

KidKit – Hilfe für Kinder und Jugendliche sucht- oder psychisch kranker Eltern

Sucht- und psychische Erkrankungen in der Familie stellen in der Gesellschaft immer noch Tabuthemen dar. Darunter leiden vor allem die Kinder, denn die Erkrankungen der Eltern können für sie in jeder Altersstufe gravierende Auswirkungen haben. KidKit ist ein bundesweites Hilfsangebot, das den Betroffenen niedrigschwellig Informationen und Beratung vermittelt.



KIDKIT (AUS VIDEOCLIP „KOMM, WIR SCHAFFEN DAS!“)

Elterliche Suchterkrankungen oder psychische Störungen sind zentrale Risiken für eine gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. In Deutschland betrifft dies nach Auffassung von Experten etwa jedes vierte Kind.

Internationalen Studien nach entwickeln zwischen 41 und 77 Prozent der Kinder psychisch erkrankter Eltern selbst psychische Störungen oder eine eigene Abhängigkeitserkrankung im Verlauf ihres Lebens (Kessler et al., 2010; Wille et al., 2008). Etwa die Hälfte der Kinder und Jugendlichen in kinder- und jugendpsychiatrischer Behandlung hat mindestens ein psychisch erkranktes Elternteil (Mattejat & Remschmidt, 2008).

Welche Auswirkungen haben elterliche Sucht- oder psychische Erkrankungen auf die Kinder?

Psychische Erkrankungen oder Suchterkrankungen der Eltern ziehen häufig schwierige Lebensumstände nach sich, wie nachteilige soziodemographische Bedingungen oder soziale Ausgrenzung. Auch ein ungünstiges El-

tern- und Erziehungsverhalten, unter Umständen sogar gewalttätiges Verhalten sind nicht selten.

Die Kinder beziehen das Verhalten der Eltern oft auf sich, indem sie versuchen, die Erkrankungen der Eltern oder die Gewalterfahrungen mit eigenen Fehlern zu erklären. Die Kinder fühlen sich deshalb schuldig und leiden unter starken Schamgefühlen sowie Selbstwertproblemen. Auch empfinden sie immer wieder enorme Angst um ihre Eltern und um sich selbst sowie Wut und Traurigkeit aufgrund der schwierigen Umstände. Diese Gefühle können oder dürfen aber nicht ausgedrückt werden.

Eltern mit Suchtproblemen oder psychischen Erkrankungen sind teilweise nicht dazu in der Lage, die materielle Versorgung ihrer Kinder sicherzustellen. Zum anderen erfüllen sie in vielen Fällen nicht die emotionalen Grundbedürfnisse eines Kindes nach Nähe, Zuwendung und Liebe.

Durch die Vernachlässigung der elterlichen Pflichten werden die alltäglichen Aufgaben innerhalb der Familie oftmals neu verteilt. Es kommt zur sogenann-

Anzahl betroffener Kinder und Jugendlicher von sucht- oder psychisch kranken Eltern

3,8 Millionen Kinder und Jugendliche sind im Verlauf eines Jahres mit einer psychischen Erkrankung oder Suchterkrankung eines Elternteils konfrontiert (Lenz, 2022).

2023 wurden 18.497 Kinder unter 14 Jahren Opfer sexuellen Missbrauchs sowie 4.336 Opfer schwerer Misshandlungen (Polizeiliche Kriminalstatistik).

ABB. 1: ANZAHL BETROFFENER KINDER UND JUGENDLICHER

ten Parentifizierung, bei der die Kinder Aufgaben der Eltern übernehmen, wie etwa das Versorgen jüngerer Geschwister oder den Haushalt.

Darüber hinaus können stationäre Aufenthalte oder Abwesenheiten der Eltern zu einer instabilen Eltern-Kind-Beziehung und damit unsicheren Bindung führen.

