

## Helfer mit Herz außerhalb des Elternhauses

Ein Ratgeber für die Arbeit mit Kindern aus Suchtfamilien  
von Catherine L. Herzog

Die vielen Stunden, die Sie als Lehrer/in oder Erzieher/in mit Kindern verbringen, können einen großen Einfluss auf die Qualität ihres Lebens haben – jetzt und in Zukunft. Sie gehören im Leben dieser Kinder zu den Erwachsenen, denen sie am meisten vertrauen, und an die sie sich am wahrscheinlichsten wenden werden, wenn sie Hilfe und Führung brauchen. Die Zeit, die sie mit Ihnen verbringen, ist möglicherweise die angenehmste Zeit des Tages für sie. Die Beziehungen, die sie mit Ihnen aufnehmen, sind für viele Kinder eine der wenigen Quellen des Trostes und der Ermutigung. Dies gilt in besonderem Maße für die Kinder, deren Eltern alkoholkrank oder drogensüchtig sind.

Alkoholismus ist eine Familienkrankheit, die alle Mitglieder der Familie in Mitleidenschaft zieht – auch die Kinder. Doch durch Hilfe sind diese Kinder in der Lage zu lernen, wie sie mit den Härten des Lebens fertig werden und gedeihen können. Und genau an diesem Punkt kommen Sie ins Spiel.

Als Pädagoge kann Ihr Engagement im Leben eines Kindes den entscheidenden Unterschied machen, ob ein unter der Familienkrankheit leidendes Kind möglicherweise später ein eigenes Alkoholproblem entwickelt oder ob es gesunde Bewältigungsmuster lernt und sich weiter in Richtung auf ein glückliches und produktives Leben entwickelt.

### Was können Lehrer/innen und Erzieher/innen tun?

Um Kindern aus Suchtfamilien zu helfen, sollte der erste Schritt für Sie darin bestehen, sich Informationen zu beschaffen. Informieren Sie sich über Alkoholismus und wie die Familie dadurch in Mitleidenschaft gezogen wird. Recherchieren Sie die Hilfsmöglichkeiten, die alkoholkranken Familien in Ihrer Gemeinde zur Verfügung stehen.

Bei richtiger Behandlung sind die Genesungschancen bei Alkoholismus sehr gut. Und obgleich das Risiko einer späteren Suchterkrankungen tatsächlich in den Familien kursiert, gibt es doch viele Dinge, die Sie tun können, um die Gefahr einer künftigen Alkoholsucht der Kinder zu verringern.

Wie sie vielleicht schon im Artikel „Beginnen Sie mit dem Herzen“ gelesen haben, brauchen Kinder aus Suchtfamilien altersgemäße Information, die ihnen zu

verstehen hilft, dass Alkoholismus eine Krankheit ist. Doch noch wichtiger ist es, dass Kinder gesunde Beziehungen zu vertrauenswürdigen Erwachsenen und zu ihren Altersgenossen erleben.

Durch so viele gebrochene Versprechen, Verwirrung, barsche Worte und die Bedrohung durch Missbrauch haben Kinder aus Suchtfamilien gelernt, anderen grundsätzlich zu misstrauen. Sie werden still und isolieren sich dauerhaft. Ohne Intervention wachsen diese Kinder zu Erwachsenen heran, die schwer an den Bürden der Trauer und der Ungewissheit tragen, die sie in ihrer Kindheit erlebt haben.

Da Sie so viele Stunden mit den Kindern im Klassenzimmer verbringen, sind Sie in einer idealen Position, um Kinder Vertrauen zu lehren. Und wenn Kinder Vertrauen lernen, lernen sie auch, sich mit sich selber und ihren Entwicklungsmöglichkeiten wohl zu fühlen. Sie entwickeln die Fähigkeit, bessere Entscheidungen zu treffen, ihre Umgebung mitzugestalten und selbstbewusst in die eigene Zukunft zu blicken.

