

# Kinder aus suchtbelasteten Familien

## Ein Beitrag aus der Forschung

---

**Katharina Ise**

Deutsches Institut für Sucht- und Präventionsforschung  
Katholische Hochschule NRW

Herbstfortbildung der Caritas Aachen  
am 20. November 2019

# Überblick

---

- Angehörige Suchtkranker
- Die Situation von Kindern aus suchtbelasteten Familien
- Auswirkungen der elterlichen Suchterkrankung auf das Kind
  - Schwerpunkt: Risiko der Entwicklung eigener Suchterkrankungen
- Schutzfaktoren und Resilienz
- Bestehende Unterstützungsangebote
- Fazit und Ausblick

## Vorbemerkung

---

Abhängigkeitserkrankungen gehören zu den häufigsten psychischen Störungen. Die Frage nach ihren Auswirkungen auf die Familie, insbesondere Kinder, sollte Regel und nicht Ausnahme sein.



# Epidemiologie

---

- Etwa **10 Millionen Menschen** leben in Deutschland mit einem suchtkranken Angehörigen (Berndt et al., 2017)
- Verschiedene Studien haben versucht, die Anzahl der **Kinder** zu erfassen, die mit einem oder zwei suchtkranken Elternteilen zusammenleben → häufig nur Schätzungen oder Hochrechnungen
- Deutschland: zwischen **2,65 und 6 Mio.** Kinder mit Elternteil mit Diagnose Alkoholmissbrauch oder -abhängigkeit
- Zahlen zu Kindern von Eltern, welche Probleme mit illegalen Substanzen haben oder exzessiv Glücksspiel spielen, lassen sich gegenwärtig nicht schätzen

(Berndt et al., 2017; Klein et al., 2017)

## Suchtbelastungen in der Familie

---

- Suchterkrankungen betreffen nicht nur das erkrankte Individuum, sondern auch immer dessen Umfeld
- Die Belastungen und Hilfebedarfe von Angehörigen sind vielfältig und betreffen unterschiedliche Bereiche (z.B. Sorge um die Gesundheit des Familienmitglieds bei schwerwiegenden stoffgebundenen Suchterkrankungen oder finanzielle Sorgen bei Angehörigen Glücksspielsüchtiger)
- Die familiäre Beziehung zum Suchtkranken spielt dabei stets eine Rolle  
→ Kinder von suchtkranken Eltern sind dabei eine besonders vulnerable Gruppe
- Auch die Art der Suchterkrankung (z.B. stoffgebunden vs. nicht-stoffgebunden, legale vs. illegale Substanzen) spielt häufig eine Rolle

## Belastungsfaktoren von Angehörigen

---

- Beeinträchtigung des Familienlebens
- Streit und Kommunikationsprobleme
- Verlust an Vertrauen und Nähe
- Sorge um die Gesundheit / das Leben des Suchtkranken
- Stress/Überlastung
- Schamgefühle / Stigmatisierung
- Sorgen um die Zukunft
- Hilflosigkeit

(Berndt et al., 2017)

## Bewältigungsstrategien von Angehörigen

---

- Konfrontation / Gespräche
- Kontrolle / Verbote
- Verantwortungsübernahme
- Selbstachtsamkeit & -fürsorge
- Emotionale Distanzierung
- Abgabe von Verantwortung
- Aufsuchen professioneller Hilfen
- Bedingungen / Ultimatum stellen

(Berndt et al., 2017)

Insbesondere für junge Kinder stehen jedoch viele  
Bewältigungsstrategien (auch aufgrund ihres Alters)  
nicht zur Verfügung

## Kinder suchtkranker Eltern

---

- Kinder als besonders vulnerable und unterstützungsbedürftige Gruppe unter den Angehörigen Suchtkranker





# Psychosoziale Lebensbedingungen suchtbelasteter Familien

---

- Familienleben ist charakterisiert von komplexen sozioökonomischen und psychosozialen Problemlagen:
  - Niedriger sozioökonomischer Status, Arbeitslosigkeit
  - Verschuldung
  - Trennung und Scheidung der Eltern, Inhaftierungen od. sogar Tod des Elternteils, ggf. Fremdunterbringung → (wdh.) Beziehungsabbrüche → fehlende / unsichere Bindung
  - Soziale Ausgrenzung, Stigmatisierung
  - Psychische Komorbidität
- Im Bereich der illegalen Substanzen zeigt sich die Situation oft noch verschärft durch z.B.
  - Die Erkrankung beider Elternteile
  - Häufige komorbide psychische Krankheit des Elternteils
  - Erleben der Konsequenzen der Drogensubkultur

