



ALKOHOL?

Kenn dein Limit.

Hilfe für Kinder aus alkoholbelasteten Familien

**Informationen für Fachkräfte,
ehrenamtlich Tätige
und allgemein Interessierte**



**Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit**

> **Wie viele Kinder sind betroffen?**

In Deutschland leben schätzungsweise eine Million Kinder und Jugendliche in Familien, in denen mindestens ein Elternteil alkoholabhängig ist. Sie leben in einer emotional unsicheren familiären Situation, die durch geringe Verlässlichkeit und häufige Konflikte, bis hin zu Missbrauch und körperlicher Gewalt, geprägt ist. Diese Belastungen können die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen stark beeinträchtigen. Sie haben ein erhöhtes Risiko, selbst eine Alkoholabhängigkeit oder eine andere psychische Erkrankung zu entwickeln.

Kinder, die in alkoholbelasteten Familien aufwachsen, müssen mit inneren Konflikten umgehen. Hinter der Auseinandersetzung mit der elterlichen Abhängigkeit treten ihre eigenen Bedürfnisse oft zurück. Sie schwanken zwischen der Loyalität zu ihren Eltern und dem Gefühl, sich jemandem anvertrauen zu wollen. Meist bleiben sie jedoch mit ihren Sorgen allein. Hinzu kommt, dass viele Kinder ihre Situation zuhause als durchaus normal erleben, weil sie es nicht anders kennen. Deswegen ist Hilfe von außen für sie besonders wichtig.



> Was können Sie tun?

Wenn Sie vermuten oder sicher sind, dass ein Kind in einer Familie mit problematischem Alkoholkonsum lebt, sollten Sie zügig handeln. Lassen Sie nicht zu viel Zeit verstreichen, bis Sie etwas unternehmen. Ihre eigene Unsicherheit oder die Sorge, etwas Falsches zu tun, sollten nicht dazu führen, tatenlos zu bleiben.

> Ein Gespräch mit einem betroffenen Kind oder Jugendlichen führen

In der Regel verhalten sich Kinder ihren Eltern gegenüber loyal, auch wenn es zu Hause Probleme gibt oder die Eltern sie vernachlässigen. Deswegen ist es wichtig, eine vertrauensvolle Beziehung zu den Kindern aufzubauen. Vermeiden Sie daher eine direkte Konfrontation oder ein „Verhör“, in dem das Kind seine Eltern bloßstellen soll – es ist wichtiger, dem Kind zu zeigen, dass Sie eine Person sind, dem es sich anvertrauen kann, ohne negative Konsequenzen zu befürchten. Versuchen Sie dem Kind klar zu machen, dass es keine Schuld am Verhalten seiner Eltern trägt und es richtig ist, Hilfe zu suchen.

> Ein Gespräch mit den Eltern führen

Ein Gespräch mit den Eltern ist wichtig und kann dazu beitragen, dass sie sich erstmalig Gedanken über ihren



Alkoholkonsum machen und eine Veränderung anstreben. Dies erfordert eine sensible Vorgehensweise, denn nicht selten reagieren Eltern abwehrend, weil sie sich schämen oder ertappt fühlen.

Ihr Gesprächsziel sollte sein, die Basis für eine gute Zusammenarbeit mit den Eltern zu schaffen, um die Situation des betroffenen Kindes zu verbessern. Bleiben Sie daher sachlich und teilen Sie den Eltern mit, welche Beobachtungen Sie in der letzten Zeit bei ihrem Kind erlebt haben. Vermeiden Sie Schuldzuweisungen und Vermutungen. Schaffen Sie eine freundliche und angenehme Atmosphäre und halten Sie Adressen von Hilfsangeboten griffbereit, die Sie den Eltern geben können.

Wenn Sie den Eindruck haben, dass das Wohl des Kindes gefährdet ist, müssen Sie handeln. Sie können sich dann an Beratungsstellen öffentlicher und gemeinnütziger Träger der Kinder- und Jugendhilfe (z. B. beim Jugendamt, aber auch bei Erziehungs- und Beratungsstellen) wenden, um eine mögliche Kindeswohlgefährdung abzuklären. Sie haben dort Anspruch auf eine Beratung durch eine insoweit erfahrene Fachkraft (§ 8b SGB VIII).



KINDER
TATEN

> Hier erhalten Sie Unterstützung

Die Webseite von NACOA Deutschland – Interessenvertretung für Kinder aus Suchtfamilien e.V. richtet sich an Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie betroffene Kinder: **www.nacoa.de**

Das Wissensnetzwerk „Kinder in suchtblasteten Familien“ versteht sich als Service- und Unterstützungsangebot für alle, die mit Kindern in suchtblasteten Familien arbeiten: **w-kis.de**

Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) hat in Kooperation mit der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e. V. Publikationen entwickelt, die Anregungen zur kindgerechten Ansprache sowie Hinweise für das Gespräch mit den Eltern geben.

Die Broschüre **„Mia, Mats und Moritz“** richtet sich an Bezugspersonen von betroffenen Kindern im Vorschulalter, die Broschüre **„Luis und Alina“** an Kinder zwischen zehn und 15 Jahren. Zu beiden Publikationen stehen Begleithefte für Fachkräfte zur Verfügung.

Für Fachkräfte werden zudem zwei ausführliche Arbeitshilfen zu **„Suchtproblemen in der Familie“** und zum Thema **„Erwachsenwerden in Familien Suchtkranker“** angeboten.

Der Flyer **„Ich finde meinen Weg“** spricht Jugendliche und junge Erwachsene mit einem suchtkranken Familienmitglied direkt an.

Alle Publikationen können Sie kostenlos bestellen (siehe Rückseite dieses Faltblatts).



> Weitere Informationen

Fachkräfte finden auf der Website von „Alkohol? Kenn dein Limit.“ alle genannten Materialien und weiterführende Informationen: **www.kenn-dein-limit.de/kaf**

Über Frühe Hilfen informiert das Nationale Zentrum Frühe Hilfen (NZFH): **www.fruehehilfen.de**

Eltern finden Anlaufstellen der Frühen Hilfen in ihrer Nähe unter: **www.elternsein.info/suche-fruehe-hilfen**

Das **BIÖG-Infotelefon zur Suchtvorbeugung** steht Ihnen für ein persönliches Beratungsgespräch zur Verfügung und kann Ihnen weitere Hilfeinrichtungen nennen.

Telefon: **0221 89 20 31** Mo.–Do. 10 bis 22 Uhr
Fr.–So. 10 bis 18 Uhr

Preis entsprechend der Preisliste Ihres Telefonanbieters für Gespräche in das Kölner Ortsnetz.

Impressum:

Herausgegeben vom Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), Köln, in Kooperation mit dem Verband der privaten Krankenversicherung e.V. (PKV), im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit. Alle Rechte vorbehalten.

Bilder: iStock © patpitchaya, PeopleImages, igor_kell, Imgorthand



Dieses Falblatt wird vom BIÖG kostenlos abgegeben. Es ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.



Artikel-Nr.: 32042007

Druck: Warlich Druck Meckenheim GmbH
Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim
umweltbewusst produziert

Auflage: 4.10.08.25



Bundesinstitut
für Öffentliche
Gesundheit