### Auf die Bedürfnisse von Kindern aus Suchtfamilien eingehen

Im Nachfolgenden möchten wir Ihnen einige Leitlinien geben, welche Grundkenntnisse, Einstellungen und Fertigkeiten wichtig sind, um auf die Bedürfnisse von Kindern aus Suchtfamilien eingehen zu können. Wir von NACOA hoffen, dass alle Berufsgruppen, die mit Kindern zu tun haben, sich diese oder ähnliche Leitlinien zu eigen machen. Sie wurden von einer interdisziplinären Beratergruppe der National Association for Children of Alcoholics erarbeitet. Durch geeignete Anleitung, Ressourcen und Training können Lehrer/innen und Erzieher/innen Kinder vor einigen der negativen und verwirrenden Auswirkungen ihres Umfeldes schützen. Sie können ihnen ein besseres Verständnis für die Situation vermitteln, in der sie leben und den Willen stärken, mit dieser Situation klarzukommen.

### Kernkompetenzen, die Sie im Umgang mit Kindern aus Suchtfamilien brauchen

1. Sie sind mit den Eigenarten von Alkoholismus und anderen Drogenabhängigkeiten so vertraut, dass Sie in der Lage sind, diese genau zu erkennen. Es ist

- aber nicht Ihre Aufgabe, eine Suchterkrankung bei anderen zu diagnostizieren.
2. Sie sind in der Lage, Verhaltensmuster zu erkennen, die Kinder aus Suchtfamilien zeigen.
  3. Sie sind sich bewusst, welchen potenziellen Nutzen eine rechtzeitige und frühe Intervention sowohl für Kinder als auch für die Familie haben kann.
  4. Sie sind mit den Hilfsangeboten für Familien mit Suchtproblemen vertraut, die in Ihrer Gemeinde zur Verfügung stehen.
  5. Sie sind in der Lage zu erkennen, wann Ihre Sachkenntnis durch die Bedürfnisse eines Kindes aus einer Suchtfamilie überfordert wird und Sie selber Hilfe durch Supervision in Anspruch nehmen sollten.
  6. Sie sind in der Lage, ein angemessenes Maß an Anteilnahme in schwierigen Situationen zu zeigen sowie ein angemessenes Maß an Unterstützung anzubieten.
  7. Sie sind in der Lage, die Stärken eines Kindes zu erkennen und darauf aufzubauen.
  8. Sie sind sich bewusst, mit welchen Verhaltensweisen Sie dem Kind im Alltag helfen können. Sie tun dies, indem Sie im Alltag als Rollenvorbild fungieren, indem Sie sich konsequent verhalten und dem Kind zeigen, wie man sichere Grenzen setzen kann.
  9. Sie stehen dem Kind oder Jugendlichen bei Bedarf für weitergehende Hilfe oder Unterstützung zur Verfügung.

### Die Kernkompetenzen in der Praxis

Die oben aufgelisteten Kernkompetenzen sollen Lehrer/innen und Erzieher/innen ein Verständnis vermitteln, welche Fertigkeiten man braucht, wenn man mit Kindern aus alkoholkranken Familien arbeitet. Schulleiter können anhand der Liste Möglichkeiten erwägen, wie diese Kompetenzen Eingang in ihr Kollegium finden können, z. B. indem sie ihm hilfreiches Lesematerial zur Verfügung stellen, Möglichkeiten für Rollenspiele schaffen und für Unterstützung und Anleitung sorgen, wenn es akute Probleme im Zusammenhang mit Alkoholismus gibt. Erzieher/innen können in Hinblick auf die Liste die Bereiche herausfinden, die sie stärken müssen. Lassen Sie uns vier der Kernkompetenzen näher erörtern:

#### Ein/e guter Zuhörer/in und Kommunikator/in sein

Eines der drängendsten Probleme, das viele Kinder von Alkoholikern haben, ist, dass sie niemanden haben, mit dem sie über ihre Bedürfnisse, Ängste und Hoffnungen sprechen können. Für diese Kinder ist es wichtig zu erfahren, dass ihre Gefühle normal sind, und dass es völlig

in Ordnung ist, durcheinander zu sein und manchmal auch traurig, ängstlich oder wütend über die Situation zu Hause. Entdeckt ein Kind seine Gefühle und seinen Willen, so ist es in der Lage, sich auszudrücken und seine Selbstwahrnehmung zu verbessern. Das wiederum kann Ihnen helfen, ein besseres Verständnis für das Kind zu gewinnen und abzuschätzen, ob das Kind in Gefahr ist, missbraucht zu werden oder nicht.

