere Kinder, insbesondere Mädchen, haben gelernt, nicht aufzufallen, indem sie sich anpassen oder sich zurückziehen.

### SCHUTZFAKTOREN

Kinder, die mit einem abhängigen Elternteil aufwachsen, sind häufiger verbaler, körperlicher und sexueller Gewalt ausgesetzt. und haben ein erhöhtes Risiko, selbst als Erwachsene eine Abhängigkeit zu entwickeln oder an psychischen Problemen zu leiden.

Gewisse Schutzfaktoren und Ressourcen können eine wichtige Rolle bei der Entwicklung dieser Kinder spielen: ein positives Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen, Fähigkeiten im Umgang mit Problemen und mit Schwierigkeiten, sowie die Entwicklung persönlicher Interessen.

Die Entwicklung einer stabilen Beziehung mit dem nicht konsumierenden Elternteil oder offen mit einem **vertrauenswürdigen Erwachsenen** sprechen zu können, sind wichtige Schutzfaktoren. Eine geregelte Tagesstruktur und wiederkehrende Rituale haben ebenfalls eine schützende Wirkung auf das Kind.

## WIE KANN MAN IM RAHMEN DER SCHULE HELFEN?

Fachpersonen, die im beruflichen Alltag mit diesen Kindern in Kontakt treten (Lehrpersonen, ErzieherInnen, SchulsozialarbeiterInnen usw.) haben oft eine Schlüsselrolle im Bezug darauf, gefährdete Kinder so schnell wie möglich zu erkennen, sie zu unterstützen und ihnen Hilfsangebote vorzuschlagen. Hier einige Ansätze:

- **Nicht die Augen verschliessen!**  
Wenn Sie eine Verhaltensänderung, schulische Schwierigkeiten oder Anzeichen von Leid feststellen, ist es wichtig, im Rahmen Ihrer Handlungsmöglichkeiten zu intervenieren. Auch wenn Sie nicht genau wissen, was die Auffälligkeiten verursacht hat.
- **Hören Sie zu.** Eine vertrauensvolle Beziehung zu einer erwachsenen Bezugsperson ausserhalb der Familie aufbauen zu können, ist für betroffene Kinder wichtig. Bieten Sie dem Kind wenn möglich einen geschützten Raum, wo es sich wohl fühlt und darüber sprechen kann, was es gerade durchmacht.
- Ermutigen Sie das Kind, Freundschaften zu schliessen und an Gruppenaktivitäten teilzunehmen und seine eigenen Interessen zu entwickeln. So können die psychosozialen Kompetenzen des Kindes (mit Schwierigkeiten umgehen, Kommunikation, etc.) gestärkt und Selbstvertrauen aufgebaut werden.
- Machen Sie die Kinder auf [www.mamatrinkt.ch](http://www.mamatrinkt.ch) | [www.papatrinkt.ch](http://www.papatrinkt.ch) und die Angebote der regionalen Suchtfachstellen in Ihrem Kanton (siehe [www.mamatrinkt.ch](http://www.mamatrinkt.ch)) aufmerksam.

Die interdisziplinäre Zusammenarbeit und Sensibilisierung verschiedener Berufsgruppen (Lehrpersonen, KinderärztInnen, SchulsozialarbeiterInnen) ist unerlässlich, um Kinder und Jugendliche aus suchtblasteten Familien zu erreichen und zu unterstützen.

Einem Kind mit einem abhängigen Elternteil zu helfen ist eine grosse Verantwortung. Wenn Sie mit der Situation nicht weiterkommen, oder unsicher sind, zögern Sie nicht, Hilfe und Rat von Suchtfachpersonen einzuholen (siehe untenstehende Ressourcen).

## RESSOURCEN UND INFORMATIONSMATERIAL

### Weitere Informationen zu diesem Thema

[www.kinder-von-suchtkranken-eltern.ch](http://www.kinder-von-suchtkranken-eltern.ch)

### Broschüren für Fachkräfte

« Leitfaden für Fachpersonen im Sozialbereich, in der medizinischen Versorgung, in Tagesstrukturen oder in Schulen »

« Kinder aus alkoholbelasteten Familien »

*Die Broschüren können kostenlos über den [shop.suchtschweiz.ch](http://shop.suchtschweiz.ch) heruntergeladen oder bestellt werden.*

### Internetseite für betroffene Kinder und Jugendliche

[www.mamatrinkt.ch](http://www.mamatrinkt.ch) | [www.papatrinkt.ch](http://www.papatrinkt.ch)

Sie brauchen weitere Informationen, kontaktieren Sie uns unter [prevention@suchtschweiz.ch](mailto:prevention@suchtschweiz.ch)