

# Caritas

Nah. Am Nächsten



## *Kinderleicht* Jahresbericht 2022

Unterstützung für Kinder von sucht- und psychisch kranken Eltern

**Fachambulanz für Suchterkrankungen**

**Caritas-Zentrum**

**Landkreis Garmisch-Partenkirchen**



Landkreis  
**Garmisch-Partenkirchen**



Caritas-Zentrum Garmisch-Partenkirchen  
Dompfaffstraße 1  
82467 Garmisch-Partenkirchen  
08821/943480

Fachambulanz für Suchterkrankungen  
08821/9434830

# Inhalt

<b>2 Personelle Besetzung</b> .....	5
<b>3 Beschreibung des Angebotes von Kinderleicht</b> .....	6
<b>4 Klientenbezogene statistische Daten</b> .....	7
<b>4.1 Zahl der Kinder und Jugendlichen in Einzel- und Gruppenangeboten</b> .....	7
<b>4.2 Erkrankung des Elternteils</b> .....	7
<b>4.3 Setting</b> .....	8
<b>4.4 Einzugsbereich</b> .....	9
<b>4.5 Altersstruktur und Geschlechterverteilung</b> .....	9
<b>5 Kinderleicht Angebote</b> .....	10
<b>5.1 Informationen und Aufklärung der Öffentlichkeit</b> .....	10
<b>5.1.1 Vernetzungsarbeit im Landkreis</b> .....	10
<b>5.1.2 NACOA Aktionswoche</b> .....	10
<b>5.1.3 <i>Kinderleicht</i> Fachkräfte Workshop</b> .....	11
<b>5.2 Kinderleicht Einzelangebote und Gruppen</b> .....	11
<b>5.2.1 Einzelberatungen</b> .....	11
<b>5.2.2 Gruppenübergreifende Aktivitäten</b> .....	11
<b>6 Ausblick auf das kommende Jahr 2023</b> .....	14
<b>7 Öffentlichkeitsarbeit</b> .....	15

## 1 Allgemeine Angaben zum Angebot von Kinderleicht

Kinderleicht  
Fachambulanz für Suchterkrankungen  
Caritas-Zentrum Garmisch-Partenkirchen  
Dompfaffstraße 1  
82467 Garmisch-Partenkirchen  
Tel. 08821 – 943 48 30  
Fax. 08821 – 943 48 22  
[www.caritas-garmisch.de](http://www.caritas-garmisch.de)

Träger:  
Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.

Einzugsbereich:  
Das Kinderleicht Angebot ist zuständig für den Landkreis Garmisch-Partenkirchen

Telefonsprechzeiten der Fachambulanz:  
Montag bis Donnerstag 8:00 – 16.30 Uhr  
Freitag 8:00 – 13:00 Uhr

Die Caritas Garmisch-Partenkirchen bietet mit dem Kinderleicht Angebot Unterstützung für Kinder und Jugendliche von psychisch und suchtkranken Eltern an. Was als innovatives Projekt startete, ist nun ein fester Bestandteil des Angebotes der Caritas Garmisch-Partenkirchen.

Es ist eines der ersten Angebote im Landkreis für Kinder psychisch- und suchtkranker Eltern. Für die Betroffenen selbst gibt es oft viele Anlaufstellen und Unterstützungsangebote, doch die Kinder und Jugendlichen psychisch und Suchtkranker werden häufig übersehen.

Durch die präventive Unterstützung des Kinderleichtangebotes werden die Kinder frühzeitig darin gestärkt mit ihrer turbulenten Familiensituation umzugehen. Wenn es den Kindern gelingt schwierige Situationen erfolgreich zu meistern, dann stärkt sie das für ihr späteres Leben!

Außer der Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen gibt es regelmäßig Angebote für Fachkräfte und Interessierte, die so zu Multiplikatoren werden. Das ist ein wichtiger Teil der Arbeit, da die Eltern und Kinder häufig über diese Multiplikatoren zu den Kinderleicht Angeboten gelangen.

