



[Tätertherapie ist Opferschutz >](#)
[< Erfolgreiches Wohnprojekt](#)

Wenn Eltern süchtig sind, leiden die Kinder

Fast jedes sechste Kind in Deutschland lebt in einer Suchtfamilie



Mehr als zwei Millionen

Kinder haben suchtkranke Eltern

© somenski, fotolia

Vorsichtige Schätzungen gehen davon aus, dass es in Deutschland 2,65 Millionen Kinder alkoholkranker Eltern gibt. 40.000 bis 50.000 Kinder haben Eltern, die von illegalen Drogen abhängig sind. Dazu kommen ungefähr 6 Millionen erwachsene Menschen, die in ihrer Kindheit mit Sucht im Elternhaus konfrontiert waren. Das ergibt eine Anzahl von 8 Millionen.

Zehn Prozent der Deutschen haben akut oder hatten in ihrer Kindheit mit Sucht in ihrem nahen sozialen Umfeld zu tun. Henning Mielke schätzt die Zahl der betroffenen Kinder in der Realität noch viel höher ein, da die stoffunabhängigen Süchte wie Spielsucht, Onlinesucht, Beziehungsabhängigkeiten oder Sex- und Liebessucht statistisch gar nicht erfasst sind. Mielke ist selbst Kind süchtiger Eltern und Gründer der Interessensvertretung für Kinder aus Suchtfamilien „NACOA Deutschland“. Er meint: „Die Gesellschaft ‘versüchtelt’. Das heißt, dass sich die Menschen zunehmend betäuben, weil ihre alltäglichen Sorgen und Schwierigkeiten einen Schmerz auslösen. Unsere Gesellschaft ist heute in einem hohen Maße eine Suchtgesellschaft.“ Die Kinder leiden besonders darunter, weil suchtkranke Eltern emotional für sie nicht greifbar sind. Und dabei ist es egal, ob sie betrunken sind, sich ständig in der Spielhalle aufhalten oder ob sie sich Ihren Kick durch unkontrolliertes Einkaufen oder Internetsurfen holen. Man kann im Prinzip jedes Verhalten so ausüben, dass es einen zwanghaften Charakter bekommt. Henning Mielke: „Dann werden die Kinder mit ihren Bedürfnissen von den Eltern nicht wahrgenommen und die Eltern können ihre Kinder nicht zuverlässig mit Liebe und Zuwendung versorgen – so, wie es die Kinder es eigentlich bräuchten.“ Die Folgen für die Kinder suchtkranker Eltern sind gravierend. In der Familie herrscht eine Atmosphäre, die allein durch die Sucht des abhängigen Elternteils bestimmt ist, was bei betroffenen Kindern häufig zu seelischen und körperlichen Gesundheitsproblemen wie Depressionen und Angstzuständen führt. Auch

zeigen sie oft Verhaltensauffälligkeiten und schlechtere Leistungen in der Schule als die Kinder aus nicht suchtbelasteten Familien.

„Der Elch im Wohnzimmer“

Die Geschichte vom „Elch im Wohnzimmer“ stammt vom Selbsthilfeverein „NACOA“. Sie beschreibt sehr bildlich, welche Atmosphäre in einer Suchtfamilie herrscht: „Stell dir vor, bei euch stünde ein ausgewachsener Elch im Wohnzimmer. Das Tierchen riecht recht streng, beansprucht eine Menge Platz, und sobald es sich bewegt, geht jede Menge Zeug zu Bruch. Der Elch ist Dauergast bei euch. Stell dir vor, dass es in deiner Familie ein geheimes Abkommen gibt, dass niemand jemals darüber sprechen darf, dass da ein Elch im Wohnzimmer steht. Das ist bei **Strafe** strengstens verboten! Alle müssen so tun, als wäre der Elch nicht da. Und alle halten sich auch daran. Wenn er auf den Boden scheidet ... Husch, husch, wird der Mist beseitigt, ohne Aufsehen zu erregen. Die Familie hat keinen Platz mehr, um gemeinsam zu Abend zu essen, weil der Elch so riesig ist. Jeder quetscht sich in eine Ecke und tut so, als wäre alles in bester Ordnung. Kannst du dir vorstellen, wie sich die Kinder in der Familie nach einer Woche fühlen? Nach zwei Wochen? Nach drei? Wahrscheinlich würden sie ihre Eltern am liebsten laut anschreien: „Schafft endlich den verdammten Elch raus!“ Aber: Es gilt ja die geheime Regel: kein Wort über den Elch!“



Der Elch symbolisiert, wie sich das Leben in einer Suchtfamilie anfühlt

© Jörg Kreuziger

Unausgesprochene Regeln in einer Suchtfamilie

Die Metapher zeigt: Das Problem der Suchterkrankung eines oder beider Elternteile wird von allen Familienmitgliedern wahrgenommen. Es beeinflusst den Alltag, aber keiner redet darüber und somit tut auch niemand etwas dagegen. In einer Familie mit alkohol-, tabletten- oder drogenabhängigen Eltern dominieren somit drei große Gebote, nach denen sich das Verhalten der Kinder ausrichtet:

Don't talk (Rede nicht!)

