

2/09

Freundesbrief

des Blauen Kreuzes in Deutschland e. V.

**Zukunft
schenken!**



Blaues Kreuz
Suchtkrankenhilfe



Liebe Freunde des Blauen Kreuzes,

einige Zeilen, die mich heute erreichten, zeigen mir erneut, wie wichtig unsere Arbeit im Blauen Kreuz ist. Eine Frau schreibt mir: „Hallo, ich bin durch Zufall auf Ihre Seite im Internet gestoßen und werde Ihnen eine Spende zukommen lassen. Ich lasse zur Zeit Porzellan versteigern und will den Erlös der Stiftung zukommen lassen. Da ich selbst als Kind in einer Familie mit einem alkoholkranken Vater aufgewachsen bin und mir jetzt nach seinem Tod so richtig bewusst wird, was meine Mutti und ich durchmachen mussten, soll jetzt Kindern aus Familien mit alkoholkranken Eltern Gutes getan werden. Durch ein Gespräch mit meiner Freundin aus der Kindheit wurde mir bewusst, dass man nie darüber geredet hat, weil man sich für seinen Vater schämte. Ich musste es mir von der Seele schreiben und bitte um Ihr Verständnis. Vielleicht können meine Erfahrungen anderen Kindern helfen.“

Diese Frau traut sich erst als Erwachsene, sich ihre Kindheit anzuschauen und sich anderen anzuvertrauen. Sie erlebt intensiv die belastenden Jahre nach. Wie groß wird die Zahl der Kinder in Deutschland sein, die ebenso schmerzhaft Erfahrungen gemacht haben, ohne einen Menschen zu finden, dem sie ihre Not anvertrauen können?

Das Blaue Kreuz will suchtbelasteten Familien Hilfe anbieten. Die Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe hat dabei besonders die Kinder im Auge, die hoffnungslos allein gelassen sind.

Wir freuen uns, Ihnen mit diesem Freundesbrief einen Einblick in unsere Arbeit geben zu können. Ich möchte Sie ganz herzlich um Ihre Unterstützung bitten. Gern senden wir Ihnen Verteil Exemplare dieses Freundesbriefes zu. Ebenso freuen wir uns über Ihre Spende oder Ihre Charity-SMS. Vielen Dank! Ihr

Hermann Hägerbäumer

1. Vorsitzender Deutsche KinderSuchthilfe

Für eine bessere Zukunft ...

Über 2,5 Millionen Kinder und Jugendliche in Deutschland wachsen mit einem suchtkranken Vater oder einer suchtkranken Mutter auf, was oft lebenslange Konsequenzen für die betroffenen Kinder und Jugendlichen nach sich zieht.

Um diesen Kindern eine Zukunft zu schenken, gründete das Blaue Kreuz in Deutschland e.V. im Jahr 2001 die Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe. Mit diesem Freundesbrief möchten wir Sie einladen, sich mit der Stiftung besser vertraut zu machen und ihre Arbeit mitzutragen und zu unterstützen.