Das Kinderleicht Team bedankt sich herzlich beim Amt für Kinder, Jugend und Familie, dass das Präventionsangebot finanziell ermöglicht.

Sowie bei der Sparkasse Oberland, die uns regelmäßig mit Spendengeldern unterstützt.

## 2 Personelle Besetzung



**Carsten Gahlen**

Dipl. Sozialarbeiter (FH), M. Sc.

Teamleitung



**Stephanie Strehl**

Sozialpädagogin (BA/FH)

Beratung  
Gruppenleitung  
Fortbildung



**Susanne Heufelder**

Dipl. - Psychologin

Beratung  
Gruppenleitung  
Fortbildung



**Bettina Polito**

Verwaltung

### 3 Beschreibung des Angebotes von Kinderleicht

Das Kinderleicht Angebot ist bei der Fachambulanz für Suchterkrankungen angesiedelt und hat drei Schwerpunkte, die sich jeweils an unterschiedliche Zielgruppen richten.

- **Gruppenangebote und Einzelberatung für Kinder und Jugendliche**, deren Eltern psychisch oder suchtkrank sind: Die Kinder und Jugendlichen werden auf eine altersangemessene Art über die Erkrankung ihrer Eltern aufgeklärt. Darüber hinaus wird mit den Kindern und Jugendlichen erarbeitet, wo ihre eigenen Bedürfnisse und Fähigkeiten liegen, damit diese im Weiteren gestärkt werden können. Unterstützend werden regelmäßig Elterngespräche geführt, um diese zu informieren und im offenen Umgang mit ihrer Erkrankung zu stärken. Zudem werden regelmäßig Freizeitaktionen für die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen angeboten.
- **Fort- und Weiterbildung für Fachkräfte** im Landkreis Garmisch-Partenkirchen: Die Fortbildung basiert auf dem „Kind s/Sucht Familie“ Konzept und dient dazu Fachkräfte aus der Region im Umgang mit belasteten Kindern und deren Eltern zu schulen. Zudem finden individuelle Schulungen und Beratungen für Fachkräfte statt.
- **Öffentlichkeitsarbeit:** Kinderleicht organisiert jährlich Fachvorträge und Fachtagungen für Interessierte und Fachkräfte aus unterschiedlichen Fachbereichen. Ebenso wird durch unterschiedliche Aktionen auf das Thema „Kinder psychisch und suchtkrankter Eltern“ aufmerksam gemacht. Das trägt auch zur Enttabuisierung der Themen psychische Erkrankung und Sucht bei.

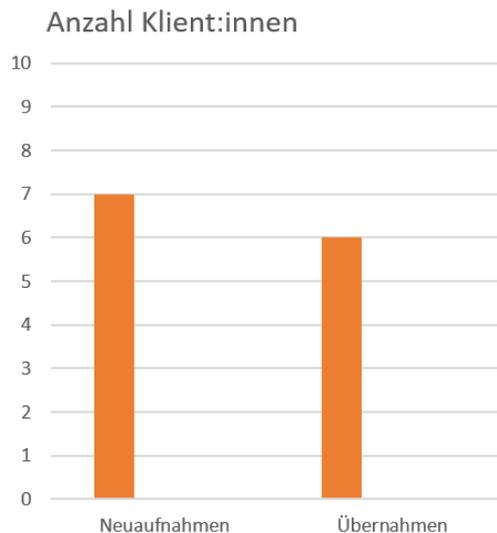
All unsere Angebote zielen darauf ab, Kinder und Jugendliche rechtzeitig und nachhaltig zu stärken, damit sie mit den besonderen Herausforderungen, die sich ihnen bieten, bestmöglich umgehen zu können.

## 4 Klientenbezogene statistische Daten

### 4.1 Zahl der Kinder und Jugendlichen in Einzel- und Gruppenangeboten

2022 wurden insgesamt 13 Kinder und Jugendliche durch das *Kinderleicht* Angebot begleitet.

