

Drogenkonsum und das soziale Umfeld

Mitbetroffen von (Alkohol-)Problemen

ArbeitskollegIn

LebenspartnerIn

Freunde



Familie (Kind)

Verwandte

MitbewohnerIn/NachbarIn

Bevölkerung/VerkehrsteilnehmerIn

**Die Situation von Kindern
in Familien, in denen
ein Elternteil oder beide
problematisch
psychoaktive Substanzen
konsumieren**

Literatur

- Mahlmann, Regina (2008): Resilienz. Ein Thema für Helfer? In: Freie Psychotherapie 2/2008. S. 7-9
- Werner, Emmy E. (2007): Entwicklung zwischen Risiko und Resilienz. In: Opp, Günther; Fingerle, Michael (Hrsg.): Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz. München, Basel. S. 20-31
- Wustmann, Corina (2004): Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Weinheim, Basel.
- Zobel, Martin (2001): Die Situation der Kinder in alkoholbelasteten Familien. In: Zobel, Martin (Hrsg.): Wenn Eltern zu viel trinken. Risiken und Chancen für die Kinder. Bonn. S. 38-52
- Arenz-Greiving, I.(1998). *Die vergessenen Kinder - Kinder von Suchtkranken*. Hamm.
- Rennert, M.(1989). *Co-Abhängigkeit - Was Sucht für die Familie bedeutet*. Freiburg.
- Zobel, M. (2017): Kinder aus alkoholbelasteten Familien: Entwicklungsrisiken und Chancen (Klinische Kinderpsychologie) Taschenbuch
- Klein, Michael (2017): Kinder suchtkranker Eltern – Entwicklungsrisiken, Psychopathologien und Ressourcen. Hamburg

Familienmuster allgemein

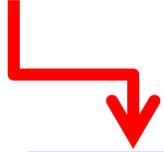
= Muster der Verständigung, Kommunikation u. gemeinsame Regeln des Verstehens, Interpretierens u. Handelns

Beziehen sich auf:

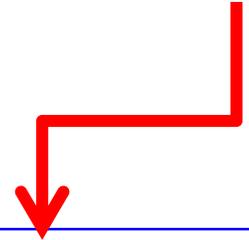
- Distanzregulierung = Neigung der Familienmitglieder, Nähe zu anderen zu suchen u. miteinander zu reden;
- Inhaltsintensität = Grad, mit dem über diverse Entscheidungen gesprochen wird;
- Affektive Energie, mit der solche Gespräche geführt werden;
- Variabilität zu Inhalt u. Affektivität.

Familienmuster allgemein

Konsum

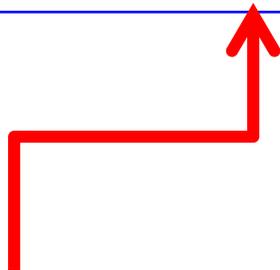


Konsum

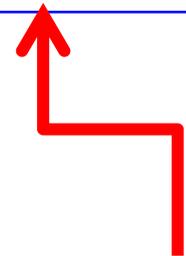


- Entwickeln sich allmählich = werden in Beziehung mit anderen gelernt u. geübt;
- Jede Familie bildet ihre eigenen Gewohnheiten, Routinen u. einen familientypischen Stil heraus;
- Schaffen durch wiederholtes Auftreten u. durch Festlegen von Grenzen Stabilität u. Zufriedenheit nach innen und außen.

Konsum



Konsum



Trinkprobleme sind in Familien unterschiedlich relevant

● Familienmuster

- Alle Muster werden durch Trinken gestört.
- Einige Muster werden gestört.
- Muster bestehen ungestört vom Trinken weiter.



Interaktionsmuster

- Familie in Auflösung;
- Verstrickte u. konfliktvermeidende Familie;
- Flexible u. offene Familie;
- Verstrickte Clinch-Familie (Retter-Opfer-Ankläger-Spiel).

Grenzstörungen in den familialen Beziehungen

Grenzstörungen nach außen

- Schutz vor Einblick von außen,
- Aber auch Isolation u. größere Abhängigkeit innerhalb der Familie

Grenzstörungen nach innen

- Triangulation = Probleme zwischen zwei Personen auf eine Dritte ablenken;
- Ausgleichs-, Entlastungs- u. Stützfunktion durch Parentifizierung.



Betroffen sind PartnerIn, die Kinder und nähere Angehörige

Alkoholprobleme und Veränderungen der familialen Beziehungen

Trinkender gewinnt Macht/Kontrolle über sein soziales Umfeld:

- Kontrolle über das, was gesagt, getan, gedacht u. gefühlt wird;
- Kontrolle konstant u. subtil = wird von beiden Seiten kaum noch wahrgenommen;
- Regeln beinhalten persönliche Ziele des Trinkenden = garantieren Zugriff auf Alkohol, vermeiden Schmerzen, schützen seine Abwehr u. dienen dem Zusammenhalt der Familie;
- Grenzstörungen nach außen und innen;
- Trinkender lernt sich als bedürftig zu präsentieren u. ruft abrupt Bereitschaft zu helfen ab.

