



«Wenn Mama getrunken hat, wird sie böse»

Kinder von suchtkranken Eltern

Kinder von suchtkranken Eltern leiden. Aus Angst, Scham und Loyalität den Eltern gegenüber vertrauen sie sich jedoch kaum anderen Personen an. Dabei brauchen gerade sie viel Unterstützung, um sich trotzdem gesund entwickeln zu können. In Zusammenarbeit mit Sucht Schweiz macht das PZM mit der Ausstellung «Sicht auf Sucht» auf die Not dieser Kinder aufmerksam und zeigt, wie Sie helfen können.



In der Ecke des Raumes steht ein ungemachtes Kinderbett, Kleider und Spielzeuge liegen verstreut auf dem Boden. Daneben flimmert ein Fernseher, auf dem Boden liegen Glasflaschen: Wein, Bier und Schnaps. Was in der Ausstellung «Sicht auf Sucht» als Sinnbild für die Suchtproblematik in der Familie steht, ist für über 100'000 Kinder in der Schweiz Realität: Alkohol- und drogenabhängige Eltern, die sich selbst und ihre Sucht vor die Wünsche und Bedürfnisse ihrer Kinder stellen.

Das stumme Leiden der Kinder

Sucht betrifft niemals nur die Süchtigen selbst. Leidtragende sind auch die Angehörigen – insbesondere dann, wenn es sich dabei um Kinder handelt. Dieses Leiden bleibt oft still und unbemerkt. Suchterkrankungen sind auch heute noch stark stigmatisiert und tabuisiert. Eltern wagen in der Regel nicht, sich Hilfe zu holen; die Scham und die Angst, das Sorgerecht zu verlieren, sind zu gross. Hinzu kommt, dass sich Kinder häufig für die Sucht ihrer Eltern schämen und über die schwierigen Umstände zuhause schweigen. Im Rahmen der Nationalen Aktionswoche für Kinder von suchtkranken Eltern, die jedes Jahr im März stattfindet, gibt das PZM in Zusammenarbeit mit Sucht Schweiz diesen Kindern eine Stimme und macht auf ihr Leiden aufmerksam. Betroffene sollen dazu ermutigt werden, sich Hilfe zu holen; Aussenstehende dazu, aktiv zu werden statt wegzuschauen.

Komplexe Familienerkrankung

Das Leid, das durch die Sucht in der Familie entsteht, ist komplex und beschränkt sich nicht ausschliesslich auf den Konsum. Der Suchtmittelkonsum ist häufig nur vordergründig das Problem: «Kinder leiden vor allem an der familiären Atmosphäre, die durch Instabilität und Unsicherheit geprägt ist», erklärt Fachexperte Dr. med. Ingo Butzke, Chefarzt der Klinik für Psychose und Abhängigkeit am PZM. «Das Verhalten der süchtigen Person ist unberechenbar: Man lebt mit einem Menschen zusammen, den man gleichermassen liebt und fürchtet.» Die Ausstellung «Sicht auf Sucht» veranschaulicht diese komplexe Situation mit der fiktiven Geschichte von Familie K.: Durch den Heroinkonsum ist Mutter Anna nicht in der Lage, für ihre Kinder zu sorgen. Verantwortung übernimmt der ältere Bruder Luca. Um dem Druck zu entfliehen, raucht, trinkt und kifft er seit er zwölf ist. Der Drogenkonsum der Mutter führt zudem immer wieder zu Auseinandersetzungen mit ihrem Mann. Dies bekommt die achtjährige Tochter Mia mit, die nicht versteht, warum es immer wieder laut wird und warum ihre Mutter nicht immer für sie da sein kann. Die Geschichte zeigt: Abhängigkeit in der Familie betrifft alle und ist kein persönliches Problem. Für Kinder bedeutet eine solche Familiensituation häufig, dass sie ihre ganze Aufmerksamkeit auf das Verhalten der Eltern richten und ihre eigenen Bedürfnisse hintenanstellen.



Suchtkranke Eltern sind häufig mit sich selbst beschäftigt. Kinderzeichnung ausgestellt in „Sicht auf Sucht“.