(s. zusammenfassend Klein et al., 2017; Klein, 2006)

## Psychosoziale Lebensbedingungen suchtbelasteter Familien

- **Dysfunktionales Elternverhalten:**
  - Versorgung von Kindern suchtkranker Eltern häufig gefährdet oder defizitär (materiell oder emotional)
  - Vernachlässigung der elterlichen und familiären Pflichten
    - oft nicht altersangemessen Übernahme von Aufgaben und Pflichten durch Kinder
    - ggf. Versorgung des suchtkranken Elternteils („Parentifizierung“)

(s. zusammenfassend Klein et al., 2017)



# Psychosoziale Lebensbedingungen suchtbelasteter Familien

- **Problematisches Erziehungsverhalten:**
  - unpassender Kommunikationsstil (z.B. undeutliche oder lautere Sprache; ausgeprägtes Bedürfnis nach körperlicher Zuneigung vs. Ablehnung)
  - sprunghaft wechselndes Verhalten (z.B. übertriebene Milde oder Härte)
  - Risiko für Gewalt und Missbrauch

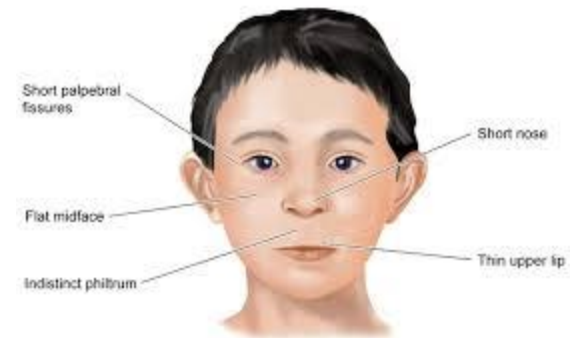
(s. zusammenfassend Klein et al., 2017)



# Auswirkungen der elterlichen Suchterkrankung auf das Kind

- Pränatal erworbene Schädigungen (z.B. FASD, NAS, Entwicklungsverzögerungen)
- Entwicklung psychischer Erkrankungen, z.B.
  - Externalisierende Störungen: ADHS, Störungen des Sozialverhaltens
  - Internalisierende Störungen: Angststörungen, Depression
- **Entwicklung eigener Suchtprobleme**

(s. zusammenfassend Klein et al., 2017)



Eufasd.org, 2019



## Transmission von Suchterkrankungen

---

- Kinder aus alkohol- oder drogenbelasteten Familien gelten als eine Hochrisikogruppe für die Entwicklung einer eigenen Suchterkrankung!
- Kinder von Eltern mit Alkoholabhängigkeit weisen ein bis zu 6-fach erhöhtes Risiko auf, selbst einmal alkoholbezogene Probleme in Form von Missbrauch oder Abhängigkeit zu entwickeln (Grant, 2000; Klein & Zobel, 1999)
- 33% bis 40% der Kinder aus alkoholbelasteten Familien weisen im Verlauf ihrer Entwicklung Symptome einer Suchterkrankung auf (Klein, 2005; Zobel, 2006)

## Transmission von Suchterkrankungen

---

- Zahlreiche Studien konnten nachweisen, dass bei Kindern aus suchtbelasteten Familien eine erhöhte Wahrscheinlichkeit vorliegt, dass sie
  - früher beginnen, Substanzen zu konsumieren (Waldron et al., 2014)
  - früher erste Rauscherfahrungen erleben (Wong et al., 2006)
  - mehr „binge drinking“ betreiben (Weitzmann & Wechsler, 2000)
  - einen schnelleren Übergang vom ersten Konsum alkoholischer Getränke bis hin zu Alkoholproblemen vollziehen als Kinder aus unbelasteten Familien (Hussong et al., 2008)
- Junge Leute mit alkoholabhängigen Eltern zeigen im Vergleich zu nicht-betroffenen jungen Menschen etwa dreimal so häufig ein problematisches Trinkverhalten auf (23% vs. 7%) (Barnow et al., 2001)



# Mechanismen der Transmission

---

## „Die Sucht liegt in den Genen“?

### Befunde zu genetischen Faktoren:

- Kinder aus alkoholbelasteten Familien scheinen genetisch bedingt teilweise andere kortikale Hirnfunktionen zu haben → führt zu verminderter Inhibierung sozial unerwünschten Verhaltens, gesteigerten Alkoholwirkungserwartungen, Vulnerabilität für Suchtstörungen allgemein (Wiers, 1994)
- Jungen und junge Männer aus alkoholbelasteten Familien reagieren aufgrund genetischer Besonderheiten subjektiv (d.h. in ihrem eigenen Empfinden) und objektiv (weniger Körperschwankung, kleinerer „Kater“) weniger sensibel auf Alkohol als Jungen aus unauffälligen Familien → verminderte Sensitivität ist generell mit einer 4-fach erhöhten Wahrscheinlichkeit für alkoholbezogene Störungen assoziiert (Schuckit & Smith, 2001a, 2001b)