 **Betroffen sind der Partner, die Kinder und nähere Angehörige** 

Regeln in Familien mit Trinkproblemen (I)

- Alkoholkonsum ist das Wichtigste in der Familie = alle anderen organisieren ihr Leben um das Trinkverhalten des Trinkenden.
- Trinken darf nicht zentrale Ursache familiärer Probleme sein = Trinken wird geleugnet und nicht als Wurzel von Familienproblemen dargestellt.
- Trinkender ist nicht für seine Probleme verantwortlich = Schuld- u. Schamgefühle werden auf andere Familienmitglieder projiziert, die sich diese aneignen u. selbst Gefühle von Scham u. Wertlosigkeit entwickeln.
- Status quo muss um jeden Preis erhalten bleiben = Trinkender kann sein Verhalten nur beibehalten, wenn die anderen Familienmitglieder ihr Verhalten beibehalten (z. B. vor den Konsequenzen seiner Abhängigkeit bewahren), deshalb wird jede Verhaltensänderung einzelner Familienmitglieder zurückgewiesen.
- Keiner darf darüber sprechen, was in der Familie vorgeht, weder innerhalb noch außerhalb der Familie.
- Niemand darf seine wirklichen Gefühle äußern = Erfahrungen von Vernachlässigung u. Zurückweisung verdrängen, Konflikte nicht austragen, Spannungen nicht thematisieren, Gefühle verleugnen
- Kommunikation gestört, widersprüchliche Botschaften = Angst hinter Aggressivität, Schuldgefühle hinter Vorwürfen, Hilflosigkeit hinter Kontrollverhalten.

Regeln in Familien mit Trinkproblemen (II)

- Geprägt durch Unvorhersehbarkeit u. Unberechenbarkeit des Verhaltens der Eltern;
- Grenzverletzungen (sexueller Missbrauch, Parentifizierung) hindern Kinder daran, Vertrauen aufzubauen u. verletzen Ich-Grenze der Kinder = Kinder lernen, nur dem zu vertrauen, was sie selbst in die Hand nehmen;
- Kinder müssen sich anpassen = übernehmen Aufgaben der Eltern, wenn diese ausfallen.



Charakteristisch ist Widersprüchlichkeit u. Unberechenbarkeit

vs.

Stabilität intakter Familien

Situation von Kindern in „Trinkerfamilien“

Ausmaß der Beeinträchtigungen abhängig:

- Vom Alkoholkonsum (u. a. Menge, Trinksituationen);
- Den Alkoholproblemen u. deren Relevanz für die Kinder mittelbar u. unmittelbar (u. a. Gewalt, sexueller Missbrauch, Vernachlässigung);
- Dem Bewältigungsverhalten u. den emotionalen Reaktionen der Partnerin und anderer Familienangehöriger (z. B. Großeltern);
- Der generellen Beeinträchtigung des familiären Lebens.



Kein Automatismus „Kindern aus Trinkerfamilien“ = gestörte Entwicklung!

ABER:

Ein erhöhtes Risiko für eine problematische Entwicklung!

Situation von Kindern in „Trinkerfamilien“ (I)

- Soziale Isolation durch Isolation der Gesamtfamilie;
- Kontakte zu Gleichaltrigen beschränkt auf Treffen außerhalb der Familie = frühes Heraustreten aus der Familie;
- Emotionale Ausbeutung:
 - ◆ Trinkenden u. Partner fordern Schutz, Verleugnung, Mitleid ein;
 - ◆ Forderung eigene Interessen u. Befindlichkeiten zurückzustellen;
 - ◆ Als sozial stützende Person im Prozess der Rehabilitation des Trinkenden funktionalisiert;
 - ◆ Mangel an erfahrbarer familialer Solidarität bei Problemen u. Konflikten = dauerndes „Auf-sich-gestellt-Sein“;
- Identitätsprobleme = Unterscheidung zwischen eigenen Bedürfnissen u. von außen herangetragenen Anforderungen sowie Durchsetzungsschwierigkeiten eines gesunden Selbstinteresses;
- Überforderung mit familiären Aufgaben durch Übernahme altersinadäquater Verpflichtungen u. von Verantwortung für das Verhalten des Trinkenden

Situation von Kindern in "Trinkerfamilien" (II)