Problematisch ist auch, dass in den Familien häufig die Strategie des Verschweigens der Erkrankung herrscht, so dass die Kinder sich nicht trauen, sich an jemanden zu wenden und um Hilfe zu bitten.

Die entsprechenden Folgen für die Kinder können sehr tiefgreifend sein und neben körperlichen Schädigungen vor allem psychische Probleme hervorbringen.

Wie erkennt man Kinder aus psychisch oder suchtbelasteten Familien?

Kinder aus Familien mit Suchterkrankungen zeigen nicht eine bestimmte Art von Verhalten, sie neigen vielmehr zu verschiedenen, teilweise auch gegensätzlichen Verhaltensweisen. Im Schulalltag stehen diese aus dem Kontext gerissen da und werden im ungünstigsten Fall als Störung empfunden.

Zur Beschreibung des Anpassungsverhaltens der Kinder entwickelte Sharon Wegscheider (1988) ein sogenanntes Rollenmodell, das vier typische Verhaltensmuster bei Kindern aus suchtbelasteten Familien beschreibt: Der Held, der Sündenbock, das verlorene Kind und das Maskottchen.

Kinder aus Familien mit psychisch kranken Eltern weisen ebenfalls diese Rollenmuster auf.

Auswirkungen von elterlichen Sucht- oder psychischen Erkrankungen

- Nachteilige soziodemografische Bedingungen
- Soziale Ausgrenzung
- Eingeschränkte Erziehungsfähigkeit
- Vernachlässigung
- Unsichere Bindung
- Parentifizierung der Kinder
- Konflikte und Gewalt in der Familie
- Kommunikationsverbot
- Psychische Erkrankungen der Kinder

ABB. 2: AUSWIRKUNGEN VON ELTERLICHEN SUCHT- ODER PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN

Rollenmuster von Kindern mit elterlichen Sucht- oder psychischen Erkrankungen (nach Wegscheider 1988)

- **Held/Heldin:** übermäßig leistungsorientiert, überverantwortlich, braucht Zustimmung und Anerkennung von anderen, kann schlecht Spaß empfinden, hohes Stresslevel
- **Sündenbock/schwarzes Schaf:** feindseliges Verhalten mit viel Abwehr, Zurückgezogenheit, macht Ärger bis zu delinquentem Verhalten
- **Verlorenes/stilles Kind:** Einzelgänger, Tagträumer, sehr einsam, belohnt sich auch allein, z.B. mit Essen, PC-Spielen, wird übersehen, wird nicht vermisst
- **Maskottchen/Clown:** übermäßig niedlich, nett, unreif, macht alles, um Lacher oder Aufmerksamkeit hervorzurufen, schutzbedürftig, hyperaktiv, kurze Aufmerksamkeitsspanne, Lernprobleme, ängstlich

ABB. 3: ROLLENMUSTER

Die Rollenmuster sind nicht festgelegt. Es gibt auch Kinder, die gleichzeitig oder nacheinander mehrere Rollen einnehmen. Trotzdem können die Rollenmuster als Indikatoren genommen werden, die auf eine familiäre Dysfunktion hinweisen, besonders wenn es zu plötzlichen Verhaltensänderungen kommt.

Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es für betroffene Kinder und Jugendliche?

Aufgrund des Schweigegebots, das den Kindern und Jugendlichen häufig auferlegt wird, sind insbesondere Aufklärung und Enttabuisierung sowie ein niedrigschwelliger anonymer Zugang zum Hilfesystem von großer Bedeutung. Dies gilt insbesondere für diejenigen Kinder und Jugendlichen, deren Eltern keine Einsicht in die Behandlungsnotwendigkeit ihrer psychischen Störung oder Suchterkrankung haben. Das Hilfsprojekt KidKit ist ein Angebot, das diesen Ansatz zur Verfügung stellt.

KidKit besteht seit dem Jahr 2003 als digitales Informations- und Beratungsangebot für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 10 und 21 Jahren, die in Familien mit elterlicher Sucht, häuslicher

und sexualisierter Gewalt oder psychischen Erkrankungen aufwachsen.