In angemessenen Grenzen kann jeder Betreuer Kindern helfen, darüber zu sprechen, was sie in ihrem Leben mögen oder nicht mögen. Er sollte dabei aber stets bedenken, dass Unterstützung von anderen professionellen Helfern nötig werden könnte. Ein/e Erzieher/in, der/die dem Kind wirklich zuhört, wird mit der Zeit ein Gespür dafür entwickeln, ob das Kind von der Hilfe eines Therapeuten profitieren würde.

Wenn Sie die Schwere der persönlichen oder sozialen Probleme eines Kindes nicht einschätzen können, dann fragen Sie Ihre/n Vorgesetzte/n um Rat und erörtern Sie das weitere Vorgehen. Lehrer/innen, Erzieher/innen und Sozialarbeiter/innen fühlen sich oftmals unsicher, wenn ihnen ein Kind über das Trinkproblem eines Elternteils berichtet, denn sie sorgen sich über die Reaktion der Eltern, wenn sie erfahren, dass ihr Kind jemandem außerhalb der Familie ein Familienproblem anvertraut hat. Wird ein wütender Elternteil in ihre Einrichtung kommen und sich darüber beschweren, dass Sie sich in die Privatangelegenheiten der Familie eingemischt haben? Wird das Kind dafür bestraft, dass es etwas gesagt hat? Dies sind ernsthafte Befürchtungen. Wenn Sie Ihre Gespräche mit dem Kind lediglich auf dessen Gefühle beschränken, sollte es für die Eltern keinen Anlass zur Besorgnis geben. Vermeiden Sie es im Gespräch mit den Eltern, die Schwierigkeiten des Kindes als Ergebnis des elterlichen Alkoholismus zu deuten. Ein alkoholkranker Elternteil, der mit dem Trinken weitermachen will oder sich seines Alkoholismus schämt, wird fast immer leugnen, überhaupt ein Trinkproblem zu haben. Und die Partnerin oder der Partner eines Alkoholikers wird meist aus Angst vor Beschämung oder aus Schutzbedürfnis gegenüber der Familie davon absehen, über das Trinkproblem zu sprechen. Dennoch, wenn ein Elternteil an sie herantritt, weil sie mit dem Kind gesprochen haben, so reagieren Sie positiv und richten Sie den Fokus auf die Entwicklung, die Leistungen und die Stärken des Kindes. Seien Sie behutsam und vermeiden Sie Andeutungen, die Schwierigkeiten des Kindes seien Ergebnis des elterlichen Alkoholismus. Sprechen Sie statt dessen über Themen, die direkt mit dem Kind und seiner Fortentwicklung zu tun haben, so wird der Elternteil wahrscheinlich für Ihre Hilfe dankbar sein.

Wenn keiner der Eltern das Thema Alkoholismus zur Sprache bringt und Sie Grund zur Annahme haben, dass das Kind gefährdet oder massiv vernachlässigt ist, sollten Sie und ihr Schulleiter mit dem zuständigen Jugendamt sprechen. Wenn es soweit kommen sollte, beschränken Sie sich eher darauf, Verhaltensweisen zu beschreiben, die sie tatsächlich beobachtet haben – z. B. lallendes Sprechen –, als einen Verdacht auf elterlichen Alkoholismus zu diskutieren.

Denken Sie daran: Es ist nicht Ihre Aufgabe, den Alkoholismus zu diagnostizieren und noch viel weniger, das Problem zu lösen. Ihr Ziel ist es, dem Kind so zu helfen, dass es trotz des Stresses in der Familie gedeihen kann.