- Überdimensional große emotionale Abhängigkeit von der Situation der Elternteile = können sich kaum von den Problemen der Eltern abgrenzen, werden immer miteinbezogen;
- Defizitäre Erfahrungen (Gewalt, Aggression, Vernachlässigung der Versorgung u. Betreuung, Entbehren emotionaler Geborgenheit u. Kontinuität der Beziehung);
- Beeinträchtigung u. Verunsicherung bei der Entwicklung eigener zufriedenstellender Lebensformen durch defizitäre elterliche Modelle:
 - wie soll Mann/Frau sein?
 - Lohnt sich Partnerschaft?
 - Was sind gesunde soziale Beziehungen?);

Situation von Kindern in "Trinkerfamilien" (III)

- Gestörte Beziehung zum Umgang mit psychoaktiven Substanzen;
- Häufig mehrere emotionale Probleme (u. a. Depression, Angst, Alpträume, Verdauungsstörungen, Kopfschmerz);
- Schlechte physische Gesundheit (u. a. Ernährung, Hygiene, Retardation);
- Psychische Störungen (Sprach-, emotionale Entwicklung, Bettnässen).

Alkoholprobleme u. Familie: Oft verkannte Folgen für die Kinder (I)

Störungen treten häufig gekoppelt mit Verhaltensstörungen auf:

- Kontaktschwierigkeiten durch gelernte inadäquate Art, Beziehungen aufzunehmen
- Niedriges Selbstwertgefühl, mangelndes Vertrauen
- Angst u. depressive Symptome
- Gewalterfahrungen
- Identitätsprobleme
- Psychosomatische Beschwerden
- Störungen im Körpererleben
- Unkindliches, pseudoerwachsenes Verhalten, altklug
- Verzögerte Sprachentwicklung
- Entwicklungsstörungen im körperlichen u. geistigen Bereich

Alkoholprobleme u. Familie: Oft verkannte Folgen für die Kinder (II)

Z. T. durch Belastungssituationen im Elternhaus geprägt:

- Unangemessene Sanktionen, wenn Probleme nicht bekannt sind, Strafe für Verhaltensweisen, die aus der Lebenssituation resultieren o. als Schutz vor dieser dienen.
- Negative Reaktion der Mitschüler (hänseln, isolieren, Sündenbock).
- Schamgefühle o. Verbote, Freunde nach Hause mitzubringen.
- Lügen, Stehlen, Disziplinprobleme durch Re-Inszenierung der Opferposition u. Wechsel in Täterposition.
- “Überlebensstrategie”: Anpassung durch Rückzug, Identifikation mit dem Aggressor, Verdopplung des Leistungsverhaltens.

Erwachsene Kinder von Abhängigen = Spätfolgen erst zwischen 20.-30. Lebensjahr

- ⊗ Haben keine klaren Vorstellungen davon, was normal ist;
- ⊗ Schwierigkeiten, ein Vorhaben von Anfang bis Ende durchzuführen, finden schlecht Prioritäten;
- ⊗ Lügen, auch wenn es leicht wäre, die Wahrheit zu sagen;
- ⊗ Verurteilen sich gnadenlos;
- ⊗ Vermeiden o. verschlimmern Konflikte, setzen sich damit aber nicht wirklich auseinander;
- ⊗ Schwierigkeiten, Spaß zu haben u. nehmen sich sehr ernst;
- ⊗ Schwierigkeiten mit intimen Beziehungen, kümmern sich zu sehr um andere, es fällt aber schwer positive Gefühle zu anderen Menschen aufzubauen;
- ⊗ Zeigen Überreaktion bei Veränderungen, auf die sie keinen Einfluss haben;
- ⊗ Suchen ständig Anerkennung u. Bestätigung, Furcht vor Kritik u. Beurteilung sowie vor Ablehnung u. Verlassen-werden, aber kritisieren u. lehnen andere gern ab;
- ⊗ Verhalten sich übertrieben verantwortlich o. total verantwortungslos;
- ⊗ Extrem zuverlässig, auch wenn dies nicht in der Weise angebracht/notwendig ist;
- ⊗ Suchen Spannungen u. Krisen, leiden aber darunter;
- ⊗ Fürchten Misserfolg, haben Schwierigkeiten mit Erfolg umzugehen;
- ⊗ sind impulsiv = verrennen sich in Verhaltensweisen, ohne Alternativen ernsthaft zu bedenken.

Funktionen von Elternschaft für problematisch Konsumierende

- Kind als Hoffnungsträger u. letzte Anlaufstelle für enttäuschte Erwartungen;
- Kind als Möglichkeit, in die Gesellschaft, in Normalität u. aus der Einsamkeit zurückzukehren;
- Kind als Bedürfnis des Neuanfangs;
- Kind als lebende Erinnerung an bereits verstorbene Bezugspersonen;
- Kind als Möglichkeit, eigene Defizite nachzuholen u. auszugleichen (Vermisstes soll den Kindern ermöglicht werden);
- Kind als Träger der eigenen nicht erfüllten Wünsche u. als Füllstoff für innere Leere.



