

Kinder aus alkoholbelasteten Familien

Kinder und Jugendliche aus alkoholbelasteten Familien sind anderen familiären Bedingungen ausgesetzt als ihre Altersgenossen ohne trinkende Eltern. Insbesondere eine oft angespannte und angstbesetzte Familienatmosphäre verbunden mit mangelnder Förderung, Vernachlässigung und mangelnder Zuneigung seitens der Eltern behindern die Kinder in ihren Entwicklungsmöglichkeiten und stellen sie vor Aufgaben, mit denen sie oft überfordert sind. Dazu treten deutlich häufiger Erfahrungen von Ehestreitigkeiten, Gewalt sowie Trennung und Scheidung der Eltern, die wiederum häufiger Umzüge und Schulwechsel nach sich ziehen. Insbesondere massive Gewalterfahrungen können traumatisierend wirken und posttraumatische Symptome hervorrufen (Zobel, in Druck). Weiterhin ist die Abhängigkeit v.a. des Vaters häufiger mit Arbeitslosigkeit und finanziellen Problemen verbunden (Zobel 2005).

Dies sind ungünstige Sozialisationsbedingungen, die eine gesunde Entwicklung der Kinder in Frage stellen. Zusammenfassend kann davon ausgegangen werden, dass viele Kinder und Jugendliche aus alkoholbelasteten Familien gegenüber Gleichaltrigen aus Familien ohne trinkende Eltern

- numerisch geringere Leistungen in Intelligenztests und beim sprachlichen Ausdrucksvermögen zeigen,
 - in schulischen Kontexten häufiger durch mangelnde Leistungen und unangemessenes Verhalten auffällig werden,
 - vermehrt Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsstörungen zeigen,
 - häufiger eine Störung des Sozialverhaltens entwickeln,
 - mehr Ängste und depressive Symptome zeigen, insbesondere bei einer als belastend empfundenen häuslichen Atmosphäre,
 - öfter sexuellem Missbrauch ausgesetzt sind,
 - eher zu somatischen und psychosomatischen Symptomen neigen,
 - später deutlich häufiger eine eigene Abhängigkeit entwickeln.
- (aus: Zobel 2000).

Diese eher defizitären Zuschreibungen werden allerdings relativiert durch Beobachtungen von Kagan (1984). Er untersuchte Kinder, die Krieg, Armut oder chronische Krankheiten der Eltern erlebt hatten und trotzdem weitgehend gesund blieben und kaum bedeutsame Auffälligkeiten entwickelten. Demnach sind neben den objektiven Umständen in denen ein Kind aufwächst, vor allem die subjektive Wahrnehmung und Bewertung dieser Umstände relevant für seine weitere Entwicklung. Es ist also neben den objektiven familiären Gegebenheiten entscheidend, wie ein Kind bestimmte aversive Erlebnisse wahrnimmt und interpretiert. In diesem Zusammenhang weisen Wolin und Wolin (1996) auf die Bedeutung der Resilienz für die weitere Entwicklung der Kinder hin. Resiliente Kinder zeichnen sich vor allem dadurch aus, dass sie

- ihre Talente effektiv nutzen,
- ein spezielles Hobby zusammen mit Freunden ausüben,
- mindestens eine(n) nahe(n) Freund/Freundin haben,
- in Krisenzeiten auf ein informelles Netzwerk von Nachbarn, Gleichaltrigen und Älteren zurückgreifen können,
- an Gemeinschaftsaktivitäten wie Schülerbands und Theatergruppen teilnehmen und

- sich die Schule als einen Bereich einrichten, in dem sie sich wohl und akzeptiert fühlen

Um Kindern in alkoholbelasteten Familien zu helfen, ist es daher notwendig, resilientes Verhalten und resiliente Einstellungen aufzubauen bzw. zu fördern. Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter sowie Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen finden hier wichtige Ansatzpunkte für ihre praktische Arbeit mit Kindern aus suchtbelasteten Familien.

Wolin und Wolin (1996) gehen von insgesamt sieben Resilienzen aus (Tabelle 1), die die Kinder in alkoholbelasteten Familien vor den Folgen der Familienumwelt schützen können: Werden beim Kind Einsicht, Unabhängigkeit, Beziehungsfähigkeit, Initiative, Kreativität, Humor und Moral früh entwickelt, können psychischen Störungen vermieden oder abgemildert werden. Die Autoren stellen die Entwicklung dieser Resilienzen von der Kindheit bis ins Erwachsenenalter vor.

