**„Die schlimmsten Verletzungen fügen Drogen Menschen zu, die selbst keine Drogen nehmen: Es sind die Kinder von Alkoholkranken oder anderen Süchtigen (COAs).“ (nacoa.de)**

**In Deutschland wächst fast jedes 6. Kind** in einer Familie auf, in der mindestens ein Familienmitglied alkohol- oder drogenabhängig ist. Das sind etwa 3 Schulkinder in einer Klasse. Dazu kommen noch die Kinder, die aufgrund anderer chronischer oder psychiatrischer Erkrankungen der Eltern nicht die Fürsorge bekommen, die sie brauchen.

Verlässliche Mahlzeiten, Unterstützung bei den Schulaufgaben, Heranführen an Sport, Musik und Kultur fehlen häufig. Streitkultur, Konfliktmanagement und gegenseitige Anteilnahme durch Verständnis und Unterstützung bei den Schwierigkeiten, die Kinder durchstehen müssen, um zu einer festen Persönlichkeit heranwachsen zu können, fehlt weitgehend. Nicht weil die Eltern es nicht wollen, sondern weil sie es nicht können. Auch suchtkranke Eltern lieben ihre Kinder und wollen ihr Bestes. Und die Kinder lieben ihre Eltern.

**Suchterkrankungen sind keine Charakterschwäche**, Sucht ist eine Erkrankung, aus der Herauszukommen ohne Hilfe von außen nur schwer möglich ist. Sucht zu überwinden braucht Krankheitseinsicht und eine feste Entscheidung, sich diesem Drang mit aller Kraft entgegenzustellen.

Bei einer stoffgebundenen Suchterkrankung ist der völlige Verzicht auf das Suchtmittel empfehlenswert. Das gilt bei Alkohol, Nikotin und Drogen. Es gibt Suchtformen, bei denen dies nicht möglich ist, wie Essstörungen, Medikamentenabhängigkeit und bei den stoffungebunden Süchten. Zunächst gilt es die Hintergründe zu erkennen, Gefahrensituationen zu realisieren und Strategien für die nüchterne Bewältigung von Stresssituationen zu erarbeiten. Dazu gibt es ein ganzes Netz von Hilfsangeboten, wie stationäre Entgiftungen und Therapien in Fachkliniken und professionelle Beratungsgespräche und Gruppenangebote der Diakonie hier in Zeitz.

**Und es gibt die ehrenamtlich arbeitenden Suchtselbsthilfegruppen**, in denen Betroffene und Angehörige (ab 16 Jahre) sich gegenseitig unterstützen, einen suchtfreien Lebensstil entwickeln und pflegen. Hier ist es möglich Frust rauszulassen, Enttäuschungen und Schwierigkeiten beim Namen zu nennen und Lösungsvorschläge der Mitstreiter anzuhören. So lässt der Druck nach und es gibt ein wenig Abstand zum Problem, so dass es nun gelöst werden kann. Gegenseitige Ermutigung und Begleitung, gemeinsame Freizeitaktivitäten und stärkende Seminare, Fortbildungen und die Möglichkeit unter gleichgesinnten Urlaub zu machen, all das ist bei uns im Blauen Kreuz möglich. Unter <Blaues Kreuz Zeitz> kommen Sie auf unsere Webseite.

**Doch Kinder von Suchtkranken kommen hier zu kurz**. Das Geheimnis der familiären Schwierigkeiten darf nicht nach außen dringen, es wird verheimlicht und vertuscht. Die Kinder übernehmen Aufgaben im Haushalt und in der Versorgung ihrer Geschwister. Einige werden zu kleinen Engeln, die versuchen die Familie zu retten. Andere lösen die Spannungen im Raum, indem sie sich zum Clown machen, einige werden rebellisch, doch am unauffälligsten sind die stillen Kinder, die sich völlig in ihre Welt zurückziehen. Sie werden meistens übersehen.

Nun kann ich Kinder nicht direkt auf das Problem ansprechen. Sie werden sich schützend vor die Eltern stellen, sie nicht verraten und das Problem leugnen. Es kann sein, dass die Kinder den Kontakt zu mir daraufhin meiden, eine Chance dem Kind zu helfen somit zunichte gemacht wird. Doch unabhängig davon, ob wirklich ein Suchtproblem vorliegt oder andere Ursachen meinen Beobachtungen zugrunde liegen, kann ich mich dem Kind zuwenden und ihm Zeit und Aufmerksamkeit schenken. Hat das Kind genug Vertrauen zu mir, wird es selbst eines Tages anfangen von den Dingen zu erzählen, die ihm das Leben schwer machen.

**Ein Ort, wo es einfach mal Kind sein kann**, nicht funktionieren muss, Anerkennung und Wertschätzung erfährt, sowie verlässliche stabile Beziehungen zu einem Erwachsenen erlebt, das kann die nötige Hilfe sein, damit es trotz aller Widerstände zu einem reifen Erwachsenen heranwächst. Mein Vorbild ist dabei wichtig.

Ein Drittel dieser Kinder entwickeln genug Resilienzen, um ein weitgehend normales Leben zu führen. Ein Drittel wird selbst suchtkrank und ein letztes Drittel sucht sich einen suchtkranken Partner. Denn das ist es, was es gelernt hat: Einen Menschen mit seinen Schwierigkeiten umsorgen, für ihn da sein in der Hoffnung, ihn zu retten.

Das Blaue Kreuz hat einen Leitfaden herausgebracht zum Thema mitbetroffener Kinder. Dieses Buch kann im Shop von bluprevent.de kostenfrei bestellt werden

**Auf der Webseite von NACOA** finden sie weitere Tipps für den Umgang mit diesen Kindern und ihren Eltern. Hier gibt es nützliche Informationen für Nahestehende, Erzieher und Lehrer sowie Therapeuten und Ärzte.

**Hier in Zeitz bieten wir einige Veranstaltungen an,** um mit Ihnen ins Gespräch zu kommen.

Die Highlights unserer Aktionswoche im Juni sind:

**Samstag 12.6. Eltern-Kind-Aktion: Perlen und andere Kostbarkeiten Donnerstag 17.6. Dokumentation: Liebe und Hass**

Sie treffen uns in der Messerschmiedestraße 23 in den Räumen der Landeskirchlichen Gemeinschaft.

Anke Triebe Tel: 0170-2323357 / Email: [bk-zeitz@outlook.de](mailto:bk-zeitz@outlook.de) / Webseite: Blaues Kreuz Zeitz