

# Das soll niemand wissen – Kinder aus suchtbelasteten Familien: wahrnehmen – verstehen - unterstützen

*...verlässlich  
...leidenschaftlich  
...wirkungsvoll*



Suchtberatungszentrum I

# DROBS

Jugend- und Drogenberatungsstelle  
Fachstelle für Suchtprävention  
Weidenstraße 6  
39114 Magdeburg  
[www.drobs-magdeburg.de](http://www.drobs-magdeburg.de)

## JEDES 5. KIND IST BETROFFEN

- schätzungsweise 6 Mio. erwachsene Kinder, die in einer suchtblasteten Familie aufwuchsen
- ca. 3 Mio. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren leben (zumindest vorübergehend) mit mindestens einem suchtblasteten Elternteil  
(Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung, 2020)
- ca. 40.000 - 60.000 mit drogenabhängigen Eltern
- Keine genauen Zahlen für stoffungebundene Süchte / Medikamentenabhängigkeit



## ABHÄNGIGKEIT NACH ICD-10

- Zwang (Craving)
- Kontrollverlust
- Entzugssyndrom
- Toleranzentwicklung
- Vernachlässigung anderer wichtiger Interessenbereiche
- Fortsetzung des Substanzgebrauchs trotz schädlicher Folgen

→ **gleichzeitiges Auftreten von mindestens drei Kriterien über längeren Zeitraum**