KidKit liefert den Betroffenen altersgerechte, fundierte und ausführliche Informationen zu den genannten Themen. Es besteht aber vor allem auch die Möglichkeit zur Kontaktaufnahme und konkreten Hilfe. Ein Schwerpunkt liegt dabei in der qualifizierten, kostenlosen und anonymen Online-Beratung (Mail-Beratung, Einzel-/Gruppenchat-Beratung, Live-Chat).



Ziele der Beratung sind eine direkte emotionale Entlastung und Stabilisierung, Schutz vor Gewalt sowie eine Unterstützung zur Förderung der Autonomie und Selbstbestimmung (Empowerment).

Die Ratsuchenden erfahren, dass sie nicht die Schuld an ihrer Situation tragen und dass sie nicht allein sind. Sie werden über ihre Rechte aufgeklärt, Ressourcen werden herausgearbeitet und die Selbstwirksamkeit wird gefördert.

Über den in der Regel mittelfristig angelegten Beratungsprozess kommen auch wichtige beziehungskompensatorische Ansätze zum Tragen: Die Betroffenen erleben nicht selten erstmals Verlässlichkeit und Kontinuität in einer Beziehung. Die gemeinsame Arbeit mit einer festen Beraterin oder einem festen Berater kann verschüttetes Vertrauen in sich und andere zutage bringen. Diese Erfahrung dient der Wiederherstellung von Wahl- und Handlungsmöglichkeiten und kann insofern auch zu einem wichtigen Bindeglied zu höherschwellig angelegten Hilfen oder zur Einleitung von rechtlichen Schritten werden.

Es werden Adressen hilfreicher Institutionen und Organisationen genannt; bei Bedarf findet die Vermittlung an Kinderschutzstellen, Therapie- und Beratungseinrichtungen mit spezialisierten Einzel- und Gruppenangeboten, Jugendämter und die Polizei statt.

AUTORIN



Anna Buning, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Projektleitung KidKit

Dazu wird auch eine bundesweite digitale Datenbank mit Postleitzahlenrecherche zur Verfügung gestellt, wodurch zusätzlich eine eigenständige Suche nach Beratungsangeboten vor Ort gesichert ist.

Nicht zuletzt versucht KidKit durch verschiedene öffentlichkeitswirksame Aktionen, Gesellschaft und Politik für die Themen Sucht, Gewalt und psychische Erkrankungen in der Familie zu sensibilisieren und auf die Belastungen und emotionalen Bedürfnisse der betroffenen Kinder und Jugendlichen aufmerksam zu machen. Dies unter anderem durch Plakatkampagnen, Presse-, TV- und Radiobeiträge sowie Videoclips.

Die Träger von KidKit sind die gemeinnützigen Vereine Drogenhilfe Köln und KOALA. Zudem besteht mit NACOA Deutschland e.V. das vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) geförderte Verbundprojekt „Hilfen im Netz“.

Literatur

- Lenz, A. (2022). Kinder psychisch kranker Eltern stärken: Informationen zur Förderung von Resilienz in Familie, Kindergarten und Schule. Göttingen: Hogrefe, 22-23.
- Kessler, R.C. et al. (2010). Childhood adversities and adult psychopathology in the WHO World Mental Health Surveys. *The British Journal of Psychiatry*, 197, 378-385.
- Mattejat, F. & Remschmidt, H. (2008). Kinder psychisch kranker Eltern. *Deutsches Ärzteblatt*, 7, 312-317.
- Wegscheider, S. (1988). Es gibt doch eine Chance. Hoffnung und Heilung für die Alkoholiker-Familie. Wildberg: Bögner-Kaufmann, 133ff.
- Wille, N., Bettge, S., & Ravens-Sieberer, U. (2008). Risk and protective factors for children's and adolescents' mental health: Results of the BELLA study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 17(1), 133-147.