

Kinder aus suchtbelasteten Familien – ein Thema der Suchtprävention Bezirk Bülach

Alkohol-, Drogen und andere Suchtbelastungen von Eltern beeinflussen das Familienleben. Sie wirken sich auf das Wohlbefinden und die Entwicklung von Kindern aus. Aufgrund der daraus entstehenden angespannten familiären Situation, können Kinder z.B. im Betreuungsalltag, in der Schule oder anderen Lebensbereichen Auffälligkeiten zeigen.

Deshalb ist es wichtig, dass Bezugspersonen, frühzeitig solche Veränderungen wahrnehmen und Anzeichen einer Beeinträchtigung der psychosozialen Entwicklung erkennen und wissen, wie sie in einer solchen Situation reagieren können, ohne dem betroffenen Kind zu schaden.

In der Schweiz wachsen schätzungsweise **100'000 Kinder** mit einem alkoholkranken Elternteil auf. Hinzukommen diejenigen Kinder, deren Eltern an einem anderen Substanzkonsum, wie z.B. Medikamente, oder einer Verhaltenssucht, wie z.B. Spielsucht, leiden. Es ist davon auszugehen, dass praktisch in jeder Schulklasse, jedem Hort, jeder KiTa eines der betreuten Kinder betroffen ist.

Verschiedene Studien zeigen, dass Kinder aus alkoholbelasteten Familien ein bis zu sechs mal höheres Risiko haben, selbst in eine Abhängigkeit zu geraten oder andere psychische Erkrankungen zu entwickeln.

Etwa ein Drittel der Kinder aus einer suchtbelasteten Familie wird im Erwachsenenalter stofflich abhängig, ein Drittel entwickelt psychische oder soziale Störungen und lediglich ein Drittel kommt „scheinbar“ ohne sichtbaren Schädigungen davon. Doch viele kämpfen im Verlaufe ihres Lebens mit Depressionen, Ängsten, psychosomatischen Störungen und nicht-stofflichen Abhängigkeiten. Zudem haben Kinder suchtkranker Eltern eine starke Neigung wieder eine/n süchtige/n Partner/in zu suchen.

Früherkennung

Kinder aus suchtbelasteten Familien frühzeitig zu erkennen ist bereits Prävention. Fachpersonen aus dem sozialen, pädagogischen oder medizinischen Umfeld können in ihrer beruflichen Rolle eine wichtige Aufgabe übernehmen. Erhalten die betroffenen Kinder so früh als möglich die nötige Unterstützung, können sie Schutzfaktoren aufbauen, Risikofaktoren abbauen und damit möglichst unbeschadet mit der schwierigen Situation umgehen und sich trotzdem gut entwickeln – dann sprechen wir von Resilienz.

Kinder stärken – Resilienz fördern

Wie können Kinder gestärkt werden? Aus der Resilienzforschung lassen sich Faktoren ableiten, die Kindern dabei helfen, besser mit ihrer familiären Situation zurechtzukommen:

- Verlässliche, tragfähige Beziehungen zu Erwachsenen - auch ausserhalb der Familie.
- Verstehen der elterlichen Sucht als Krankheit und der eigenen Schuldlosigkeit daran.
- Das Wissen und Gefühl, mit diesem Problem nicht allein zu sein.
- Eigene Interessen und Bedürfnisse wahrnehmen und umsetzen.

Es ist nachgewiesen, dass Schutzfaktoren wie ein positives Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen, eine positive Lebenseinstellung, Humor, enge Beziehungen zu Bezugspersonen und das Wissen, wer in akuten Situationen helfen kann, entlastend wirken. Kindertagesstätten und andere Institutionen können Kinder stabilisieren und unterstützen:

- Die Kinder bewegen sich in einem geschützten Rahmen.
- Sie sind in eine Tagesstruktur und eine Gruppe mit Gleichaltrigen eingebunden.
- Sie können sich auf Kontinuität und klare Regeln verlassen.
- Sie erleben andere Werte.
- Sie erleben verlässliche Erziehende. Sie werden ermutigt und gefördert.
- Sie finden Freunde.

- Sie erleben Spiel und Spass.

Angebote der Suchtprävention Bezirk Bülach

Die Suchtprävention ist im Aktionsfeld der Minderung von Risiko- und Belastungsfaktoren und der Stärkung von Schutzfaktoren tätig. Die Stärkung von Schutzfaktoren beginnt beim Kleinkind und sollte über alle Altersstufen hinweg aufrecht erhalten bleiben.

Ein Anliegen der Suchtprävention ist es, Personen im Umfeld von Kindern aus suchtbelasteten Familien zu stärken, zu informieren, zu beraten, wenn sie sich aufgrund ihrer Beobachtungen Sorgen um die Kinder machen. Hinschauen und nicht wegschauen ist ein erster wichtiger Schritt zur Enttabuisierung.

Wir geben Fachpersonen, Lehrpersonen, Schulleitungen, Schulsozialarbeitenden etc. aus dem Unterland Hinweise zu Schulungen und Weiterbildungen zum Thema weiter.

Wir bieten Mitarbeit in Veranstaltungen zur Sensibilisierung, um die Hintergründe von Suchtentwicklungen verständlich zu machen, mit einer akzeptierenden und nicht moralisierenden Haltung.

Wir bieten Kurzberatungen für Menschen, die ihren Konsum überdenken möchten.

