

Kinder / erwachsene Kinder von suchtkranken Eltern

1. Zahlen und Fakten

- 2,65 Mio. Kinder und Jugendliche unter 18 J.
- ca. 30.000 Kinder haben Eltern, die von illegalen Drogen abhängig sind
- jedes 300. Neugeborene = FAS
- 5-6 Mio. erw. Kinder suchtkranker Eltern haben psychische Beeinträchtigungen, Störungen
- mehr als 30 % der Ki. aus suchtblasteten Familien werden selbst suchtkrank

1. Zahlen und Fakten

- mehr als 50 % der Jugendalkoholiker (14 -21 J.) stammen aus einer suchtkranken Familie
- Männer mit abhängigem Vater entwickeln mehr als doppelt so häufig eine eigene Alkoholabhängigkeit

2. Sucht = schambesetzte Erkrankung

- darüber spricht man nicht
- Verrat
- Schein wahren ; Schweigen

3. Sucht = Systemerkrankung

erfasst alle Beteiligten des Systems

System: **Familie**

Vater – Mutter – **Kind(er)**

Kind = schwächste Familienmitglied

- Kind fällt mehr und mehr aus dem System = keine Zeit, keine Zuwendung, keine Aufmerksamkeit ...
- Kind bemüht sich selbst um Aufmerksamkeit, d.h. nimmt bestimmte **Rolle** im System ein
- Kind befindet sich wiederholt, ständig in Krisensituationen : **Angst**
Isolation, Einsamkeit
Schuld

4. Regeln des suchtkranken Systems

1. Rede nicht !

2. Traue nicht !

3. Fühle nicht !

5. Botschaften an die Kinder

- Tröste mich !
- Unterhalte mich / uns !
- Mach Du uns nicht auch noch Kummer !
- Leiste etwas, damit ich / wir stolz auf Dich sein können !

6. Rollen

1. Familienheld oder die/der Verantwortungsbewusste

= überwiegend das älteste Kind oder Einzelkind

Verhalten:

- arbeitet hart, um Anerkennung zu erhalten
- überverantwortlich
- organisiert
- fürsorglich

Folgen:

- stark von Lob und Anerkennung abhängig
- hoher Anspruch an sich selbst
- Ängste, Schuldgefühle
- müssen sich immer selbst kümmern, können sich auf niemanden verlassen
- innerlich einsam
- Schwierigkeiten mit engen Beziehungen
- können kaum entspannen, Spass haben – keine Leichtigkeit

Folgen:

- Perfektionismus
- Helfender Beruf , Arbeitssucht

2. Schwarze Schaf

= meist das 2. oder mittlere Kind der Familie

- verinnerlicht das Chaos der Familie
- lenkt vom eigentlichen Problem ab

Verhalten:

- Einnässen
- Schulprobleme
- Kriminelle Handlungen

Chance: Familiengeheimnis zu lüften

3. Das „verlorene“, stille oder vergessene Kind

= meist das 3.geborene oder mittlere Kind

- unauffällig, problemlos, genügsam, pflegeleicht
- passt sich an ; Abwehrverhalten = apathisch
- Einzelgängerische Aktivitäten: Lesen, Tagträumen
- „Tarnkappe“

3. Das „verlorene“, stille oder vergessene Kind

Grundgefühle :

- Minderwertigkeit
- Verlassenheit
- Einsamkeit
- Hoffnungslosigkeit

3. Das „verlorene“, stille oder vergessene Kind

Folgen :

- Selbstwertprobleme
- innere Leere
- Allergien, Asthma, Bettnässen, Unfälle

4. Der Clown / Das Maskottchen

= meist das jüngste Kind

- bringt zum Lachen ; aufgesetzte Heiterkeit

Gefühl :

- allein , hilflos, Angst

4. Der Clown / Das Maskottchen

Folgen :

- kann emotional nicht erwachsen werden
- gelernte Strategien: Ablenkung, Vermeidung
- Häufig hyperaktiv

Kinder suchtkranker Eltern

- werden in der Schule häufiger durch mangelnde Leistungen und unangemessenes Verhalten auffällig
- erzielen geringere Leistungen im IQ-Test und beim sprachlichen Ausdrucksvermögen
- zeigen vermehrt Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsstörungen und häufiger eine Störung des Sozialverhaltens

Kinder suchtkranker Eltern

- zeigen mehr Ängste und depressive Symptome
- sind öfter sexuellem Missbrauch ausgesetzt
- neigen eher zu somatischen und psychosomatischen Störungen
- vermehrte Essstörungen
- Beziehungsstörungen

**Belastungen aus der Kindheit wirken oft erst im
Erwachsenenalter**

zwischen 20 und 30 Jahren

als psychische Spätfolgen

Was hilft :

Einsicht
Unabhängigkeit
Beziehungsfähigkeit
Initiative
Kreativität
Humor
Moral