## UND SCHÄDLICHER GEBRAUCH (MISSBRAUCH)



Verpflichtungen  
vernachlässigt



Konsum in  
gefährlichen  
Situationen



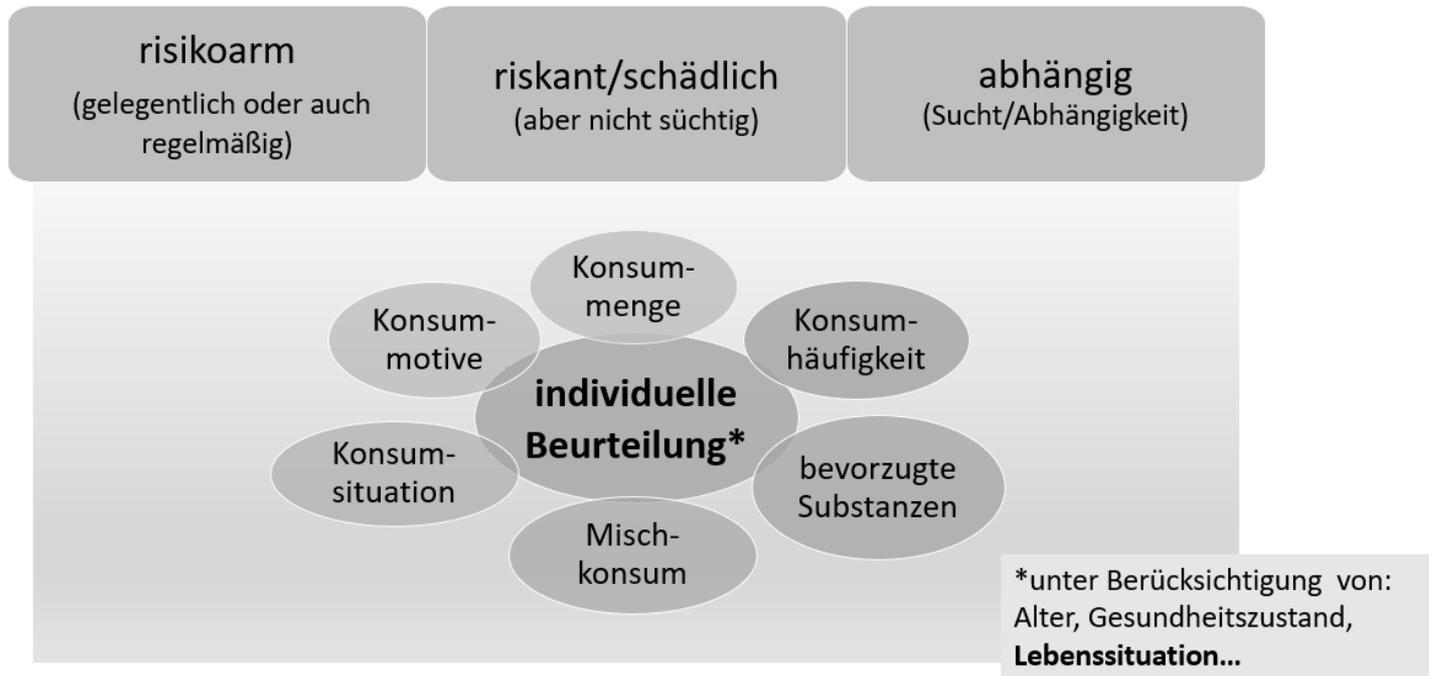
Rechtliche  
Probleme



Soziale /  
zwischenmenschliche  
Probleme

*...verlässlich  
...leidenschaftlich  
...wirkungsvoll*

## KONSUM ≠ KONSUM

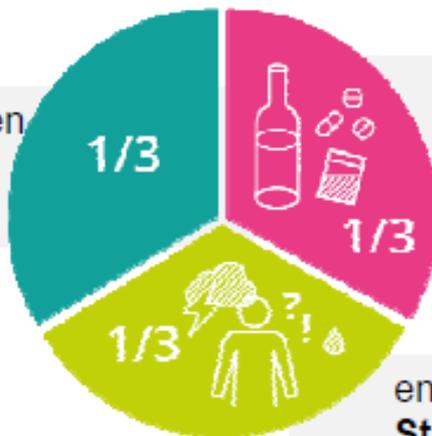


*...verlässlich  
...leidenschaftlich  
...wirkungsvoll*

## AUSWIRKUNGEN EINER ELTERLICHEN SUCHTERKRANKUNG

- 2/3, also rund 1,7 Mio. Kinder werden später selbst suchtkrank oder psychisch krank

entwickelt keine sichtbaren  
Störungen und **bleibt  
psychisch relativ stabil**

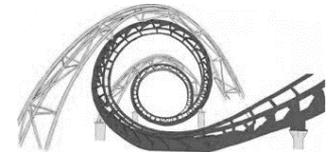


wird selbst **stofflich abhängig**  
→ **Größte bekannte Sucht-  
Risikogruppe**

entwickelt **psychische oder soziale  
Störungen**

## BELASTUNGSFAKTOREN FÜR KINDER BEI ELTERLICHEM KONSUM

- Fehlende Aufmerksamkeit für die Bedürfnisse der Kinder, fehlende emotionale Zuwendung
- widersprüchliches Elternverhalten: Unberechenbarkeit, Willkür  
aufmerksam/liebepoll/verwöhnend  $\leftrightarrow$  abweisend und strafend
- Stimmungsschwankungen, Streit, extreme Verhaltensweisen, Gewalt
- „Blitzableiter“ für Ärger und Aggression
- familiäre Grenzen sind verwischt: Parentifizierung
- „Familiengeheimnis Sucht“ – schambesetztes Tabu  
Folge: verschweigen, verleugnen, bagatellisieren, abschotten



## Das Gefühlsleben der Kinder

- Unsicherheit, Anspannung, Angst, Ständige „Hab-acht- Stellung“
- Zwiespalt: Wut, Scham, Ekel und gleichzeitig Sorge, Mitgefühl und Liebe
- Hoffnung vs. Enttäuschung
- Loyalitätskonflikte
- Überforderung
- Schuldgefühle
- Wertlosigkeit



- Geheimhalten / Leugnen der Problematik
- Unterdrücken von Gefühlen
- Mangel an „Urvertrauen“

## BINDUNG



„anstrengendere“ Babys  
weniger belastbare Eltern

## Suchtbelastung der Eltern

- Bindungserfahrungen der Eltern oft ebenfalls unsicher
- Mögliche unverarbeitete Traumatisierungen
- Wahrscheinlichkeit, (sexualisierte) Gewalt erfahren zu haben, ist erhöht
- Depression, Angststörungen, Persönlichkeitsstörungen möglich
- Mangelnde Aufmerksamkeit/Feingefühl
- Häufiger instabile Familienverhältnisse