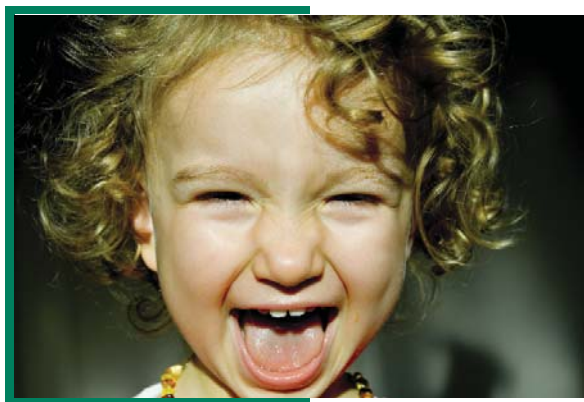


Foto: © connor212, photocase.com

Hilfe für Kinder und Jugendliche aus suchtbetroffenen Familien

Kinder aus suchtbelasteten Familien leben Tag und Nacht in ständiger Ungewissheit, wie sie ihre Mutter, ihren Vater oder auch beide vorfinden. Sind sie nüchtern und freundlich oder betrunken und aggressiv? Die Kinder sind der Sucht ihrer Eltern meist schutzlos ausgeliefert und werden oft nicht einmal mit dem Nötigsten versorgt. Sie erleben unzuverlässige Erwachsene und erfahren, dass es besser ist, nicht mehr zu vertrauen. Sie haben Schuldgefühle für die eigenen ambivalenten Gefühle den Eltern gegenüber. Die Kinder sind zum Schweigen verpflichtet und können sich niemandem anvertrauen, aus Angst, die Familie zu verraten. Sie übernehmen Verantwortung und Aufgaben des suchtkranken Elternteils und nehmen dadurch Bedürfnisse und eigene Gefühle nicht mehr wahr.



Die Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe hilft Kindern und Jugendlichen aus sucht- betroffenen Familien, weil sie ein deutlich erhöhtes Risiko in Bezug auf Verhaltens- und Erlebensstörungen aufweisen. Sie hilft Kindern und Jugendlichen aus sucht- betroffenen Familien, weil mehr als ein Drittel von ihnen selbst abhängig wird. Die Stiftung hilft Kindern und Jugendlichen aus sucht- betroffenen Familien, weil sie häufiger Missbrauch ausgesetzt sind.



Foto: © careaux, photocase.com

Die Stiftung fördert ...

- ... sucht- vorbeugende Projekte und Angebote, die eine individuelle Beratung und Behandlung von Kindern und Jugendlichen ermöglichen.
- ... den Aufbau und den Erhalt von Kinder- und Jugend- be- gegnungsstätten in sozialen Brennpunkten.
- ... Ferien- und Freizeitmaßnahmen, die Kinder und Jugend- liche für die Bewältigung ihres Alltags stärken.
- ... die Fortbildung von Mitarbeitenden in der Kinder- und Jugendarbeit.

Im Jahr 2001 wurde die Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe durch das Blaue Kreuz in Deutschland e. V. gegründet. Sie ist Mitglied im Bundes- verband Deutscher Stiftungen und trägt das Spendensiegel des Deutschen Sozialinstituts für soziale Fragen (dzi).



Nähere Auskünfte:

www.kindersuchthilfe.de, Ralf Mauelshagen, Telefon: 02 02 / 62 03-47

E-Mail: mauelshagen@kindersuchthilfe.de

Wer die Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe finanziell unterstützen möchte, kann dies über folgendes Konto tun:



**Stiftung Deutsche
KinderSuchthilfe**

Kontonummer: 1 013 591 012,

Bankleitzahl: 350 601 90, KD-Bank eG Dortmund

Hintergrund / aktuelle Zahlen:

- 2,65 Mio. Kinder unter 18 Jahren leben in Deutschland, die mit mindestens einem alkoholkranken Elternteil aufwachsen.
- Dazu kommen schätzungsweise 40.000 bis 60.000 Kinder von drogenabhängigen Eltern.
- Rund 25 % der Kinder aus Suchtfamilien werden selbst süchtig.
- 50 % der Kinder aus Suchtfamilien leiden später (entweder mit oder ohne Suchterkrankung) unter Ängsten, Depressionen oder anderen psychischen Störungen.
- Circa 80 % der Töchter von Suchtkranken gehen später Beziehungen mit alkoholabhängigen Männern ein.

**Unterstützen Sie
die Stiftung
Deutsche Kinder-
Suchthilfe (dks)
mit einer**



CharitySMS

Ein Service von burda wireless.
Bei der CharitySMS
handelt es sich um kein Abo.

Ihre nächste Handyrechnung
wird einmalig mit 2,99 €
belastet.

Ihre Mobilfunknummer wird
nicht für Werbezwecke genutzt.

**Senden Sie eine SMS
mit dem Stichwort „dks“
an die 81190 für 2,99 €**

(zzgl. eigener SMS-Gebühr)
Der Charity-Erlös
beträgt € 2,82/SMS.