### Kinder ermutigen, Freundschaften und gute soziale Fähigkeiten zu entwickeln

Manche Kinder von Alkoholikern haben Schwierigkeiten, Beziehungen zu ihren Altersgenossen und zu Erwachsenen zu entwickeln, weil das Verhalten ihrer Eltern oft nicht sozial ist. Die Eltern sind möglicherweise isoliert, depressiv und reagieren unter Stress aggressiv. Ihre Kinder brauchen wie alle Kinder Gelegenheiten, sich an Gruppenaktivitäten zu beteiligen und zu lernen, wie man friedlich und effektiv Probleme löst.

Durch Teilnahme an solchen Aktivitäten können Kinder, die von Sucht in der Familie betroffen sind, lebenswichtige Fertigkeiten lernen, die mit dem Aufbau dauernder Freundschaften einhergehen, und sie gewinnen ein Gefühl von Zugehörigkeit und Selbstwert.

Am Anfang mogeln sich Kinder aus Suchtfamilien vielleicht an Gruppenaktivitäten vorbei. Wenn ein Kind nur ein minimales Selbstwertgefühl hat, fühlt es sich möglicherweise unfähig, irgendetwas zur Gruppe beizutragen. Erzieher/innen können hier einschreiten und dem Kind helfen, indem sie nach Möglichkeiten suchen, ihm den Weg erst in kleinere und schließlich auch in größere Gruppenaktivitäten zu erleichtern.

### Vorsichtige Beobachtung

Wenn Sie mit Kindern zusammen sind, achten Sie auf Verhaltensweisen, die Aufschluss über ihre Beziehungen zu Altersgenossen, ihre Interessen und ihre Leistungen geben. Häufig können Sie aus der bloßen Beobachtung des Verhaltens eines Kindes eine Menge Einsichten gewinnen. Das ist besonders bei ganz kleinen Kindern wichtig, die eingeschränkte sprachliche Fertigkeiten aufweisen oder bei solchen, die verwirrt reagieren, wenn es in Kindergarten oder Schule nicht so chaotisch und ungesund zugeht wie in ihrem Elternhaus.

Wenn Sie mit Kindern arbeiten, sollten Sie auf einige Dinge besonders achten. Dazu zählen körperliche Symptome, die auf ernste Probleme zu Hause hinweisen, wie ständige Bauchschmerzen, Kopfschmerzen und chronische Müdigkeit. Andere Warnsignale sind Verwirrung, emotionale Anspannung oder Ängste, Geistesabwesenheit, starke Gefühlsschwankungen, extreme Impulsivität und zwanghafter Ehrgeiz. Wenn diese Warnzeichen vorliegen, sollten Sie sich mit Ihrem Schulleiter und dem Schulpsychologen beraten, wie hierauf am besten zu reagieren ist.

Durch Ihre Ausbildung und den regelmäßigen Kontakt zu den Kindern sind Sie in der Lage, im Aussehen eines Kindes auch solche Hinweise auf Missbrauch oder Vernachlässigung wahrzunehmen, die verborgener sind als die ganz offensichtlichen blauen Flecken, wie z. B. Fehlernährung, ausgerissene Haare etc. Wenn ein begründeter Verdacht auf Kindsmisbrauch oder Vernachlässigung vorliegt, sind die Schulen gehalten, geeignete Gegenmaßnahmen auch in Zusammenarbeit mit dem Jugendamt oder einer zuständigen Beratungsstelle einzuleiten.

Abgesehen von offensichtlichem körperlichem Missbrauch und Vernachlässigung sollten Sie auf Phasen exzessiver Müdigkeit oder Anspannung achten. Diese Symptome können an manchen Tagen deutlicher zutage treten als an anderen. Wenn sie sich öfter wiederholen, können sie Muster aufzeigen, und es sind diese Muster, die von besonderer Wichtigkeit sind. Bei Kindern aus Suchtfamilien spiegeln solche Muster mit hoher Wahrscheinlichkeit Konflikte im Elternhaus wider. Wenn ein alkoholkranker Elternteil z. B. ein chronischer Wochenendrinker ist, werden Sie das Kind am Montag teilnahmslos oder schlafend erleben. Dienstags bis donnerstags mag das Kind wieder sehr lebendig erscheinen, um dann am Freitag eine hohe innere Anspannung zu zeigen, die wahrscheinlich aus der Vorahnung des bevorstehenden Wochenendes erwächst.