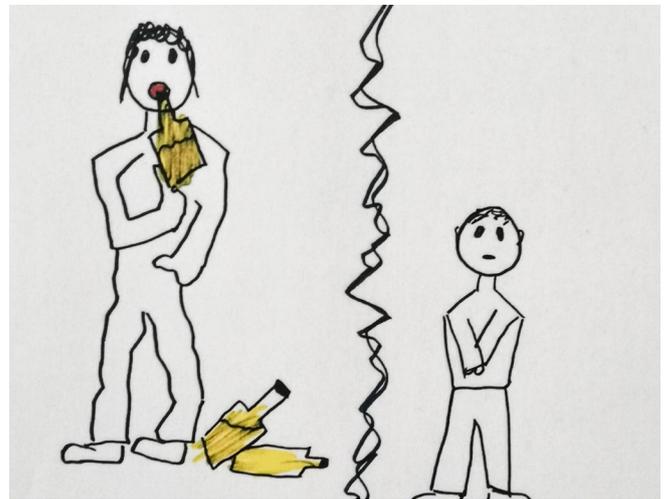


Sucht der Eltern als lebenslanger Begleiter

Die Folgen einer von Sucht geprägten Kindheit zeigen sich oftmals ein Leben lang. Ein Drittel der betroffenen Kinder leidet im Verlaufe des Lebens an Angsterkrankungen, Bindungsstörungen, Depressivität, Hyperaktivität, Posttraumatischen Belastungsstörungen oder Selbstwertstörungen. Zudem sind Kinder suchterkrankter Eltern einem durchschnittlich sechs Mal höheren Risiko ausgesetzt, später selbst eine Sucht zu entwickeln, sagt Dr. med. Ingo Butzke. Dieses Schicksal erlitt auch Michael Sutter, Sohn alkoholkranker Eltern und Verfasser eines Betroffenenberichts, der im Rahmen der Nationalen Aktionswoche publiziert wurde: «Im Alkohol fand ich Entlastung von der latenten Todesangst. Die innere Anspannung war vorübergehend unter Kontrolle zu kriegen. Später kamen Drogen dazu, irgendwann intravenöser Konsum, um mich immer mehr von mir selber zu entfremden und die Traumata Traumata sein zu lassen.» Mittlerweile konnte sich Michael aus dem Teufelskreis befreien und ist clean. Doch für viele Betroffene endet ihre Geschichte so, wie sie begonnen hat: mit der Sucht.

Hinschauen statt wegschauen

Liest man sich in der Ausstellung durch die Betroffenenberichte, fällt vor allem eins auf: Hilfe fehlte überall. Fast alle Betroffenen geben an, dass sie sich mehr Unterstützung gewünscht hätten, sei dies von Verwandten, Nachbar:innen oder Behörden. So auch Barbara (45): «Das Problem wurde einfach totgeschwiegen in unserer Familie. Niemand nahm wahr, dass ich in Not bin. Das war für mich das Schwierigste, allein gelassen zu werden, keine Unterstützung zu bekommen». Aus diesem Grund betont Sucht Schweiz (vgl. Kasten): «Es ist immer besser, einmal zu oft zu handeln als einmal zu wenig.»



Die Sucht schafft Mauern zwischen Eltern und ihren Kindern. Kinderzeichnung ausgestellt in „Sicht auf Sucht“.

So können Sie helfen

Haben Sie das Gefühl, dass eine Familie in Ihrem Umfeld mit Suchtproblemen zu kämpfen hat? Schauen Sie hin! Es gibt viele Möglichkeiten, dem Kind und den Eltern zu helfen.

Suchen Sie das Gespräch mit den Eltern

Suchterkrankungen sind immer noch ein Tabuthema – insbesondere dann, wenn Kinder involviert sind. Vermeiden Sie es deshalb, die Eltern direkt auf die Thematik anzusprechen, und schildern Sie Ihre Beobachtungen und Sorgen aus neutraler Perspektive.



Suchen Sie das Gespräch mit dem Kind

Viele Kinder schämen sich für die Sucht ihrer Eltern und vermeiden es, über die Probleme zuhause zu sprechen. Sie können dem Kind gegenüber wertfrei Ihre Beobachtungen schildern und vorsichtig nachfragen, wie es daheim läuft. Es kann auch schon reichen, dem Kind klar zu machen, dass es sich bei Ihnen melden kann, wenn etwas sein sollte.

Bieten Sie dem Kind eine sichere Umgebung

Eine regelmässige Auszeit aus dem Familienalltag kann für das Kind eine grosse Entlastung darstellen. Nach Absprache mit den Eltern können Sie dem Kind eine sichere Umgebung bieten, mit ihm Zeit verbringen und Ansprechperson für seine Sorgen sein. Wichtig ist hier, dass Sie Ihre eigenen Bedürfnisse und Grenzen achten und sich, wenn nötig, Unterstützung holen.

Wenden Sie sich an eine Fachperson

Je nachdem, wie nahe sie dem Kind und der Familie stehen, kann ein persönliches Gespräch schwierig sein. Hier kann es sinnvoll sein, eine Fachperson zu kontaktieren, die mit der Familie in Kontakt steht – zum Beispiel eine Lehrperson oder Fachperson der Angehörigenberatung.

Wenden Sie sich an eine Suchtberatungsstelle

Wenn Sie nicht wissen, wie Sie auf die Situation reagieren sollen, können Sie sich jederzeit an eine Suchtberatungsstelle wenden und sich Unterstützung holen. Das PZM bietet hier mit der Beratungsstelle für Angehörige ein niederschwelliges Angebot.

Kontaktieren Sie die Kinderschutzhilfe

Bei sehr schwierigen Familiensituationen kann eine Gefährdungsmeldung an die Kinderschutzhilfe unumgänglich sein. Eine Gefährdungsmeldung bedeutet lediglich, dass die Behörden auf die Problematik aufmerksam gemacht werden und eingreifen können; dass Kinder von ihren Eltern getrennt werden passiert nur in seltenen Fällen.

Mehr dazu erfahren Sie in der neuen [Broschüre von Sucht Schweiz](#).

Beratungsstelle für Angehörige

Sind Sie selbst betroffen und wissen nicht mehr weiter?

Unserer Mitarbeitenden der Beratungsstelle für Angehörige sind **für Sie da.**

Beratungstelefon **031 720 83 70**

Montag, Mittwoch, Donnerstag:
10 – 12 Uhr

Dienstag:
10 – 12 Uhr und 14 – 16 Uhr

Individuelle Beratungsgespräche sind auch ausserhalb der offiziellen Beratungszeiten möglich.

mehr dazu >