# Mechanismen der Transmission

---

## Befunde zu umweltbezogenen Faktoren:

- **Modelllernen:** dysfunktionale Bewältigung von Schwierigkeiten durch Alkohol und / oder Drogen → Konsum zur Selbstmedikation und / oder Emotionsregulation, Fehlen von alternativen Bewältigungsmechanismen (Cleveland et al., 2014)
- **Positive substanzspezifische Wirkungserwartungen:** Wesentliche kognitive Mediatorvariable in der Ätiologie alkoholbezogener Störungen, besitzen eine starke Vorhersagekraft für den Substanzkonsum von Personen (Barnow et al., 2007)
- **Negative Kindheitserfahrungen,** welche später mithilfe von Alkohol und / oder Drogen auf ungünstige Weise bewältigt werden (Zobel, 2006)



# Schutzfaktoren und Resilienzen für Kinder

---

## Umgebungsbezogene Schutzfaktoren

- Menschliche Wärme, Fürsorge und Zuneigung durch mindestens einen Elternteil
- Soziale und emotionale Unterstützung durch Bezugspersonen außerhalb der suchtblasteten Kernfamilie
- Elterliche Abstinenz

## Kindbezogene Resilienzen

- Internale Kontrollüberzeugungen
- Aktive Bewältigung, funktionales Coping
- Persönliche Qualitäten (z.B. Selbstreflektion, Emotionsregulation, angenehmes Temperament), Sozialkompetenz
- Hobbies, Talente oder Engagements außerhalb der Kernfamilie
- Positiver Zukunftsausblick und entsprechende Pläne
- Intellektuelle Fähigkeiten
- Sinn für Humor
- Emotionale Distanzierungsfähigkeit sowie Verständnis und Einsicht bzgl. der elterlichen Suchtproblematik
- Religion, Spiritualität, Vertrauen in eine höhere Macht

(s. zusammenfassend Klein et al., 2017; Velleman & Templeton, 2016)

## Fazit zur Transmission von Suchterkrankungen

---

- Ein Zusammenspiel von vorgeburtlichen Einflüssen, genetischen und Umweltfaktoren ist für die Weitergabe von suchtbefindlichen Störungen verantwortlich
- Je höher das Aufkommen (Kumulierung) von Vulnerabilitäts- und Stressfaktoren und je geringer das Ausmaß an bestehenden Schutzfaktoren, desto größer das Risiko der Entwicklung einer eigenen (Sucht-)Problematik
- Transmission als Risiko, aber nicht als Schicksal
- Eine Schädigung der Kinder wahrscheinlich aber nicht zwingend

# Bestehende Unterstützungsangebote für Kinder und Angehörige

- **Interventionen speziell für Kinder aus suchtbelasteten Familien:**
  - Meist Gruppenangebote, z.B. *Trampolin* für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren
  - Online-Hilfen: z.B. *KidKit* ([www.kidkit.de](http://www.kidkit.de))
  - Psychoedukative Maßnahmen: z.B. *PePe-Kids*
- **Interventionen für suchtmittelabhängige Eltern, die das Thema Elternschaft in den Fokus nehmen und Angehörige einbeziehen:**
  - Suchtspezifische Elterntrainings: z.B. das *SHIFT Plus-Elterntraining* (für drogenabhängige Eltern), *MUT!* (für substituierte, opiatabhängige Mütter), *Strengthening Families* (deutsch: *Familien stärken*) für Risikofamilien allgemein
- **Beratungsangebote und Selbsthilfegruppen für Angehörige**
- **Onlinehilfen (E-Mail & Chatberatung) für Angehörige**
- **Angebote, die sich unter anderem an suchtbelastete Familien richten**, z.B. Angebote der kommunalen Jugend- und Familienhilfe
- **Angebote zur Qualifizierung von Fachkräften**, z.B. zur Früherkennung einer familiären Suchtbelastung und weiteres Vorgehen