Es ist wichtig, dass Sie gegenüber den Bedürfnissen der Kinder in Ihrer Klasse aufmerksam bleiben. Wenn Sie ihr beständiger Beobachter sind, können Sie für die Kinder außerordentlich hilfreich sein. Sorgfältige Beobachtung ermöglicht es Ihnen, ihre Empfehlung für den Schulpsychologen oder einen professionellen Therapeuten gegenüber ihrer Schulleitung zu begründen und mit Fakten zu unterlegen. Sie sind in der Lage, Therapeuten konkrete Informationen und Verhaltensbeobachtungen zur Verfügung zu stellen statt vager Besorgnisse und Beschuldigungen.

### Hilfreiche Botschaften für Kinder aus suchtkranken Familien

- Wie alle Kinder hast du Stärken und Fähigkeiten, die dir helfen, wenn du Stress hast.
- Versuche in der Schule oder in deiner Nachbarschaft, Dinge zu unternehmen, die dir Spaß machen: Das kann das Schulorchester sein, ein Sportverein oder eine Pfadfindergruppe. Diese Aktivitäten können dir helfen, deine Probleme zu Hause für eine Weile zu vergessen, du kannst dabei viel Neues über dich selbst erfahren, und du kannst von anderen lernen, wie sie ihr Leben gestalten.
- Wenn du über Sorgen oder Ängste sprichst, die mit deinem Zuhause zu tun haben, ist das o. k. Du bist deswegen nicht gemein zu deiner Familie. Wenn du mit jemandem über deine Gefühle sprichst, dem du vertraust, kann dir das helfen, dich weniger allein zu fühlen.
- Wenn du mit suchtkranken Eltern zusammenlebst, mag es verwirrend sein, Liebe und Hass gleichzeitig zu fühlen, aber das ist normal. Jeder hat manchmal verwirrende Gefühle, und andere Kinder von suchtkranken Eltern empfinden gegenüber ihren Eltern genau so.
- Es ist in Ordnung, wenn du dich in der Schule/Kita wohlfühlst und mit deinen Freunden Spaß hast. Das schadet niemandem.
- Suche dir eine vertrauenswürdige Person, die du anrufen kannst oder zu der du hingehen kannst, wenn es zu Hause Schwierigkeiten gibt.
- Weil ein Elternteil von dir Alkoholiker/in ist, heißt das nicht, dass du eines Tages automatisch auch eine/r sein wirst. Die meisten Kinder von Suchtkranken werden selbst nicht süchtig. Viele entscheiden, dass der beste Weg, sich vor der Krankheit zu schützen, darin besteht, überhaupt keinen Alkohol zu trinken. Andere entscheiden sich, zu warten, bis sie über 21 Jahre alt sind, um dann herauszufinden, ob sie mit Alkohol umgehen können. Beide Entscheidungen können davor schützen, selbst alkoholkrank zu werden.
- Die meisten Kinder von Alkoholikern sind oft verwirrt, wenn es um solche Dinge wie Alkohol geht. Wenn du dich manchmal verwirrt fühlst, dann sprich darüber mit einem Erwachsenen, dem du vertraust.
- Du hast keine Kontrolle über das Trinken eines anderen. Du hast das Problem nicht verursacht, und du kannst es auch nicht stoppen. Was dein alkoholkranker Elternteil tut, ist nicht deine Verantwortung, und du hast daran keinerlei Schuld.

