

Hilfe für Jugendliche aus belasteten Familien

Wenn ein Elternteil ein Suchtproblem hat, psychisch oder physisch erkrankt ist, ist dies für die ganze Familie belastend. Für Kinder und Jugendliche ist es besonders schwierig. Sie erleben die negativen Auswirkung des Suchtmittels (z.B. des Alkohols) auf ihren Vater oder ihre Mutter, können aber die Verhaltensweisen des süchtigen Elternteils nicht einschätzen. Ähnlich ist es wenn die Mutter oder der Vater psychisch oder physisch erkrankt ist.

Die **Familie** ist vielleicht bemüht die Normalität zu wahren, oft hat sie keine Sprache für die eigene Hilflosigkeit und Verzweiflung. Die Hoffnung auf eine baldige Besserung, der Wunsch doch „normal“ zu sein, sowie Verleugnungstendenzen machen es Angehörigen schwer, die belastende Situation offen anzusprechen und nach Lösungen zu suchen.

Kinder können das Problem vielleicht nicht benennen, doch sie sehen es und leiden darunter. Die schwierigen Umstände in der Familie zwingen Kinder, sich zu schützen und sich den Verhältnissen anzupassen.

Bei Untersuchungen zum Anpassungsstreben von Kindern aus alkoholbelasteten Familien zeigten sich verschiedene Verhaltensrollen, welche die unterschiedlichen Bewältigungsversuche der Kinder beschreiben. Die Rollen bilden im wesentlichen zwei gegensätzliche Dimensionen ab: **Überverantwortung** versus **Unterverantwortung** sowie **Aufmerksamkeitsgewinnung** versus **Aufmerksamkeitsvermeidung**. Dabei zeigen sich verschiedene Rollenmuster.

Die einen versuchen der häuslichen Willkür durch aktives Engagement entgegen zu treten. Sie werden für ihre frühe Selbständigkeit und ihre Verantwortungsübernahme gelobt. Diese Kinder zeigen oft intensive Gefühle von Ärger, psychosomatische Probleme sowie zuweilen exzessiven Perfektionismus.

Andere neigen zu ausagierendem Verhalten, Rebellion und Auflehnung (Sündenbock). Durch ihr oppositionelles Verhalten bekommen sie hauptsächlich negative Aufmerksamkeit. Die Verhaltensweisen dieser Kinder werden in der Familie zum Problem und lenken vom eigentlichen Problem (z.B. dem Alkohol) ab.

Andere Kinder ziehen sich in ihre eigene Welt zurück. Dadurch schützen sie sich vor den unkontrollierbaren Reaktionen der Eltern und entlasten die Familie. Sie sind unauffällig, einsam und fühlen sich bedeutungslos. Diese Kinder leisten keinen Widerstand, sie gehen Konflikten aus dem Weg, wirken unsicher, hilflos und zeigen oft Kontaktschwierigkeiten.

Eine weitere Form ist die Rolle des Clowns. Diese Kinder fallen durch Spass und Aufgeschlossenheit auf. Durch ihre extrovertierte Art erhalten sie viel Aufmerksamkeit, wirken aber andererseits meist unreif, ängstlich und wenig belastbar. Diesen Kindern bleibt nicht verborgen, dass etwas in der Familie nicht stimmt. Die allgemeine Spannungserhöhung in der Familie entladen sie durch spassige Aktionen.

Kinder sowie Jugendliche aus belasteten Familien regieren sehr unterschiedlich auf die Probleme, mit denen sie täglich konfrontiert sind. Auch sie brauchen Unterstützung in der Bewältigung der schwierigen familiären Situation.

Die Jugendberatung Blinker bietet eine **Gesprächsgruppe für Jugendliche** (12 - 16jährig) aus belasteten Familien an. In dieser Gesprächsgruppe wird mit Hilfe von Geschichten, die in Zusammenhang mit der familiären Situation stehen, über die aktuellen Probleme gesprochen und die Möglichkeit gegeben, diese zu bewältigen. Die Jugendlichen kommen mit anderen Jugendlichen in Kontakt, die dieselbe Problematik erleben und können in der Gruppe die Schwierigkeiten der eigenen Familiensituation angehen. Sie erhalten altersgerechte und hilfreiche Informationen zum Thema Sucht, Suchtmittel, psychische oder physische Erkrankung.

Eine thematische Gruppe hat den Vorteil, dass die Jugendlichen merken, dass auch noch andere unter derselben Problematik leiden. Sie setzt im Erlebnisbereich der Jugendlichen an. Die Gleichaltrigengruppe hilft den Jugendlichen die eigene Identität zu formen und zu stärken, sich von den Erwachsenen mehr zu distanzieren und am Erleben der eigenen Generation teilzunehmen. Ausserdem eignen sich Gruppen gut zur Enttabuisierung von Themen, in diesem Fall der Suchtproblematik und einer Erkrankung. Es ist wichtig, dass die Jugendlichen lernen ihren Gefühlen und ihren Wahrnehmungen zu trauen, und dass sie das Recht haben, sich für ihre Bedürfnisse einzusetzen.

Gerne beraten wir sie auch per Telefon.

Wir sind von Montag bis Freitag von 14.00-18.00 Uhr telefonisch unter 044 730 61 61 erreichbar oder per Mail blinker@sd-l.ch.

Anmeldung für die Gesprächsgruppe bis 13. Oktober 2010. Via E-Mail, per Post mit dem Anmeldetalon oder per Telefon.

Gabrielle Anhorn, Dipl. Psych., Jugendberatung Blinker, Fachstelle des Sozialdienstes Limmattal