

Mein Kind ist suchtkrank...

Der Weg durch die Drogensucht unserer
Kinder.....

Mutter zweier wunder-
barer Söhne,
eines davon suchtkrank



2020 Erste Erfahrung mit Elternkreis Köln
(Coronabedingt online)

Seit 2021 Eltern helfen Eltern (online)
@elternsuchtkrankerkinder

2022 Selbsthilfegruppe im Thurgau



Ratlosigkeit

Existenzangst

Angst um das andere Kind

Trauer

Vertrauensverlust

Liebe

ELTERN

Schrecken

Zweifel

Angst um das Kind

Angst um mich

Schuldgefühle

Hass

**Angst um die
Zukunft**

Scham

Hoffnungslosigkeit



ELTERN

Ratlosigkeit

Existenzangst

Angst um das andere Kind

Drogenberater

Schule

Trauer

Liebe

Vertrauensverlust

Schrecken

ELTERN

Zweifel

Arzt

Angst um das Kind

Angst um mich

Schuldgefühle

Familie

Geschwister

Hass

Freunde

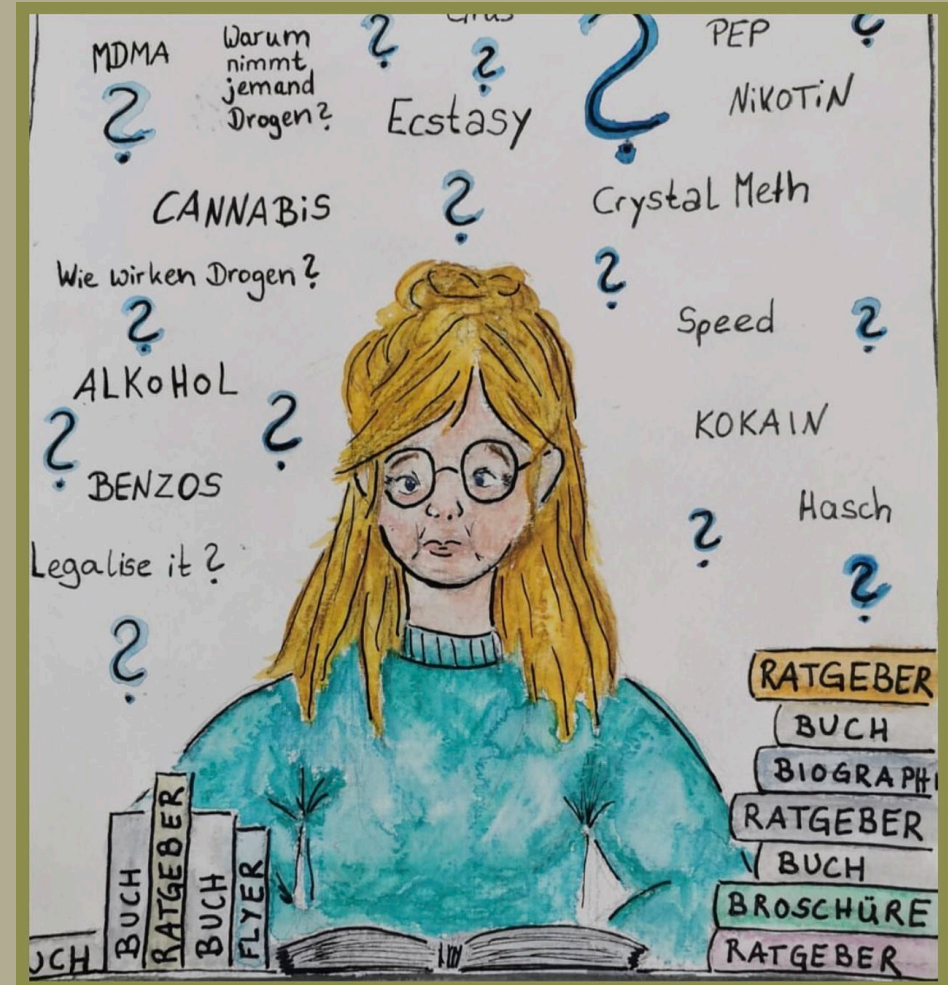
Angst um die Zukunft

Scham

Partner

Hoffnungslosigkeit

Totale ÜBERFORDERUNG



Eine Sucht betrifft die ganze Familie

Drogensucht von Familienmitgliedern zerstört das ganze Familiensystem als Kern unserer Gesellschaft

Eltern benötigen Stärkung, Verständnis Zuwendung – Hilfe aus der Hilflosigkeit

«Mir fehlt oft der wertschätzende positive Blick auf Eltern. Wenn etwas nicht funktioniert werden Eltern schnell kritisiert und verantwortlich gemacht. Wir brauchen mehr Unterstützung und weniger Stigmatisierung»

Barbara

«Elterngruppe war für mich der grosse Turnaround und der grosse Weg aus der Hilflosigkeit»

Christine

- Gleicher Erfahrungshintergrund verbindet und entlastet.
- Größere Akzeptanz von Veränderung durch Input von anderen betroffenen Eltern. Neue vielfältige Impulse
- Lernprozesse zu Abgrenzung, Selbstfürsorge, Anerkennung der Autonomie des Kindes