Don't trust (Vertraue nicht!)

Don't feel (Fühle nicht!)

Das Kind bekommt von seinen Eltern signalisiert, dass es über die Sucht und die Probleme nicht reden darf, weder innerhalb noch außerhalb der Familie. Das trägt zu einer sozialen Isolierung des Kindes bei. Außerdem lernt das Kind, dass es seiner eigenen Wahrnehmung nicht trauen kann, da es von seinen Eltern permanent belogen wird. Sie vermitteln dem Kind, dass das, was das Kind wahrgenommen hat, nicht stimmt. Diese Situation verwirrt das Kind und es bekommt das Gefühl, dass etwas mit ihm selbst nicht in Ordnung ist. Des Weiteren bewirkt die Unberechenbarkeit der nahestehenden Personen, dass das Kind lernt, dass auf niemanden Verlass ist. Das dritte Gebot: Fühle nicht! verbietet dem Kind Gefühle wie Angst, Wut oder Trauer seinen Eltern gegenüber zu zeigen. Denn es würde ja bedeuten, dass in der Familie etwas nicht stimmt. Es gibt also keinen Raum für die eigenen Empfindungen. Weil das Kind seine Gefühle ständig unterdrücken muss, verliert es den Kontakt zu seinen eigenen Emotionen und lernt seine eigenen Bedürfnisse nicht kennen. Das aus diesen Regeln resultierende Verhalten der Kinder






Henning Mielke, selbst Kind suchtkranker Eltern, gründete einen Verein für Kinder aus Suchtfamilien.

© privat

innerhalb der Suchtfamilie beschreibt Henning Mielke so: „Die Kinder sind zu Hause wie ein kleiner Seismograph und fragen sich: Wo droht hier die nächste Gefahr, wo muss ich eventuell einspringen um Schlimmeres zu verhüten?“ Sie bekommen ganz früh und oft auf einer nonverbalen Ebene von den Eltern vermittelt: Nur nichts nach draußen tragen. Was in der Familie vor sich geht, darf keiner erfahren – ob nun im Kindergarten oder in der Schule. Die Kinder werden zu „Geheimnisträgern“. Damit sind sie natürlich auch in einer emotionalen Falle, weil sie sich für ihre Eltern, die sie doch eigentlich lieben, zutiefst schämen. Die Kinder spüren – selbst wenn sie nicht genau wissen, dass es Sucht ist – dass etwas bei ihnen zu Hause anders ist und dass darüber nicht gesprochen werden darf. „Dadurch sind sie gegenüber anderen Kindern und auch gegenüber ihren Lehrern und Erziehern nicht mehr unbefangen: Sie rennen wie **Falschgeld** durch die Gegend mit dem Gefühl: Ich habe etwas zu verbergen. Das ist natürlich auch eine ganz schwere Bürde für die Kinder.“ Diese Belastung hat schwere Folgen für ihre eigene psychische Entwicklung.

Folgende Artikel könnten Sie auch interessieren:

-  [Zwangsheirat in Deutschland](#)
-  [Salafismus in Deutschland](#)
-  [Kinder in Not](#)

[Alle Artikel dieser Kategorie](#)

Weitere Infos für Eltern



Nebenklage, Adhäsionsverfahren und Opferentschädigungsgesetz

Welche Rechte haben Opfer einer Straftat?

Wer **Opfer** einer Straftat wird, hat oft lange mit den Folgen zu...[\[mehr erfahren\]](#)



Ein Gespräch mit der Bundesdatenschutzbeauftragten

EU-Datenschutz und digitale Sorglosigkeit

Durch die Digitalisierung wachsen die Anforderungen an den...[\[mehr erfahren\]](#)



Milde Urteile und freie Straftäter

Die Strafverfolgung muss konsequenter werden

Deutschland ist ein [Rechtsstaat](#). Wenn die [Polizei](#) einen Täter...[\[mehr erfahren\]](#)



Zwischen Ermittlungsgrundlage und Datenschutz

Vorratsdatenspeicherung - ja oder nein?

Die Speicherung von Verkehrsdaten, also der Aufzeichnung wesentlicher...[\[mehr erfahren\]](#)



Wer darf was?

Polizei, Ordnungsamt und private Sicherheitsdienste

[Polizei](#), Ordnungsämter oder private Sicherheitsdienste -...[\[mehr erfahren\]](#)