## Das „Trampolin“ - Programm

---

- Evidenzbasiertes Gruppenprogramm für Kinder aus suchtbelasteten Familien zwischen 8 und 12 Jahren
- Wirksam in Bezug auf Stressbewältigung, des Selbstkonzeptes und der Lebensqualität
- „Trampolin“ genießt eine hohe Akzeptanz sowohl bei Trainer\_innen als auch Teilnehmenden
- „Trampolin“ wurde 2016 von der zentralen Prüfstelle des GKV-Spitzenverbands als Stressbewältigungsprogramm zertifiziert und kann seitdem von den Krankenkassen erstattet werden



## „Trampolin“ : Modulinhalte

10. Eltern sensibilisieren und stärken (Teil 2)

9. Positives Abschiednehmen

8. Hilfe und Unterstützung einholen

7. Verhaltensstrategien in der Familie erlernen

6. Probleme lösen und Selbstwirksamkeit erhöhen

5. Mit schwierigen Emotionen umgehen

4. Wissen über Sucht und Süchtige vergrößern

3. Über Sucht in der Familie reden

2. Selbstwert/positives Selbstkonzept stärken

1. Vertrauensvolle Gruppenatmosphäre schaffen

10. Eltern sensibilisieren und stärken (Teil 1)



## Ziele des Gruppenprogramms für die Kinder

---

- Psychische Entlastung durch Auflösung des Tabuthemas „Sucht“
- Erwerb von hilfreichen Wissen zu Suchterkrankungen sowie zur Wirkung von Alkohol und Drogen
- Steigerung des Selbstwertgefühl und die Erfahrung, dass sie auf ihre Situation Einfluss nehmen können
- Stärkung der positiven Selbstwahrnehmung
- Erwerb von Problemlöse- und Verhaltensstrategien
- Hilfe und Unterstützung einholen
- Aneignung effektiver Stressbewältigungsstrategien (z. B. konstruktiver Umgang mit Emotionen)

# SHIFT-Elterntraining

---



- Ein Elterntraining für drogenabhängige Mütter und Väter von Kindern zwischen 0 und 8 Jahren

Das **SHIFT-Elterntraining** soll:

- Elternkompetenzen und familiäre Resilienzen stärken
- die Eltern zu Abstinenz motivieren, diese Motivation vertiefen und stabilisieren
- die (weitere) Behandlungsmotivation und Inanspruchnahme von Hilfen der Eltern stärken



# Module des SHIFT-Elterntrainings



Modul	Ziele
1	<b>Einstieg: „Start SHIFTing“.</b> Gegenseitiges Kennenlernen, Austausch von Wünschen & Erwartungen, Vereinbarung von Gruppenregeln, Vertrauen gewinnen
2	<b>Erziehung I: „Her mit den guten Zeiten“.</b> Ressourcenorientierte Betrachtung der eigenen Elternschaft, Sensibilisierung für kindliche Bedürfnisse, kindlichen Bedürfnissen gerecht werden können, Förderung der Eltern-Kind-Beziehung
3	<b>Erziehung II: „Was tun wenn´s brennt“.</b> Reflektion der eigenen praktizierten Erziehung (abstinent vs. konsumierend), Aufstellung und Kommunikation klarer Regeln in der Erziehung, Förderung des angemessenen Umgangs mit schwierigen Situationen, Sensibilisierung für eine gewaltfreie Erziehung
4	<b>Familienresilienz I: „Keiner ist wie wir“.</b> Ressourcenorientierte Aufmerksamkeitslenkung auf das Familienleben, Einführung in das Konzept der Familienresilienz („Schlüsselmerkmale“), Förderung gemeinsamer, optimistischer Überzeugungen innerhalb der Familie