Deutsches
Zentralinstitut
für soziale
Fragen/DZI



DZI Spenden Siegel
Geprüft - Empfohlen

Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe schließt Kooperation mit Cacau vom VfB Stuttgart

Die Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe hat prominente Unterstützung von Claudemir Jeronimo Barreto, besser bekannt als Cacau, Profi-Fußballer des VfB Stuttgart, bekommen: Cacau, der aus der brasilianischen Stadt Santo André stammt, hat die Probleme, die Alkohol in einer Familie verursachen kann, am eigenen Körper erfahren. Als Sohn eines Dienstmädchens und eines alkoholabhängigen Vaters erfuhr er schon früh die Schattenseiten des Lebens. Trotzdem, und vielleicht gerade deshalb, hielt er an seinem Traum fest, Profi-Fußballer zu werden – unter anderem verbunden mit der Hoffnung auf ein besseres Leben.

Heute spielt er beim VfB Stuttgart, durfte

Deutscher Meister werden und in der Championsleague und beim UEFA-Cup spielen. Er ist sich sicher: diesen Erfolg hat er Gott zu verdanken. Aus dieser Dankbarkeit heraus möchte er dazu beitragen, dass auch anderen Kindern aus Suchtfamilien geholfen wird und sie die Chance auf ein besseres Leben bekommen.

„Es ist für mich wichtig, durch meine Bekanntheit einen Teil dazu beizutragen betroffenen Kindern zu helfen, weil ich als Kind Ähnliches in Brasilien erlebt habe. Mein Vater war Alkoholiker und hatte viele Probleme. Es war für uns oft sehr schwierig Freunde zu finden. Zu Geburtstagspartys waren wir oft nicht eingeladen. Und jetzt haben wir die Probleme sozusagen besiegt und stehen darüber“, erzählt der Profifußballer. „Als ich dann von der Stiftung hörte, dachte ich, ja, das ist eine Sache, die ich unterstützen will. Weil die Kinder, die das Gleiche erlebt haben wie ich auch wissen sollten, dass es jemand geschafft hat. Diesen Kindern Hoffnung und Wertschätzung zu geben, ist sehr wichtig.“



Foto: © profipartner24

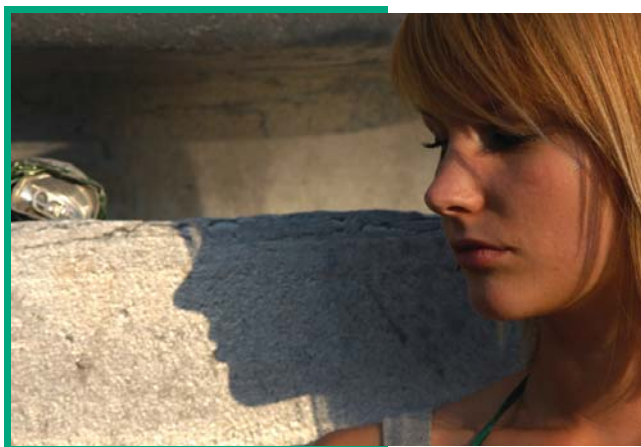
Cacau im Gespräch mit Ralf Mauelshagen von der Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe.


Ein Bier zu viel?

Immer früher fangen Teens an, Alkohol zu trinken. Wie Eltern damit umgehen können, erläutert Ralf Mauelshagen, Stiftungsbetreuer der Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe.

Wie können Eltern ihre Kids zu einem maßvollen Umgang mit Alkohol erziehen?

Risikoverhalten im Jugendalter ist vollkommen normal und auch Ausprobieren ist normal. Verbote helfen wenig. Aber es gibt ein paar wichtige Regeln: Je früher Kinder Alkohol trinken, umso höher ist die Gefahr, dass sie einmal abhängig werden. Bis mindestens 14 Jahre – noch besser bis 16 – sollten Teens überhaupt keinen Alkohol trinken. Danach sollten Eltern Regeln aufstellen und bereit sein, sie zu kontrollieren. So kann man die Vereinbarung treffen, dass auf einer Fete nichts Hochprozentiges getrunken wird. Oder man erlaubt, dass der Teenie zu Hause gelegentlich und maßvoll Alkohol trinken darf. Aber man muss auch darauf achten, dass das nicht zur Gewohnheit wird. Eltern müssen sich ihrer Vorbildfunktion bewusst sein. Und ihren Kindern zeigen, dass es nicht selbstverständlich ist, regelmäßig Alkohol zu trinken. Die beste Prävention besteht darin, in Kontakt zu seinen Kindern zu sein, sich Zeit für sie zu nehmen, ihnen zuzuhören, Interesse zu zeigen. Wichtig ist, dass man Kinder, die selbst noch kein Interesse an Alkohol haben, nicht zum Probieren auffordert.





