

Schutzfaktoren für Kinder aus suchtblasteten Familien

1. Schutzfaktor: stabile emotionale Beziehung

Eine stabile emotionale Beziehung zu mindestens einem Elternteil oder einer anderen erwachsenen Bezugsperson in der Kindheit, im Jugend- oder frühen Erwachsenenalter (auch aus der Verwandtschaft oder Lehrerin, Götti, Schulsozialarbeiter, Psychologe etc.).

2. Schutzfaktor: wiederkehrender Tagesablauf

Ein berechenbarer Tagesablauf mit wiederkehrenden Ritualen von der Gutenachtgeschichte bis zu regelmässigen Mahlzeiten (z.B. Mittagstisch/ Krippenplatz einrichten).

3. Schutzfaktor: altersgerechte Information über Suchterkrankung

Kindgerechte und altersgerechte Information und Aufklärung der Kinder über die Suchterkrankung (hierfür gibt es gutes Material wie z.B. das Bilderbuch Bobby).

4. Schutzfaktor: „guter Umgang“ innerhalb der Familie

Ein „guter“ Umgang mit der Suchterkrankung in der Familie (am besten durch eine Fachperson begleitet).

5. Schutzfaktor: beide Eltern übernehmen Verantwortung

Beide Eltern übernehmen Verantwortung in der Kindererziehung (und/oder nehmen Hilfe an, falls dies nötig ist).

6. Schutzfaktor: warmes Erziehungsverhalten mit Regeln

Ein emotional warmes und offenes Erziehungsverhalten, in dem es Regeln und Konsequenzen gibt.

7. Schutzfaktor: soziale Unterstützung

Soziale Unterstützung und sozialer Rückhalt durch Personen ausserhalb der Familie (Freundschaften z.B. auch Punkt 1).

Einbindung in ein Peer-Netzwerk (Gleichaltrige: z.B. Pfadi, Fussball, etc.).

Soziale Integration in Gemeinde, Vereine, Kirche, etc.

Unterstützung durch Dritte, Institutionen, etc. (z.B. um ein Hobby zu finanzieren)

Aktivitäten und Entspannungsmöglichkeiten (z.B. tanzen, spielen, basteln)

In Anlehnung an Sucht Schweiz