



»» WENN ELTERN ZU VIEL TRINKEN, GIBT ES HILFE FÜR JUGENDLICHE

Die Situation ist besonders für Kinder und Jugendliche schwierig

Alkoholprobleme von Eltern sind sehr schwer für die ganze Familie. Denn für Abhängige steht Alkohol im Mittelpunkt ihres Lebens. Die Sucht drängt sich so sehr in den Vordergrund, dass die Familie und geliebte Menschen gleichzeitig ins Hintertreffen geraten.

Das kann für Kinder heißen, dass manches ausfällt, was sie sonst mit ihren Eltern gemeinsam machen, zum Beispiel frühstücken oder den Ausflug am Wochenende. Der Vater oder die Mutter mit Alkoholproblemen schläft dann den Rausch aus oder ist mittags schon zu betrunken. So kommt es schnell zu Familienstreit.

1. Wenn ein alkoholabhängiger Elternteil seine Familie vernachlässigt, übernehmen Kinder oft die Verantwortung. Sie kümmern sich um jüngere Geschwister und den Haushalt – und haben dann kaum Zeit für ihre Hausaufgaben und ihre Freunde. Die angespannte Familiensituation belastet sie.
2. Kindern alkoholabhängiger Eltern ist es oft peinlich, Freunde mit nach Hause zu nehmen, da der Vater oder die Mutter betrunken sein könnten.
3. Eltern schämen sich oft für ihre Sucht und dass die Familie unter ihr leiden muss. Kinder alkoholabhängiger Eltern schreiben sich dann mitunter selbst die Schuld an der Situation zu, auch wenn das keineswegs zutrifft.
4. Es droht in abstinenten Phasen die Gefahr von Rückschlägen. Das erschwert die Atmosphäre zu Hause, auch wenn alkoholabhängige Eltern längere Zeit nicht trinken.
5. Dass Alkohol bei vielen Feiern und andern Anlässen unhinterfragt dazugehört, erschwert es, das Thema Alkoholabhängigkeit anzusprechen. So fällt es Kindern und Jugendlichen auch schwer, sich mit ihren Sorgen an Personen außerhalb der Familie zu wenden.



Die Situation kann geändert werden

Hilfe und Unterstützung von Dritten ist ein richtiger Weg. Denn Kinder verraten ihre Eltern nicht, wenn sie sich nach außen wenden und Kontakt zu Expertinnen und Experten suchen, die sich gut mit diesen Problemen auskennen. Gemeinsam mit ihnen ist die Chance, die Situation in den Griff zu bekommen, viel höher.

Viele Kinder und Jugendliche sind in einer ähnlichen Situation. Es wird davon ausgegangen, dass in Deutschland in ca. 2,65 Millionen Familien (mindestens) ein Elternteil alkoholkrank ist. Um ihnen zu helfen, wurde eine ganze Reihe von Hilfs- und Beratungsangeboten für Kinder von süchtigen Eltern entwickelt.

Der erste Schritt ...

... ist meist der schwierigste. Deshalb ist es gut zu wissen, dass zum Beispiel die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in einer Beratungsstelle eine Schweigepflicht haben. Genauso Vertrauenslehrer, die ebenfalls für Kinder in schwierigen Situationen da sind.

Für eine erste, anonyme Beratung oder um zu erfahren, wo eine Beratungsstelle in der Nähe des eigenen Wohnortes ist, gibt es das **BZgA Infotelefon zur Suchtvorbeugung**:

Telefon: 0221 – 89 20 31

(Kostenpflichtig, es gilt der Preis entsprechend der Preisliste des Telefonanbieters für Gespräche in das Kölner Ortsnetz.)

Eine Beratungsstelle ist auch dann die passende Adresse, wenn gar nicht so sicher ist, ob ein Elternteil ein Problem mit Alkohol hat. In einem Gespräch mit einer Expertin oder einem Experten lässt sich das dann meist gemeinsam herausfinden.