Wie reagiere ich, wenn mein Kind zu viel Alkohol getrunken hat?

Das sollte man nicht dramatisieren, aber auf jeden Fall thematisieren. Eltern sollten ihren Kindern zeigen, dass sie ihnen wichtig sind. Oft warten Pubertierende – auch wenn sie genervt tun – darauf, dass ihre Eltern sie auf das Thema Alkohol ansprechen. Wenn es nicht bei einem Ausrutscher bleibt, muss man gucken, ob vielleicht etwas an dem Kontakt zum Jugendlichen nicht stimmt. Oder ob etwas beim Teenie selbst nicht stimmt: Nutzt er den Alkohol, um in bessere Stimmung zu kommen, Hemmungen zu verlieren oder weil er dem Druck der Clique nicht standhält? Dann ist es wichtig, das Kind so zu stärken, dass es lernt, auch „Nein“ sagen zu können.

Wenn der Jugendliche sich nicht an Absprachen hält, muss man über Konsequenzen nachdenken. Wenn ein Kind sich bei einer Fete nicht an die Absprachen hält, wird die nächste Fete gestrichen. Und danach startet man wieder einen neuen Versuch.

Und wenn das Problem so nicht in den Griff zu kriegen ist?

Dann rate ich erst einmal ohne den Jugendlichen eine Beratungsstelle aufzusuchen. Der nächste Schritt wäre, eine Beratungsstelle mit dem Jugendlichen zusammen zu besuchen. Beratungsstellen findet man zum Beispiel unter www.dajeb.de.

Interview: Bettina Wendland

Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung von family, SCM Bundes-Verlag, Witten.



Kindern von Suchtkranken Halt geben

Erzieher, Lehrer, Berater und andere Bezugspersonen müssen Wege zu den Suchtkranken in ihrer Rolle und Verantwortung als Eltern finden. Das erfordert eine klare innere Haltung und konsequente Interventionen – auf der Basis von Wertschätzung und Anteilnahme. Kinder haben eine bessere Chance, Hilfe zu erhalten, wenn die gesamte Gesellschaft in höherem Maße sensibilisiert ist. Sie wollen dem Kind wahrscheinlich

möglichst schnell Hilfe zukommen lassen und sprechen es vielleicht direkt auf Ihren Verdacht an. Bedenken Sie dabei, dass Sie das Kind auf ein Tabuthema ansprechen, über das es möglicherweise noch mit niemandem geredet hat. Indem es Sie einweihet, bricht es aus der familiären Loyalität aus und riskiert bei Aufdeckung empfindliche Konsequenzen seitens der Eltern. Das Kind wird sich nur dann jemandem öffnen, wenn es sich sicher fühlt und Vertrauen gefasst hat.