**Frage nach der Berechtigung einer
Funktionalisierung von Schwangerschaft,
Geburt u. Elternschaft**



Resilienzen für Kinder aus Familien mit problematisch konsumierenden Eltern/-teilen

Zwei Fliegen fallen in ein Glas flüssiger Sahne.
Die eine klagt: „Ich kann doch nicht schwimmen!“, kapituliert und geht unter.

Die andere ruft: „Ich gebe nicht einfach auf!“ und strampelt so lange, bis sich die Sahne festigt und sie fortfliegen kann.

Resilienz und protektive Faktoren als Ressourcen

Resilienz = Fähigkeit von Kindern, „trotz widriger Umstände psychische Gesundheit (...) zu bewahren oder (...) zu entwickeln.“ (Zobel 2001, S. 93)

- Ergebnis eines Interaktionsprozesses, der sich zwischen Individuum und seiner Umwelt vollzieht;
- Resilienz zeigt sich in der Bewältigung von Risiken.

Protektive (schützende) Faktoren = „Faktoren oder Prozesse, die dem Kind (...) helfen, sich trotz hohem Risiko normal zu entwickeln.“ (Werner 2007, S. 20)



Ressourcen → Produkt aus protektiven Faktoren und Resilienzen

Schutzfaktorenkonzept

Sieben Resilienzen:

- Einsicht
- Unabhängigkeit
- Beziehungsfähigkeit
- Initiative
- Kreativität
- Humor
- Moral

Personale Ressourcen (u. a.):

- Entwickeln von Resilienzen;
- Positives Selbstwertgefühl bzw. positive Lebenseinstellung;
- Temperament, das positive Aufmerksamkeit seitens der Umwelt hervorruft;
- Durchschnittliche Intelligenz sowie mündliche und schriftliche Kommunikationsfähigkeit;
- Glaube an Selbsthilfemöglichkeiten;
- Fähigkeit zur Verantwortungsübernahme.

Soziale Ressourcen (u. a.):

- Feste und stete Bezugsperson;
- Ständig genügend Aufmerksamkeit aus der Umwelt;
- Respektierender Freundes- und Bekanntenkreis;
- Positive Verbindung mit der Schule;
- Religiöse Überzeugung.

Resilienz bei Kindern aus abhängigkeitsbelasteten Familien

- Hilfe- und Unterstützungsmöglichkeiten notwendig;
- Resilienzkonzept behilflich, um Kinder optimal in ihren eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu unterstützen;
- Eigene Strategien ausbauen, damit es Kindern gelingt, mit problematischem elterlichen Drogenkonsum zu leben und sich selbst zu schützen;
- Kind kann eigene Ressourcen nutzen.

Resilienz bei Kindern aus abhängigkeitsbelasteten Familien

„[...] resiliente Kinder haben bessere Chancen, die auf sie zukommenden gesellschaftlichen, familialen und individuellen Veränderungen und Krisen erfolgreich zu bewältigen.“ (Wustmann 2004, S. 15)