Wir bieten Eltern mit/oder ohne Jugendlichen, welche sich Sorgen machen, 1–3 Gespräche an, jedoch keine Therapien oder längerdauernde Begleitungen.

Wir bieten Triage oder vermitteln Wissen und Kontakte.

Wir kennen Hilfsangebote im Kanton Zürich. Weitere Informationen finden Sie unter:

www.praevention-fabb.ch

www.suchtschweiz.ch oder Tel 021 321 29 39

Beratungsstellen und Internetseiten für Kinder und Jugendliche

Tel 0800 55 42 10 / SMS 079 257 60 89 - **Sorgentelefon für Kinder**
24-Stunden-Betrieb, auch anonym möglich

isw@win.ch, Zebra – **Therapieangebot für Kinder**

Integrierte Suchthilfe Winterthur ISW, Technikumstrasse 1, 8402 Winterthur,
Tel 052 267 59 59

info@fabb.ch, **Tukan - Therapieangebot für Kinder und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien**

Fachstelle für Abhängigkeitserkrankungen Bezirk Bülach, Bahnhofstrasse 6, 8302 Kloten, Tel 044 804 11 66

www.mamatrinkt.ch

www.papatrinkt.ch

www.iks-ies.ch

www.kopfhoch.ch

Beratungsstellen und Internetseiten für Erwachsene

www.fabb.ch, **Beratung für Eltern und Erwachsene Bezirk Bülach**

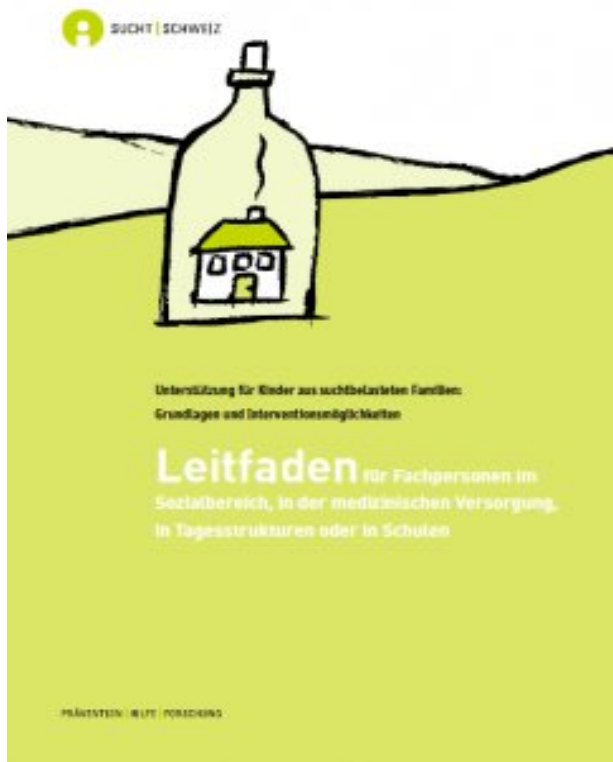
Fachstelle für Abhängigkeitserkrankungen Bezirk Bülach, Bahnhofstrasse 6, 8302 Kloten,
Tel 044 804 11 66

info@sdbd.ch, **Beratung für Eltern und Erwachsenen Bezirk Dielsdorf** Zweckverband Sozialdienste Bezirk Dielsdorf, Geerenstrasse 6, 8157 Dielsdorf,
Tel 043 422 20 50

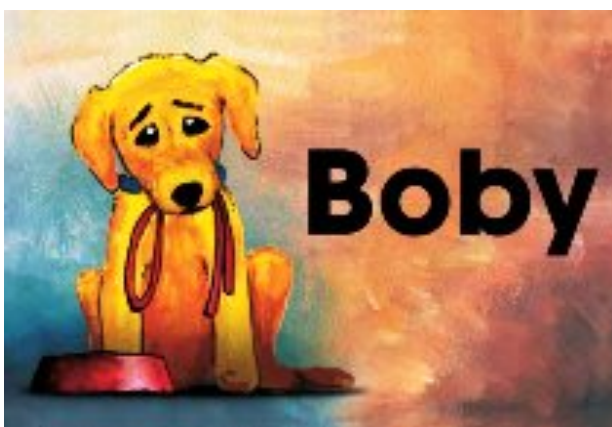
beratung@bkzh.ch, **Kostenlose Beratung bei Problemen mit Alkohol in der Familie**

Blaues Kreuz Kanton Zürich - Beratungsstelle für Alkoholprobleme in Zürich, Zwingliplatz 1, 8001 Zürich, Tel 044 262 27 27

Spezifische Publikationen www.suchtschweiz.ch



Der neu überarbeitete **Leitfaden für Fachpersonen** aus dem Bildungs-, Sozial- und Gesundheitswesen vermittelt Informationen zur Situation der betroffenen Kinder/Jugendlichen und gibt Hinweise, wie und wann jemand im Umfeld dieser Kinder reagieren kann oder soll. Rechtliche Fragen im Zusammenhang mit dem Kindeswohl und auch Grenzen der eigenen Berufsrolle sind wichtige Aspekte, welche thematisiert werden.



"Boby, der Hund": Das Bilderbuch für 5- bis 8-jährige Kinder zeigt ihnen, dass sie mit ihren Problemen nicht alleine sind und Hilfe möglich ist. Es wird von Erziehenden eingesetzt und ermöglicht den Kindern, Distanz zu ihrem Erleben zu gewinnen und sich darüber auszudrücken. [Hier bestellen.](#)