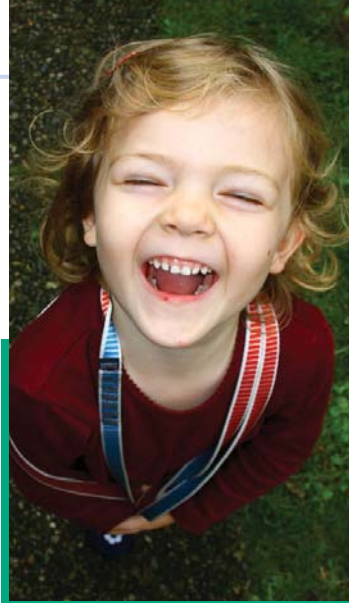



Foto: © Gerti G., photocase.com

Einfach zuhören

- Zeigen Sie Interesse an dem Kind oder Jugendlichen und erkennen Sie seine Stärken.
- Fragen Sie nach, wie es ihm geht und teilen Sie Ihren Eindruck mit, wenn Sie das Gefühl haben, dass etwas nicht mit ihm stimmt, weil es unglücklich oder traurig wirkt.
- Drängen Sie das Kind nicht zum Reden und machen Sie klar, dass Sie bereit sind zum Zuhören – auch zu einem späteren Zeitpunkt.
- Nehmen Sie das Kind in seiner Wahrnehmung ernst! Kritisieren Sie die Eltern des Kindes nicht und ziehen Sie keine voreiligen Schlüsse. Das Kind profitiert am meisten, wenn Sie ihm einfach nur zuhören.

Alltagserfahrungen anbieten

- Bieten Sie dem Kind einfache Alltagserfahrungen und versuchen Sie das Vertrauen des Kindes zu gewinnen!
- Machen Sie nur dann ein Angebot, wenn Sie Zeit und Energie für das Kind aufbringen können. Ist es Ihnen selbst nicht möglich, prüfen Sie, wer dem Kind helfen kann.
- Versprechen Sie nur das, was Sie auch einhalten können. Stabilität und Konsequenz in Beziehungen sind wichtig, wenn das Kind Vertrauen lernen soll.



- Reagieren Sie nicht unwirsch, mit Verlegenheit oder Desinteresse, wenn ein Kind Sie um Hilfe bittet. Dies könnte das Kind entmutigen und sein Gefühl von Isolation und Hoffnungslosigkeit verstärken.

- Fördern Sie nicht die Schuldgefühle des Kindes. Vermeiden Sie es, Dinge zu sagen, die ihm das Gefühl geben, seine Eltern zu verraten.

- Seien Sie sich bewusst, dass Sie Verantwortung übernehmen, beruhigen Sie das Kind und geben Sie ihm die Gewissheit, dass es richtig war, Hilfe bei Ihnen zu suchen.

- Halten Sie Bücher oder Broschüren über Sucht bereit, die für Kinder geschrieben wurden.

Auszug aus: „Kindern von Suchtkranken Halt geben – durch Beratung und Begleitung.“ Praxishilfe der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe und der BKK.



Bundestreffen
28.-30. Mai 2010
in Chemnitz (Messegelände)

Das Blaukreuz-Bundestreffen 2010
wird unterstützt von:



Herausgeber

Blaues Kreuz in Deutschland e. V.,
Bundessekretär Reinhard Lahme, Schubertstraße 41, 42289 Wuppertal,
Telefon: 0202/62003-0, Telefax: 0202/62003-81,
E-Mail: bkd@blaues-kreuz.de, Internet: www.blaues-kreuz.de,
Konto: KD-Bank eG, Dortmund, Nr. 1 010 393 015 (BLZ 350 601 90)
Gestaltung: Uwe Salewski, Leverkusen, fairundehrlich@email.de
Druck: Ollig Druck, Köln; Titelfoto: © RichVintage, iStockphoto.com

Ihre Hilfe zählt!

(Bitte diese Seite abtrennen
und einsenden)

- Ja, ich möchte Ihren Freundesbrief in meinem Bekanntenkreis weitergeben. Bitte senden Sie mir regelmäßig _____ Exemplare zu.
- Ja, ich möchte Freund Ihrer Arbeit werden. Bitte senden Sie mir regelmäßig Ihren Freundesbrief zu.

Ich möchte regelmäßig spenden
(monatlich / vierteljährlich / jährlich)

_____ €

Bitte schicken Sie mir
Informationsmaterial zu über:

- das Blaue Kreuz in Deutschland e. V.
- die Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe
- Alkoholabhängigkeit
- Blaues Kreuz**, Verbandszeitschrift des Blauen Kreuzes (Probeexemplar)
- füreinander**, Arbeitshilfe des Blauen Kreuzes (Probeexemplar)
- den Katalog „Bücher helfen leben“ der Blaukreuz-Versandbuchhandlung
- den Bildungs- und Freizeitplaner des Blauen Kreuzes

Name

Straße

PLZ / Ort

E-Mail

Telefon