Einsicht beginnt demnach mit dem Empfinden des Kindes, dass das Familienleben irgendwie komisch, wenig vertrauensvoll und nicht in Ordnung ist. Diese Wahrnehmung gilt es durch Außenstehende (z.B. Verwandte, Nachbarn, Freunde) zu bestätigen und zu unterstützen. Gleichzeitig ist es für das Kind wichtig, Informationen über das bestehende elterliche Alkoholproblem und über die Auswirkungen dieser Krankheit auf die Familie zu bekommen. Dies kann bei jüngeren Kindern beispielsweise durch geeignete Bilderbücher oder andere Materialien erreicht werden. Das Kind soll verstehen lernen, dass der abhängige Elternteil krank ist, aber momentan nichts gegen seine Krankheit unternimmt. Diese Krankheit bewirkt Schwankungen in Stimmung und Verhalten, die sich dann auch am Kind entladen. Die wichtigste Botschaft könnte lauten: „Dein Vater trinkt, weil er Probleme hat, nicht wegen dir.“

Tabelle 1:

Die sieben Resilienzen und ihre Entwicklung über die Lebensspanne (Wolin & Wolin 1996)

| | Kind | Jugendlicher | Erwachsener |
|----------------------------|--------------------|-------------------------------------|--------------------|
| Einsicht | Empfinden | Wissen | Verstehen |
| Unabhängigkeit | Sich lösen | Sich befreien | Getrennt leben |
| Beziehungsfähigkeit | Bindungen aufbauen | Andere Elternfiguren/Freunde werben | Bindungen eingehen |
| Initiative | Erforschen | Arbeiten | Erschaffen |
| Kreativität | Spielen | Formen | Entwerfen |
| Humor | Spielen | Formen | Lachen |
| Moral | Urteilen | Bewerten | Dienen |

Unabhängigkeit beginnt mit einer inneren Distanz zu den häuslichen Vorgängen und führt im weiteren Verlauf zu einer emotionalen und physischen Distanz zur Familie. Kinder in alkoholbelasteten Familien zeigen weniger Symptome, wenn sie dem elterlichen Trinken weniger ausgesetzt sind. Daher sollten Kinder die Gelegenheit haben, sich physisch von den häuslichen Gegebenheiten zu entfernen und Erfahrungen mit anderen Personen zu machen. Dies kann geschehen durch Unternehmungen mit Freunden oder Nachbarn, durch Freizeiten, Wochenendausflüge, Spiel- und Bastelnachmittage, sportliche Aktivitäten, Schulmeisterschaften etc. Positive Erfahrungen außerhalb des Elternhauses können eine innere Unabhängigkeit von den häuslichen Gegebenheiten fördern. In der weiteren Entwicklung kann es dem Kind gelingen, sich weiter psychisch und physisch von der Familie zu lösen und später als Erwachsener getrennt von der Familie zu leben. Unabhängigkeit ist erreicht, wenn der/die Betreffende in der Lage ist, getrennt von der Ursprungsfamilie zu leben und zu ihr aufgrund von freien Entschlüssen Kontakt zu halten, nicht aber wegen eines inneren Drucks oder den irrationalen Forderungen der Familie.

Der Aufbau von *Beziehungen* zu Personen außerhalb der Familie ist eine wichtige Fähigkeit, bei der Kinder aus alkoholbelasteten Familien angeleitet werden sollten. Verbindungen zu diesen Personen geben den Kindern einen Eindruck davon, dass andere Menschen anders leben und in anderen Haushalten andere Regeln gelten. Sie erfahren, dass ihre Spielkameraden von ihren Eltern mit Interesse und Wertschätzung behandelt werden und dass der Alkohol keine zentrale Rolle im täglichen Leben einnimmt. Sie erleben, dass andere Väter sich für ihre Kinder interessieren und mit ihnen spielen, statt sie zu ignorieren oder emotional zu benutzen.