### Die Stärken eines Kindes erkennen und fördern

Es ist zwar wichtig, die Probleme von Kindern mit Alkoholismus im Elternhaus zu verstehen und anzusprechen, wir dürfen dabei aber nicht die Stärken und die Widerstandsfähigkeit (Resilienz) übersehen, die für diese Kinder ebenso charakteristisch sind. Viele Kinder von alkoholkranken Eltern entwickeln geniale Strategien für ihr emotionales und physisches Überleben angesichts schwierigster Umstände. Diese Kinder finden Wege, sich selbst, ihren Geschwistern und anderen Familienmitgliedern zu helfen, und viele schaffen es sogar, sich dabei ihren Sinn für Humor, ihre Hoffnung und ein Wissen um den Sinn ihres Lebens zu bewahren. Nehmen Sie ihre Gesten der Freundlichkeit, Großzügigkeit und Hilfsbereitschaft gegenüber anderen wahr und erkennen Sie sie an. Lächeln Sie und lachen Sie mit ihnen, wenn ihr Humor die Dinge wieder in die richtige Perspektive rückt und zu einer spielerischen Leichtigkeit beiträgt.

Der stärkste Einfluss im Leben eines belasteten Kindes ist ein fürsorglicher Erwachsener, der ein aufrichtiges Interesse an dem Kind hat. Als Lehrer/in oder Erzieher/in sind Sie ein ausgezeichneter Kandidat für diese Rolle. Nehmen sie die Versuche des Kindes wahr, sich auf Sie zu beziehen, sich Ihr Verhalten zum Vorbild zu nehmen, und Ihre Aufmerksamkeit zu erwecken und unterstützen Sie das Kind darin. Diese Verhaltensweisen sind vielleicht die Wichtigsten, auf die Sie achten und reagieren sollten.

Vergessen Sie nicht, mit den Eltern die Stärken und Fähigkeiten eines Kindes zu besprechen. Dies ist eine von vielen Möglichkeiten, wie Sie den Eltern Ihre Unterstützung vermitteln können.

### Wenn ein Kind Ihre Hilfe sucht ...

Nachfolgend eine Auflistung von Dingen, die Sie tun bzw. vermeiden sollten, wenn ein Kind sich an Sie um Hilfe wendet. Berücksichtigen Sie, dass Ihre Reaktionen natürlich auf die individuellen Bedürfnisse und Umstände des Kindes zurechtgeschnitten sein müssen.

- Erarbeiten Sie gemeinsam mit Ihrer Schulleitung eine Liste der in Ihrer Gemeinde verfügbaren Hilfsdienste und professionellen Helfer, die auf die speziellen Bedürfnisse von Kindern aus Suchtfamilien spezialisiert sind. Wenn Sie wissen, welche Institutionen die nötigen Ressourcen haben, kommen Sie leichter an Informationen, wie Sie dem Kind helfen können und wie Sie das Kind und seine Familie mit dem Hilfsdienst zusammenbringen können.