Mitbetroffen von (Alkohol-)Problemen

ArbeitskollegIn

LebenspartnerIn

Freunde



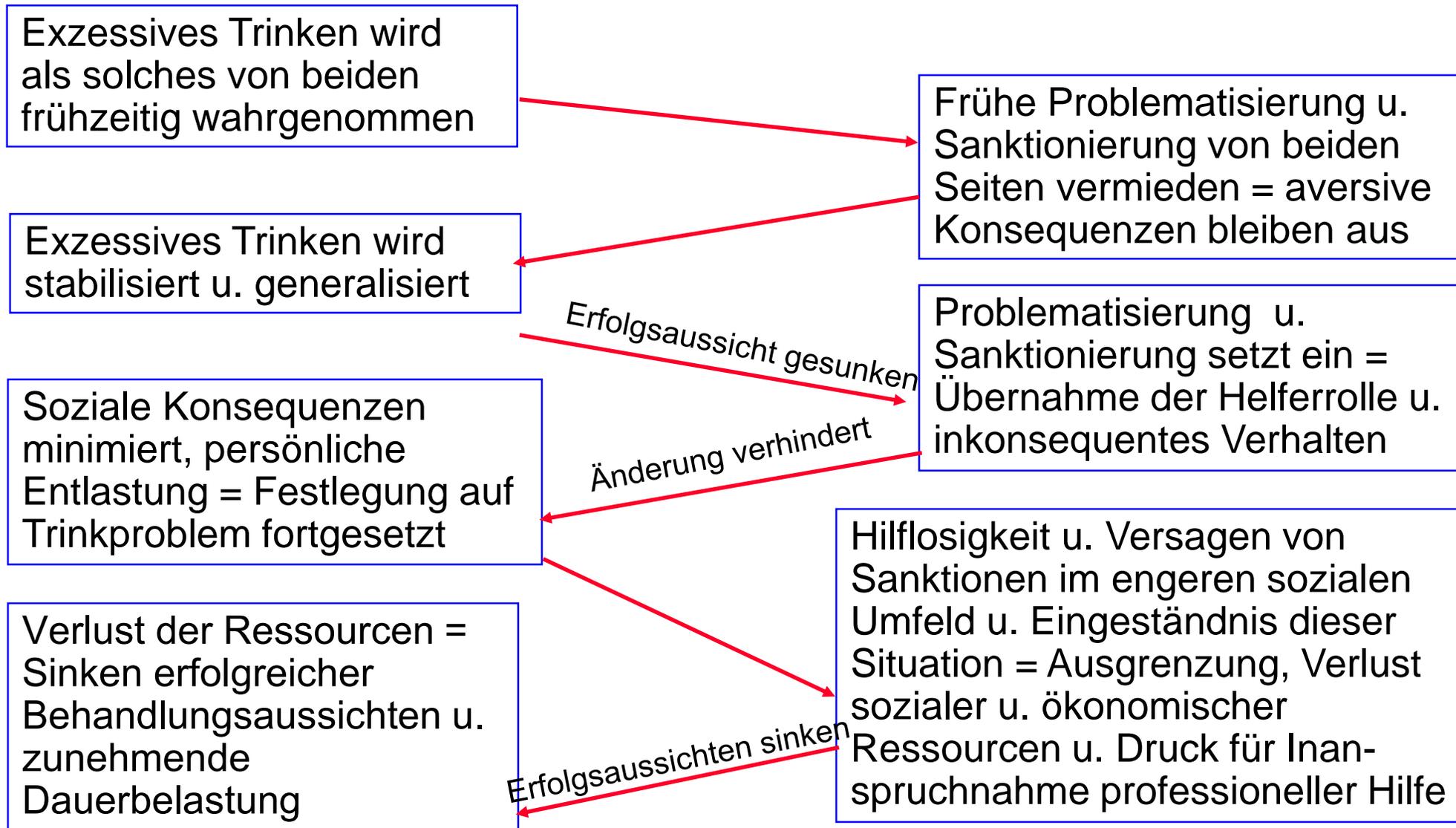
Familie (Kind)

Verwandte

MitbewohnerIn/NachbarIn

Bevölkerung/VerkehrsteilnehmerIn

Interaktion zwischen TrinkerIn u. sozialem Umfeld



Alkoholprobleme

- ⇒ Keine individuelle Pathologie, sondern entstehen in einem komplexen sozialen Wechselwirkungsprozess;
- ⇒ Nicht bloß eine Qualität des Verhaltens der TrinkerIn, sondern ein Produkt aus Verhalten des Trinkenden u. den Antworten anderer auf dieses Verhalten.

Was später ein „Alkoholiker“ ist, ist die Folge einer langsamen Veränderung in den sozialen Beziehungen durch:

- Festlegen auf abweichendes Verhalten;
- Ausgrenzen aus normativen Verhaltensbereichen;
- Einschränkungen der Handlungsmöglichkeiten.

Endet mit Zuschreibung der Rolle "Alkoholiker" u. damit verbundenen Verhaltenserwartungen = Beitrag zur Aufrechterhaltung des abweichenden Verhaltens

Drogenkonsum und das soziale Umfeld

Das Thema „Co-Abhängigkeit“

Begriffsauffassungen zu "Co-Abhängigkeit"

z.T. stigmatisierend!

- Beschreibt Familienmitglieder eines Abhängigen u. deren besondere physische u. psychische Belastung sowie deren schlechten Gesundheitszustand;
- Beschreibt Wesenszüge u. Verhalten von Personen, die mit Süchtigen zusammenleben o. sehr enge Beziehungen haben u. deren Leben durch den problematischen Drogenkonsum mit beeinträchtigt ist;
- Beschreibt jegliches emotionales, psychisches u. soziales Verhalten, das Sucht unterstützt.

Co-Abhängigkeit = typisch weiblich???

Männer süchtiger Frauen:

- verlassen ihre Partnerin schneller als nichtsüchtige Frauen ihren abhängigen Mann,
- geben ihren Frauen selten eine ähnlich intensive Unterstützung,
- begleiten ihre Frauen weniger häufig zu u. in Therapien,
- sind seltener bereit, sich selbst in Therapie einzubringen (Paartherapie, Angehörigenarbeit),
- entscheiden sich fast nie, zusammen mit der Partnerin ein abstinentes Leben zu führen.