Der Aufbau von *Initiative* beginnt mit dem Erforschen der Umwelt im Sinne von Versuch und Irrtum. Hier ist es ebenfalls notwendig, die Kinder entsprechend anzuleiten und zu fördern. Ein spielerisches Erforschen der Umwelt macht dem Kind Zusammenhänge zwischen Ursache und Wirkung klar und stärkt seine Selbstwirksamkeitserwartungen. Eigeninitiative des Kindes gilt es entsprechend zu verstärken und zu loben, um dem Kind Zutrauen zu weiteren Unternehmungen zu geben. Gerade diese Verstärkung erfahren die Kinder in ihren Ursprungsfamilien kaum und werden statt dessen oft eher kritisiert und abgewertet. Daher brauchen sie immer wieder Ansporn und Belobigung sowie die Rückmeldung, dass ihre Art zu handeln, zu denken und zu fühlen in Ordnung ist.

Die Fähigkeit zu *Kreativität* entsteht zunächst in wilden Spielen, in denen sich das Kind austoben und sich ausprobieren kann. Hier kann das Kind experimentieren und spielerisch Erfahrungen sammeln. Dieser spielerische Umgang nimmt dann mit der Zeit immer konkretere Formen an, wobei das Kind seine Gedanken und seine Gefühle ausdrücken kann. Auch hier braucht das Kind Anleitung und Bestätigung sowie Raum und Zeit, um seine Kreativität zu entwickeln. Durch künstlerisches Gestalten kann es einen Zugang zu seiner Befindlichkeit bekommen und sich in seinen Werken mitteilen. Kreatives Spielen und Arbeiten lenken darüber hinaus vom Alltag ab und geben dem Kind die Möglichkeit, etwas Neues und Besonderes zu erschaffen.

Humor ist etwas, was viele Kinder aus alkoholbelasteten Familien oft erst lernen müssen, da die häuslichen Verhältnisse oft alles andere als spaßig sind. Aufgrund der ständig angespannten Atmosphäre haben die Kinder die natürliche Fähigkeit zu Lachen und Spaß zu haben häufig wenig erlebt. Humor entwickelt sich in lustigen Spielen, in denen sie zusammen mit Gleichaltrigen oder Erwachsenen die Lust am Lachen entde-

cken und einen gewissen emotionalen Abstand zu den häuslichen Verhältnissen bekommen.

Die Entwicklung von *Moral* schließlich gibt den Kindern einen ethischen Rahmen, in dem Bewertungen vorgenommen werden. Diese Unterschiede sind für die Kinder in der familiären Umwelt oft nicht klar zu erkennen, da Bewertungen je nach Alkoholspiegel des Abhängigen sehr unterschiedlich ausfallen können. Was heute als angemessen und richtig qualifiziert wird, kann morgen schon als unangemessen und falsch gewertet werden. Daher fehlt den Kindern oft ein klarer und nachvollziehbarer Maßstab für angemessenes und unangemessenes Verhalten.

Gerade in der praktischen Arbeit mit alkoholbelasteten Familien sollte man sich weniger von vermeintlichen Defiziten, sondern insbesondere von den Ressourcen und Fähigkeiten der Kinder und Jugendlichen leiten lassen. Die Kinder bringen häufig ein beachtliches Potential an Möglichkeiten mit, das sie in einer entsprechend förderlichen Umgebung entfalten können.

Literatur

- Kagan, J. (1984). *The nature of the child*. New York: Basic Books.
- Wolin, S. & Wolin, S. (1996). The challenge model. Working with strengths in children of substance abusing parents. *Adolescent Substance Abuse and Dual Disorders*, 5, 243-256.
- Zobel, M. (2000). Kinder aus alkoholbelasteten Familien – Entwicklungsrisiken und –chancen. Göttingen: Hogrefe. (Neuaufgabe in Druck)
- Zobel, M. (2005). Wenn Eltern zu viel trinken. Risiken und Chancen für die Kinder. Bonn: Psychiatrie-Verlag.
- Zobel, M. (in Druck). Traumatherapie. Eine Einführung. Bonn: Psychiatrie-Verlag.

Der Autor:

Dr. Martin Zobel
Psychologischer Psychotherapeut
Bahnhofstr. 6
56068 Koblenz

Te.: 0261/43 78 8
martin.zobel@t-online.de
www.martin-zobel.de