## AUTONOMIE



## Problematiken bei Suchtbelastung

- Bei den Eltern: konsumbedingte Stimmungsveränderungen, negatives Selbstbild, schlechtes Gewissen, Schuldgefühle  
↓
- Elternverhalten: wechselhaft, unberechenbar, instabil, inkonsequent → wirkt Autonomiebestrebungen bzw. Emotionsäußerungen entgegen
- Oft weniger Geduld

## MÖGLICHE SIGNALE DER KINDER

- sehr distanziert oder distanzlos
- wenig Kontakte zu anderen Kindern, sozial isoliert
- sehr angespannt, unter Druck stehend
- unruhig und schreckhaft
- müde und unausgeschlafen
- völlig unausgeglichen und unzufrieden
  
- oder auch: völlig unauffällig, überangepasst, besonders reif und vernünftig für ihr Alter („kleine Erwachsene“)

## WAS BRAUCHEN DIE KINDER? – DIE BASIS

**Je jünger die Kinder, desto mehr unterstützende Kontrolle nötig!**

**Stabile Beziehung zu einer erwachsenen Vertrauensperson,  
die nicht im Elternhaus lebt**

→ Im Prinzip kann das jede\*r Erwachsene sein, der regelmäßig Kontakt zu dem Kind hat

### **ALLTAGSERFAHRUNGEN:**

- sich wahrgenommen, verstanden, angenommen fühlen
- Unterstützung des Kindes bei der Einordnung seiner Gefühle
- Entlastung und Ermutigung
- Unterstützung beim Ausprobieren neuer (korrigierender) Erfahrungen
- Die Eltern nicht verurteilen

→ Kind nicht in einen Loyalitätskonflikt bringen!



## Den Eltern die Hand reichen

- Achtung Minenfeld! → Scham, Angst vor Bloßstellung / Ablehnung
- Ausgangspunkt: **Fürsorge für das Kind** → Verbesserung seiner aktuellen Situation
- **Wichtige Grundhaltung: Auch (sucht)kranke Eltern lieben ihre Kinder und können gute Eltern sein!**
- Konsum und Elternkompetenz? → *Immer Beurteilung des Einzelfalls*

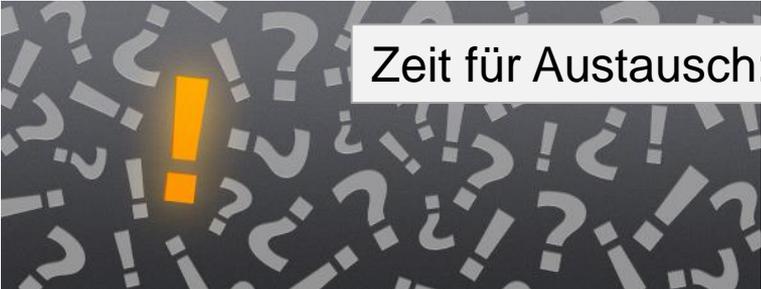
### ELTERNVERANTWORTUNG:

- Gewährleistung der Basisversorgung des Kindes
- Wahrnehmen und einschätzen der Situation und Bedürfnisse des Kindes – und ihnen Vorrang einräumen können!
- Aufbau und Gestaltung einer positiven Beziehung zum Kind
- Eigene problematische Emotionen dem Kind gegenüber zurückhalten können

*...verlässlich  
...leidenschaftlich  
...wirkungsvoll*

- Aushalten, dass Kinder in schwierigen Verhältnissen leben
- Akzeptieren, dass Umstände nicht ideal sind
- Grenzen der öffentlichen Jugendhilfe
- viele Situationen sind nicht so eindeutig, wie wir es gern hätten
- Handlungsunsicherheiten: Handlungsschema festschreiben
- Resilienz fördern
- Ansprechpartner sein bedeutet nicht, Problem abzunehmen oder stellvertretend lösen zu können
- Angebote machen, Brücken bauen → die tatsächliche Veränderung des Konsumverhaltens obliegt dem Betroffenen

*...verlässlich  
...leidenschaftlich  
...wirkungsvoll*



## Zeit für Austausch: Ihre Gedanken, Anregungen, Fragen

SBZ I  
DROBS – Jugend- und  
Drogenberatung  
Weidenstraße 6  
39114 Magdeburg  
[drobs-magdeburg@paritaet-lsa.de](mailto:drobs-magdeburg@paritaet-lsa.de)  
Tel. 0391 2527096