



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

bls

Brandenburgische
Landesstelle für
Suchtfragen e. V.



LAND
BRANDENBURG

Ministerium für Soziales,
Gesundheit, Integration
und Verbraucherschutz

Kinder aus suchtbelasteten

Familien

Basisinformationen





Kinder aus suchtbelasteten Familien

Basisinformationen

In Deutschland leben geschätzt 6,6 Mio. Kinder in Haushalten, in denen zu viel Alkohol getrunken wird (abhängiger + riskanter Konsum).¹

Hiervon sind ca. 3 Mio. Kinder suchtkranker Eltern (COA = **C**hildren **o**f **A**ddicts). Davon leben...

- 2,65 Mio. mit alkoholkranken Eltern.
- 40.000 - 60.000 mit drogenabhängigen Eltern.²
- zwischen 37.500 und 150.000 mit glücksspielsüchtigen Eltern.³

Ca. jedes sechste Kind ist von Sucht in der Familie betroffen.

Die Zahl der Kinder von Eltern mit einer stoffungebundenen Sucht lässt sich nicht beziffern.

1 Robert-Koch-Institut: Abschlussbericht: Entwicklung von bundesweit aussagekräftigen Kennziffern zu alkoholbelasteten Familien

2 Klein, Michael: Kinder suchtkranker Eltern - Fakten, Risiken, Lösungen. In: Familiengeheimnisse - wenn Eltern suchtkrank sind und die Kinder leiden

3 Drogen- und Suchtbericht der Bundesregierung 2017



Kinder aus suchtbelasteten Familien

Basisinformationen

- Kinder suchtkranker Eltern haben ein bis zu sechsfach erhöhtes Risiko, im weiteren Lebensverlauf selber stofflich süchtig zu werden. ⁴
- Sie tragen eine Reihe anderer Gesundheitsrisiken und sind z.B. Hochrisikogruppe für psychische Erkrankungen und soziale Störungen.
- Ca. 6 Mio. Erwachsene waren in ihrer Kindheit von Sucht im Elternhaus betroffen.
- Es muss vermutet werden, dass mehr als 10 Prozent der deutschen Bevölkerung von Sucht in der Familie betroffen waren oder aktuell betroffen sind.



Kinder aus suchtbelasteten Familien

Basisinformationen

- Ca. ein Drittel der Kinder geht aus ihrer belasteten Kindheit relativ gesund hervor. Diese Kinder nennt man resilient.
- Resilienz ist die Fähigkeit, sich trotz widriger Umstände gesund zu entwickeln.
- Resilienz ist in weiten Teilen ein Lernprozess. Es gibt Faktoren, die die Entwicklung von Resilienz bei Kindern fördern.



Kinder aus suchtbelasteten Familien

Basisinformationen

Die beiden wichtigsten Faktoren sind:

- **Beziehung** zu anderen erwachsenen Menschen außerhalb des Suchtsystems ist der wichtigste Faktor. Eine liebevolle Großmutter, ein verständnisvoller Lehrer oder eine unterstützende Erzieherin kann dem Kind korrigierende und heilsame Beziehungserfahrungen ermöglichen.
- **Einsicht** ermöglicht dem Kind, seine Lebenssituation zu verstehen. Zu wissen, dass Sucht eine Krankheit ist, entlastet das Kind von Schuldgefühlen.



Kinder aus suchtbelasteten Familien

Basisinformationen

Entlastende Botschaften, die die Einsicht beim Kind fördern und es bei der Resilienzentwicklung unterstützen, lauten:

- Sucht ist eine Krankheit.
- Du hast sie nicht verursacht.
- Du kannst sie nicht heilen.
- Du kannst sie nicht kontrollieren.
- Du kannst für dich selber sorgen indem du über deine Gefühle mit Erwachsenen sprichst, denen du vertraust.
- Du kannst gesunde Entscheidungen treffen - für dich.
- Du kannst stolz auf dich sein und dich selber lieb haben. ⁷



Kinder aus suchtbelasteten Familien

Basisinformationen

Weitere wichtige Hilfen für Kinder aus suchtbelasteten Familien sind:

- ein Kindergarten oder eine Schule, die sie als sicheren Ort erleben.
- Lehrer/innen und Erzieher/innen, die in der Lage sind, diese Kinder zu erkennen, zu verstehen und zu unterstützen.
- Gelegenheiten, sich selber auszuprobieren und die eigenen Fähigkeiten zum Strahlen zu bringen: Musik, Kunst, Sport, Freizeitangebote mit Gleichaltrigen.
- Menschen, die ihnen helfen, sich und ihre oft verwirrten Gefühle besser zu verstehen. Oft lieben und hassen Kinder ihre suchtkranken Eltern zur gleichen Zeit. Es ist wichtig ihnen zu erklären, dass diese Gefühle in Ordnung sind.



Kinder aus suchtbelasteten Familien

Basisinformationen

weiterführende Links



<https://www.blsev.de/fachbereich/vulnerable-zielgruppen.html>



<https://nacoa.de/>



<https://w-kis.de/>



<https://www.eltern-sucht.de/>