Krisenbewältigung

Information

Wissen über
Drogen- und
Suchtverlauf

Kommunikation

Umgang und
Kommunikation mit
den Betroffenen

Selbstfürsorge

Bewältigung
von
Belastungs-
situationen

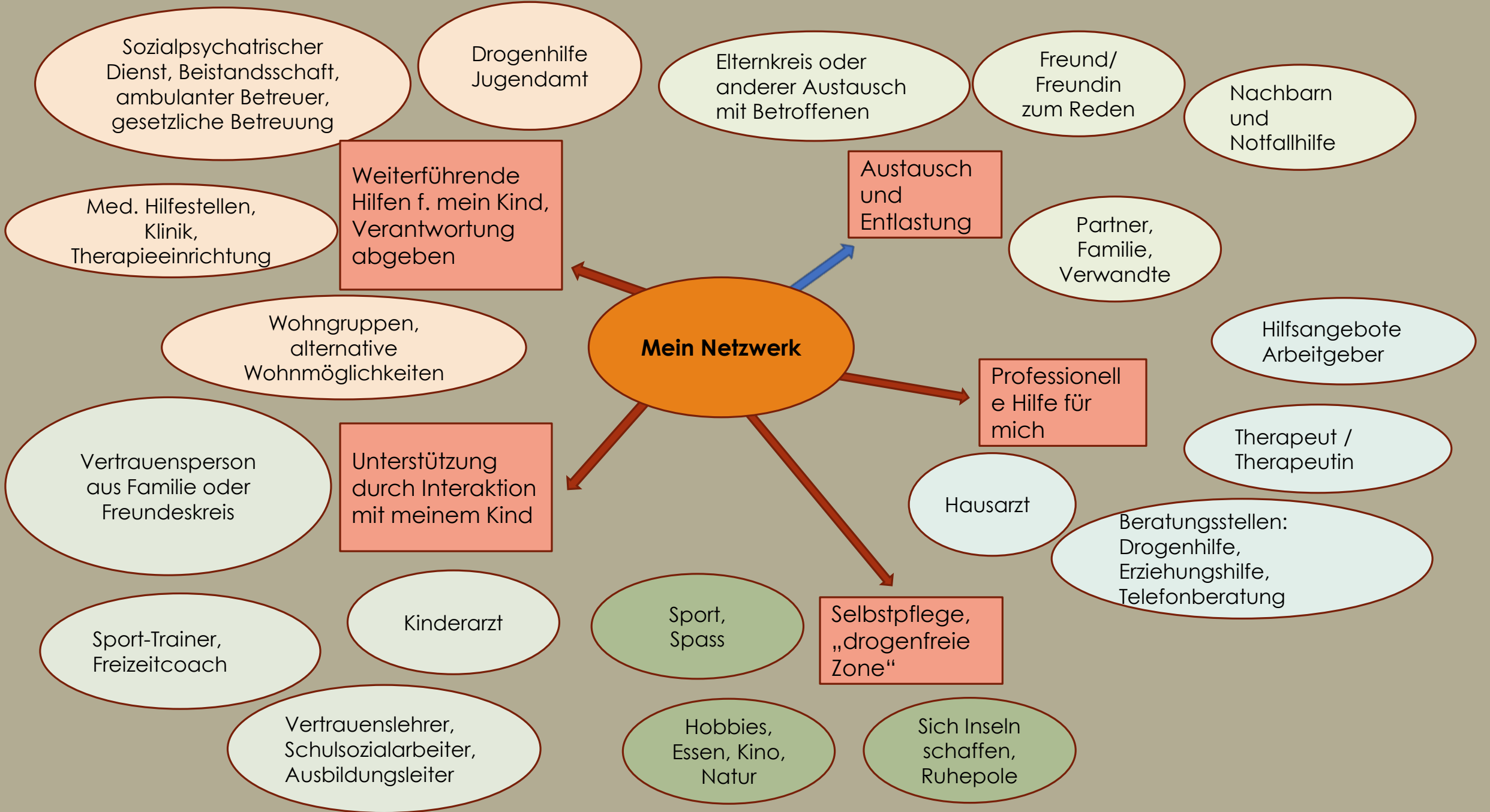
Hilfestellen

Regionale
Unterstützungs-
möglichkeiten

Elternkreis

Mögliche Themen die besprochen werden im Elternkreis:

- Scham und Schuld
- Was hilft mir, mit meinen Belastungen besser fertig zu werden?
- Räumliche Trennung – Setze ich ihn/sie vor die Tür?
- Welche Anlaufstellen gibt es bei Doppeldiagnose?
- Erkenntnisgewinn durch Austausch mit ehemaligen Konsumenten
- Emotionale Belastung bei Kontaktabbruch
- Verhalten gegenüber meinem Umfeld. Welche Vor- und Nachteile hat es, wenn ich über mein Problem rede ?
- Kommunikation mit meinem Kind – Augenhöhe herstellen
- Distanz und Nähe – Abgrenzung, Nein-Sagen-lernen
- Auswirkungen der Sucht auf das Familiensystem
- Hilfen für Minderjährige



Eindrückliches Beispiel einer Elterngruppenaktivität

Kommunikationskurs Motivierende Gesprächsführung

Reaktionen der Eltern:

wir haben dank des zweitägigen Trainings einen Weg zu unserer Tochter/Sohn wiedergefunden.

Mehrere Eltern

Reaktionen Kinder im Rückblick:

Plötzlich habt ihr mir das Gefühl gegeben, dass ihr euch für mich interessiert. Ich fühlte mich ernst genommen.

Damian

Mit dem Ziel vor Augen unsere Suchtkranken auf den möglichst suchtfreien Weg zu begleiten, muss eine Zusammenarbeit zwischen Fachstellen, Familien und dem Suchtkranken in aller Interesse sein.

So sind wir alle dem Erfolg näher!



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit, Ihr
Interesse und für Ihre Unterstützung**