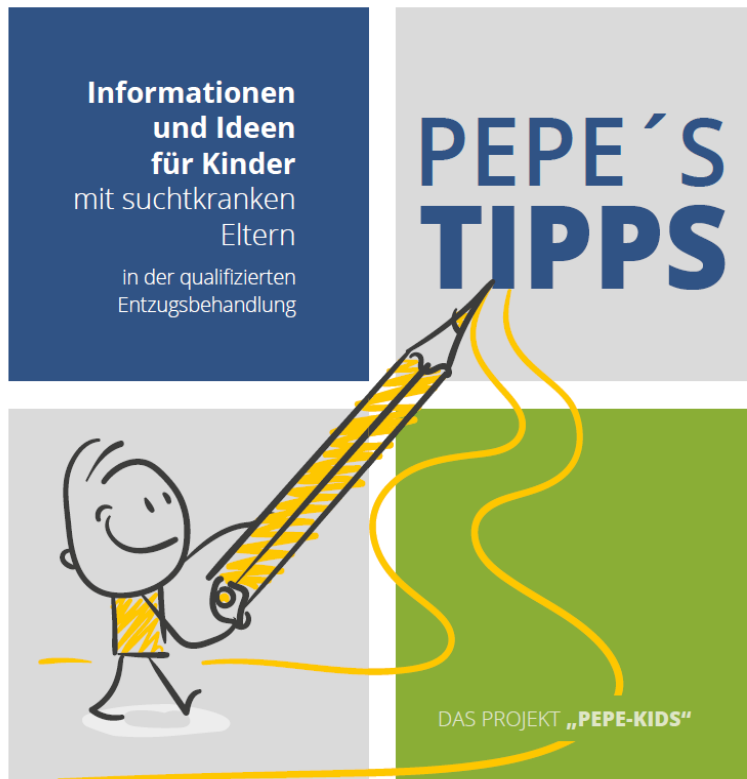
# Module des SHIFT-Elterntrainings



Modul	Ziele
5	<b>Familienresilienz II: „Lass uns reden...“.</b> Sensibilisierung für bereits erfolgreiche Abläufe und Regeln in der Familie, Inspiration für neue & erfolgsversprechende Abläufe und Regeln, Förderung der Inanspruchnahme von Hilfe, Förderung einer offenen und positiven Kommunikation in der Familie (im Allgemeinen und in Bezug auf Emotionen), Verbesserung der gemeinsamen Problemlösungsfertigkeiten
6	<b>Sucht &amp; Familie: „Neue Wege – gemeinsam gehen“.</b> Auflösung des Tabuthemas Sucht innerhalb der Familie, Sensibilisierung für die Auswirkungen der Suchterkrankung für die Familie, Bearbeitung von Schuldgefühlen in Zusammenhang mit der Familie, Identifikation von Rückfallsituationen in Zusammenhang mit der Familie, Eruierung von Möglichkeiten zur Unterstützung durch Familienmitglieder für ein cleanes Leben, Verbesserung der familiären Beziehungen durch eigenen Beitrag
7	<b>Partnerschaft: „Mehr als Eltern“.</b> Bewusstwerden, dass Eltern auch ein Leben als Paar besitzen, Identifikation von Konfliktpotentialen in der Partnerschaft, adäquater Umgang mit Konflikten und Streit in der Partnerschaft, kritische Reflektion von und Umgang mit Sexualität im Kontext von Crystal Meth, Pflege der Partnerschaft
8	<b>Abschied: „Tschüß und hin zu mehr“.</b> Rückblick auf das SHIFT-Elterntaining, positiver Zukunftsausblick, Festlegung Veränderungsvorhaben, Festigung des Erlernten und Transfer in den Alltag, Rückfallprophylaxe, funktionaler Umgang mit Krisensituationen, Förderung (weiterer) Behandlungsbereitschaft und Inanspruchnahme von Hilfen, Abschied nehmen

# Pepe-Kids“ – Entwicklung eines psychoedukativen Präventionsprogramms für Kinder und Jugendliche suchtkranker Eltern in Entzugsbehandlung

---



- **Ziel des Projektes:** Entwicklung einer psychoedukativen Maßnahme für Kinder und Jugendliche von Eltern in der qualifizierten Entzugsbehandlung zur Stärkung ihrer psychosozialen Ressourcen und Stressbewältigungsfähigkeit
- **Zentraler Aspekt:** Früher, nicht-stigmatisierender Zugang zur Zielgruppe über die elterliche Entzugsbehandlung

## Fazit und Ausblick

---

- Abhängigkeitserkrankungen und deren Begleitscheinungen können für Angehörige schwerwiegende Konsequenzen haben
- Besonders bei Kindern (in jeder Altersstufe!) können in dieser Situation **sehr belastet** sein
- Die Risiken für die betroffenen Kinder und Angehörige lassen sich durch vielfältige **Präventionsmaßnahmen** reduzieren, die sich entweder direkt an die betroffenen Angehörigen oder die gesamte Familie richten können (am besten in Kombination)
- Trotz bestehender Angebote ist insbesondere die **zielgruppenspezifische Versorgung** von Kindern und Angehörigen aus alkohol- oder drogenbelasteten Familien unzureichend
- Weitere **Kooperationen und Netzwerke** notwendig: z.B. der öffentliche Gesundheitsdienst und Ärzte (insb. Hausärzte, Pädiater, Gynäkologen)

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

**Kontakt:**  
Katharina Ise

Katholische Hochschule NRW  
Wörthstraße 10  
D - 50668 Köln

E-Mail: [k.ise@katho-nrw.de](mailto:k.ise@katho-nrw.de)

[www.disup.de](http://www.disup.de)