Gefühlslagen bei „Alkoholismus u. Partnerschaft/Familie

Scham

Schuldgefühle

Schock

Isolation

Verstecken müssen

Schuldzuweisung

Zukunftsangst

Angst vor Rückfall

Enttäuschung

Hilflosigkeit

Unwissenheit

Konflikte

Abwehr

Beziehungsprobleme

Verhaltensstrategien Co-Abhängiger

- Vermeiden u. Beschützen;
- Versuch, den Drogenkonsum des Partners zu kontrollieren;
- Übernehmen von Verantwortung für Verhalten des Partners;
- Rationalisieren u. Akzeptieren;
- Kooperation u. Kollaboration;
- Retten u. sich dem Abhängigen nützen/unentbehrlich machen.



**Was zunächst als Notwendigkeit zur Selbsterhaltung beginnt,
kann eine eigene zerstörerische Dynamik annehmen.**

Szenen einer co-abhängigen Beziehung:

Entschuldigungs- u. Beschützerphase

Kontrollphase

- Drogenkonsum mit Liebesentzug o. Belohnung regeln,
- Bemühen, "Paarabwertung" u. Beschämung zu minimieren (Bezahlen von Schulden, Abholen aus der Kneipe, Entschuldigen beim Arbeitgeber, Erklärungen vor Freunden)

Anklagephase

- Vorwürfe u. Klagen beherrschen die Beziehung,
- Glaube an eigene Entscheidungsfähigkeit u. an sich selbst geht verloren,

Zusammenbruch/Hilfs- u. Ratlosigkeit

- oft gibt erst Unglück der Kinder o. Unvermögen, diese noch weiter schützen zu können, Anstoß für Suche nach Hilfe

Die Symbiose in Partnerschaften mit Drogenproblemen

Trinkender:

- ❖ Gier, Konsumverlangen
- ❖ Verleugnung der eigenen Sucht
- ❖ durch Trinken vermeiden, das eigene Leben aktiv zu gestalten
- ❖ Vergessen wollen
- ❖ Isolation
- ❖ Grenzenlosigkeit
- ❖ Passivität
- ❖ Versorgungswünsche
- ❖ Verarmung durch Sucht

nichttrinkende PartnerIn:

- ❖ Kontrolle
- ❖ Verleugnung der Sucht u. ihrer Folgen im sozialen Nahfeld
- ❖ Vermeiden der Auseinandersetzung mit den eigenen Strukturen durch Leben für andere
- ❖ Selbstvergessen in Fürsorge
- ❖ Isolation
- ❖ Inkonsequenz
- ❖ Aktivität
- ❖ Versorgung
- ❖ Verarmung durch Fürsorge

braucht die Droge  braucht den Süchtigen

Verlust gleichgestellter Partnerschaft:

PartnerIn

steigt auf zur Übermacht

- Kontrollieren u. manipulieren den Betroffenen,
- Reißen Führungs- u. Entscheidungsgewalt an sich,
- Arbeiten an ihrer eigenen Selbstaufwertung,

PartnerIn

Betroffener

- Übernahme der Rolle des Unterlegenen, Störers, Versagers,
- Kaum noch Möglichkeiten für aktives, gestaltendes Handeln,
- Verantwortung für soziales Nahfeld u. sich selbst entzogen.

Betroffener

sinkt ab in Bedeutungslosigkeit

Co-Abhängigkeit: Folgen für den Betroffenen (I)

Emotionales u. verhaltensmäßige Befindlichkeit Co-Abhängiger:

- Unehrlichkeit (Verleugnung, Projektion);
- Gestörtes Gefühlsleben (abgespaltene, verzerrte, starre Gefühle);
- Kontrollverhalten u. Leichtgläubigkeit;
- Unentbehrlichkeit u. Perfektionismus;
- Außenorientierung (Fremdbestimmt-sein, geringes Selbstwertgefühl, Eindruck-Schinden, Beziehungssucht u. Klammerbeziehungen, sich nicht abgrenzen können, kein Vertrauen in die eigene Wahrnehmung, Unterwürfigkeit);
- Abhängigkeitsprobleme;
- Angst, Starrheit, Rechthaberei.

Co-Abhängigkeit: Folgen für den Betroffenen (II)

Emotionales u. verhaltensmäßige Befindlichkeit Co-Abhängiger

- Unterlegenheits-/Überlegenheitsgefühle;
- Übertriebene Fürsorge (sich unentbehrlich machen, zum Märtyrer werden);
- Rigidität;
- Selbstbezogenheit u. Egozentrik;
- Verunsicherung in eigenen Wert- u. Moralvorstellungen, Gefühlsstau;
- Negativismus.