- Pflegen Sie enge Kontakte zu geeigneten professionellen Helfern, damit Sie mit ihnen zusammenarbeiten können, wenn ein Kind Ihre Hilfe sucht.
- Geben Sie dem Kind eine angemessene Unterstützung, wenn es Sie um Hilfe bittet. Sie sind möglicherweise die einzige Person, an die das Kind sich wendet.
- Halten Sie Bücher oder Broschüren über Sucht bereit, die für Kinder geschrieben wurden. Sie können Sie bei der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen oder bei Al-Anon für wenig Geld oder sogar gratis bekommen (siehe NACOA Literaturtipps)
- Denken Sie daran, dass Kinder aus Suchtfamilien sich durch Bekunden von Zuneigung – speziell Körperkontakt – bedroht fühlen können. Wenn ein Kind normalem Kontakt ausweicht, sollte dies Anlass zur Sorge sein. Beraten Sie sich mit dem Schulpsychologen oder anderen professionellen Helfern.
- Erarbeiten Sie im Kollegium eine Richtlinie, die regelt, was passieren soll, wenn ein Elternteil sein Kind abholt und offensichtlich alkoholisiert ist.
- Beruhigen Sie das Kind und geben Sie ihm die Gewissheit, dass es richtig war, Hilfe bei Ihnen zu suchen.
- Reagieren Sie nie unwirsch, mit Verlegenheit oder Desinteresse, wenn ein Kind Sie um Hilfe bittet. Dies könnte das Kind entmutigen und sein Gefühl von Isolation und Hoffnungslosigkeit verstärken.
- Kritisieren Sie die Eltern des Kindes nicht und ziehen Sie keine voreiligen Schlüsse. Das Kind profitiert am meisten, wenn Sie ihm einfach nur zuhören.
- Fördern Sie nicht die Schuldgefühle des Kindes. Vermeiden Sie es, Dinge zu sagen, die ihm das Gefühl geben, seine Eltern zu verraten.
- Überstürzen Sie nichts. Bevor Sie keinen spezialisierten Psychologen, Sozialarbeiter, Therapeuten oder Berater an ihrer Seite haben, sind Sie nicht hinreichend vorbereitet und können nicht die volle Verantwortung für die schwierigen Probleme übernehmen, die sich ergeben können. Seien Sie vorbereitet, eng mit professionellen Helfern zusammenzuarbeiten.
- Erörtern Sie die Probleme des Kindes mit niemandem, den es nichts angeht. Dies ist nicht allein wichtig, um ein Vertrauensverhältnis aufzubauen, sondern auch, um das Kind und seine Familie zu schützen.
- Machen Sie dem Kind keine Versprechungen, die Sie nicht halten können. Stabilität und Beständigkeit in Beziehungen sind wichtig, wenn das Kind Vertrauen lernen soll.

Da Sie täglich mit Kindern arbeiten, ist es sehr wahrscheinlich, dass Kinder sich an Sie wenden, wenn die Situation zu Hause zu verwirrend wird. Wenn Sie auf ein so komplexes Problem wie Alkoholismus im Elternhaus stoßen, kann es Sie schnell überwältigen, wenn Sie versuchen, es alleine anzugehen. Wenn Sie anfangen, sich überfordert zu fühlen, denken Sie daran, dass es Organisationen und professionelle Helfer gibt, die Erfahrung mit Kindern aus Suchtfamilien haben und Ihnen gerne helfen. Denken Sie bitte an eine der wichtigsten Erkenntnisse, die wir aus der Arbeit mit Kindern gewonnen haben: Einfache Gesten der Aufrichtigkeit haben einen großen Wert: Wirklich zuzuhören, was ein Kind sagt, es nicht zu unterbrechen, dem Kind die Möglichkeit zu geben, zuende zu sprechen, einige Momente darauf verwenden nachzudenken, was das Kind gesagt hat, bevor man antwortet, zu lächeln, wenn ein Kind das Klassenzimmer betritt, wirkliche Anteilnahme zu zeigen, wenn ein Kind traurig ist, sich über eine pfiffige Idee eines Kindes erkennbar zu freuen – all dies kann im Leben eines Kindes einen großen Unterschied machen.

> Catherine L. Herzog ist Direktorin an den Waterford Schulen in Waterford, Michigan, und zuständig für Früherziehung. Sie ist Vorstandsmitglied der National Association for Children of Alcoholics. Der Artikel erschien in „Children and Families“; The Magazine of the Head Start Association 4/2002.

© National Head Start Association  
 © für die deutsche Übersetzung NACOA Deutschland  
 Dieser Text darf von anderen Institutionen unentgeltlich vervielfältigt werden unter der Voraussetzung,  
 • dass die Nutzung der Wissensvermittlung über Kinder aus Suchtfamilien dient.  
 • dass mit der Nutzung keine kommerziellen Interessen verfolgt werden.  
 • dass vor der Nutzung eine Genehmigung durch NACOA Deutschland erteilt wurde. Anfragen unter [info@nacoa.de](mailto:info@nacoa.de).  
 • dass die genutzten Texte mit folgendem Quellenverweis gekennzeichnet werden:  
 © NACOA Deutschland – [www.nacoa.de](http://www.nacoa.de)