Möglicher Gewinn aus Co-Abhängigkeit

- ↪ Über den Umweg, Verantwortung für einen anderen zu übernehmen, wird Verantwortung für das eigene Leben delegiert,
- ↪ Vollständige Konzentration auf Betroffenen erspart Auseinandersetzung mit eigenen Problemen,
- ↪ Misslungene Hilfeversuche binden Energie, bieten Beschäftigung u. Bestätigung, eine "gute Partnerin/Frau" zu sein,
- ↪ Erzeugt Aufmerksamkeit, Zuwendung u. Interesse,
- ↪ Anerkennung/Lob für eigene Leistungen u. Leiden im weiteren sozialen Umfeld,
- ↪ Führt zu einem Zuwachs an Macht: Übernahme von Verantwortung, wird zur alleinigen Ansprechpartnerin für Familie, Kinder u. Fremde.

↳ **Impulse für das Halten des Partners in der Abhängigkeit** ←

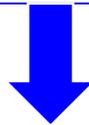
Motivation von Co-Abhängigen

- Haben selbst wenig Fürsorge erfahren u. suchen in Überfürsorglichkeit Ersatzbefriedigung;
- Reagieren unbewusst auf den vertrauten Typus "wenig emotionale Zuwendung, mangelnde Liebe“;
- Versuchen durch Liebe u. Angepasstheit Aufmerksamkeit zu erreichen;
- Überdimensionale Trennungsangst;
- Niedriger Grad der Selbstachtung - übernehmen daher schnell u. in großem Umfang Schuld u. Verantwortung;
- Extremes Kontrollbedürfnis in allen Beziehungen, das als "Hilfebereitschaft" maskiert ist;
- Starkes Dominanzbestreben in Beziehungen - ebenfalls als "Hilfebereitschaft" maskiert;
- Helfersyndrom als Mittel, keine Verantwortung für sich selbst zu übernehmen u. eigene Probleme nicht zu bearbeiten;
- Versuche, durch Stress u. Konflikte eigene labile Phasen zu überbrücken.

Co-Abhängige bei einer Besserung des Betroffenen

Neue Gefühle u. Strukturen sind zu verarbeiten:

- „Verletzt u. eifersüchtig sein“, weil Partner von anderen Hilfe annimmt;
- Partner erhält Lob für Veränderung, Partnerin damit weniger wichtig;
- Abgabe von Aufmerksamkeit, Aufgaben, Verantwortung u. Macht;
- Aushandeln neuer Rollen tangiert auch die Rolle der Partnerin.



- **Krise/Auflösung der Beziehung oft erst nach Abstinenz**

Seminar: Kinder aus abhängigkeitsbelasteten Familien

Schutzfaktorenkonzept

Sieben Resilienzen:

- Einsicht
- Unabhängigkeit
- Beziehungsfähigkeit
- Initiative
- Kreativität
- Humor
- Moral

Personale Ressourcen (u. a.):

- Entwickeln von Resilienzen;
- Positives Selbstwertgefühl bzw. positive Lebenseinstellung;
- Temperament, das positive Aufmerksamkeit seitens der Umwelt hervorruft;
- Durchschnittliche Intelligenz sowie mündliche und schriftliche Kommunikationsfähigkeit;
- Glaube an Selbsthilfemöglichkeiten;
- Fähigkeit zur Verantwortungsübernahme.

Soziale Ressourcen (u. a.):

- Feste und stete Bezugsperson;
- Ständig genügend Aufmerksamkeit aus der Umwelt;
- Respektierender Freundes- und Bekanntenkreis;
- Positive Verbindung mit der Schule;
- Religiöse Überzeugung.

**Ausgehend vom
Schutzkonzept für
Kinder aus
abhängigkeitsbelasteten
Familien: Entwickeln Sie
eine Strategie, wie Sie
Kinder fördern würden!!!**

4. Resilienz stärken			
Ressourcen im Kind	Wie sehen die Ressourcen beim Kind aus?	Wie können die Ressourcen gefördert werden?	Wer ist noch daran beteiligt?
Kreativität	bastelt und malt sehr gern	beim Malzirkel im Jugendclub anmelden	Mitarbeiter im Jugendclub
Humor	erzählt manchmal Witze	Witzbücher, lustige Geschichten erzählen	Eltern, Herr Riger
Einsicht	Fragt sich, warum Papa trinkt.	Bücher, die sich damit beschäftigen, zum Lesen geben, gemeinsames Gespräch mit Eltern	Eltern, Herr Riger
Moral	Hans glaubt an Gott.	Hans kann in den kirchlichen Jugendverein gehen. Man kann Hans fragen, wie er betet.	Kirchenverein

mögliche Ressourcen: Einsicht, Unabhängigkeit, Beziehungsfähigkeit, Initiative, Kreativität, Humor, Moral, positives Selbstwertgefühl, schulische Leistungsfähigkeit, Verantwortungsübernahme und viele mehr

soziale Ressourcen	Wie sehen die Ressourcen beim Kind aus?	Wie können die Ressourcen gefördert werden?	Wer ist noch daran beteiligt?
Feste Bezugsperson	Er geht jeden Montag zu seinen Großeltern. Jeden Mittwoch ist Hans bei der sozialen Gruppenarbeit.	mit Großeltern absprechen, ob auf zweimal die Woche erweitern	Großeltern Frau Klee
Freundes- und Bekanntenkreis	Hans hat einen besten Freund in der Nachbarschaft.		Markus

mögliche Ressourcen:

festе Bezugsperson, Freundes- und Bekanntenkreis, positive Verbindung mit der Schule, Aufmerksamkeit von der Umwelt, Einhalten von familiären Ritualen und viele mehr

aus: Julia Hille: Ressource ICH: Resilienz bei Kindern aus abhängigkeitsbelasteten Familien. Bachelorarbeit 2008.

Formen elterlicher Gewalt (nicht nur in Trinkerfamilien):

- Vernachlässigung elementarer Grundbedürfnisse;
- Soziale Isolation;
- Psychoterror (Erniedrigung, Demütigung, Drohung, gezieltes Erzeugen von Angst, Liebesentzug, Zerstören geliebter Gegenstände, Tötung geliebter Haustiere);
- Unberechenbarkeit: dramatischer Wechsel von Nähe u. Abweisung, Zärtlichkeit u. Grausamkeit;
- Kindesmisshandlungen (Schläge, Verstümmelung, bis Kindstötung);
- Sexuelle Übergriffe bis hin zu schwersten inneren u. äußeren Verletzungen.

Überlebensstrategien von Kindern (I)

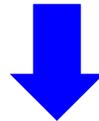
- Nur nicht darüber reden! (Angst, Scham, Verbot, Glaube an Normalität, Schuldgefühle);
- Trau keinem! (Lügen als etwas Normales, führt zu Einsamkeit u. Hoffnungslosigkeit);
- Unterdrücke u. kontrolliere Deine Gefühle! (um emotionale Schmerzen zu vermeiden);
- Verleugne Wünsche, die Deine Verletzlichkeit u. Schwäche zeigen;
- Handle nach dem, was ich sage, nicht nach dem, was ich tu! (um Konflikt zwischen beidem aufzulösen);
- Die Bedürfnisse der anderen sind wichtiger als die eigenen;
- Grenz Dich nicht ab u. überlass nicht anderen die Verantwortung!

Überlebensstrategien von Kindern (II)

- Es gibt nur ein Entweder-Oder! (entweder Stark-sein u. ganze Verantwortung übernehmen oder schwach u. Verantwortung ablehnen u. dafür zur Rechenschaft gezogen werden);
- Wenn Du jemanden nahe sein willst, musst Du bereit sein, dies bis zur Selbstaufgabe zu tun!
- Du musst erfolgreich u. selbständig sein, um keine Belastung darzustellen u. damit die Eltern auf Dich stolz sein können! (aber nur begrenzt in der Familie verwirklichen, denn Dir geht es gut u. Deinen Bezugspersonen schlecht, deshalb solltest Du Dich schämen);
- Bedürfnisse dürfen nicht direkt geäußert werden u. müssen den Bedürfnissen der anderen entsprechen!
- Konflikte, auch mit zukünftigen Partnern, dürfen nicht direkt geklärt werden, denn das könnte die Beziehung gefährden!

Positive Funktionen des Trinkenden für das Familiensystem

- Unvollständige Ablösung der Elternpersonen vom eigenen Elternhaus = damit zusammenhängende Konflikte, Gefühle etc. findet in Dramatik um den Trinkenden ein Ventil;
- Leben u. Alltag der Familie ist eingefahren, Verbesserungsaktivitäten eingeschränkt = Trinkender lebt mittels Symptom die Wünsche o. Ängste der anderen;
- Trinkender übernimmt die Rolle des “schwarzen Schafs”, schafft damit in Rollenverteilung Raum für die Geschwister (z. B. Held) u. erleichtert diesen die Ablösung in die Selbständigkeit;
- Konfrontiert die Familie mit Konfliktthemen = Macht-Ohnmacht, Starksein-Schwachsein, Distanz-Nähe, Verschmelzung-Abgrenzung, Kontrollieren-Loslassen, sich zeigen-sich verbergen, sich durchsetzen-sich anpassen, frei sein - gefangen sein.



**Legt Finger auf die wunden Punkte der Beziehung =
Chance der Bewusstwerdung u. Weiterentwicklung**