6 Kinder meldeten sich neu an, 7 wurden zuvor schon durch *Kinderleicht* begleitet.



### 4.2 Erkrankung des Elternteils

6 Kinder haben einen Elternteil mit einer Alkoholsüchterkrankung, 4 der begleiteten Kinder einen Elternteil, der unter einer Depression leidet. Von 3 Kindern leidet ein Elternteil an einer bipolaren Störung. Zudem ist der Elternteil eines betreuten Kindes unter einer Essstörung erkrankt.



### 4.3 Setting

Aufgrund der Coronapandemie konnten leider in der ersten Hälfte des Jahres keine themenspezifischen Kindergruppen live stattfinden.

Jedoch konnten durchgehend alle KlientInnen im Rahmen einer Einzelberatung unterstützt werden. Die meisten Kinder und Jugendlichen haben zusätzlich an den Freizeitaktionen teilgenommen.

Elterngespräche wurden in der ersten Jahreshälfte überwiegend telefonisch durchgeführt.

In der zweiten Hälfte des Jahres haben alle Kontakte wieder live stattgefunden. Besonders in der Arbeit mit jüngeren Kindern ist der Livekontakt sehr wichtig. So kann schneller und besser eine vertrauensvolle Atmosphäre aufgebaut werden, das Befinden kann besser eingeschätzt und darauf eingegangen werden. Deshalb finden seit dem Sommer 2022 die Kontakte wieder hauptsächlich live statt.

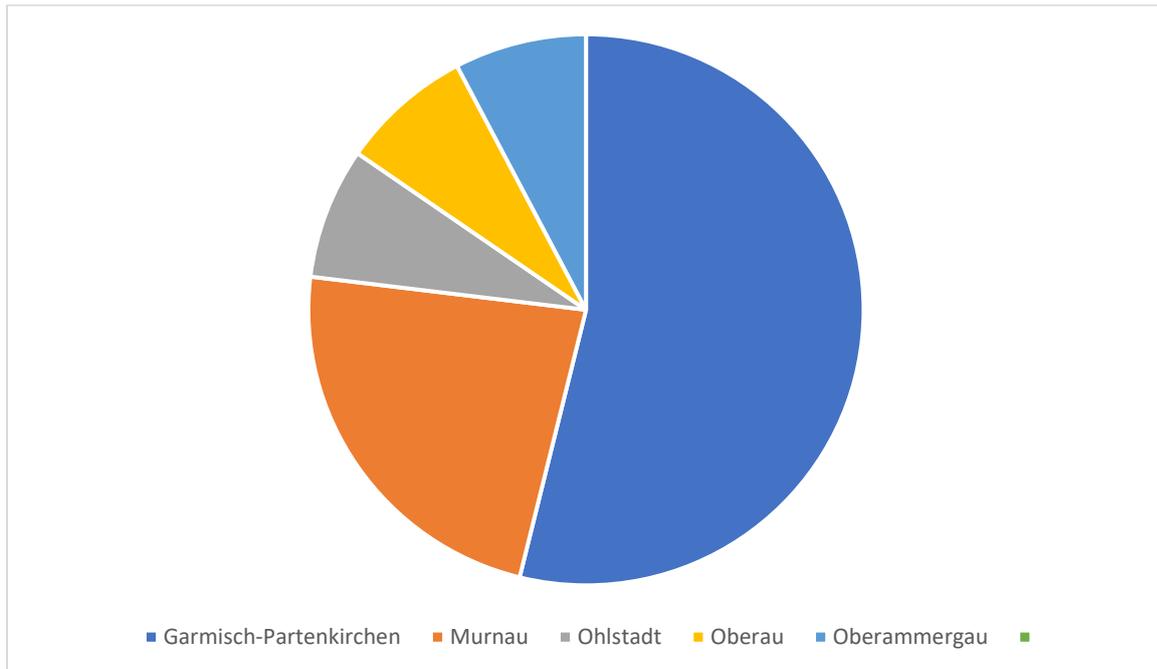


Viele der Einzelberatungen mit den Kindern und auch die Freizeitaktionen wurden von Casper dem Therapiehund begleitet.

#### 4.4 Einzugsbereich

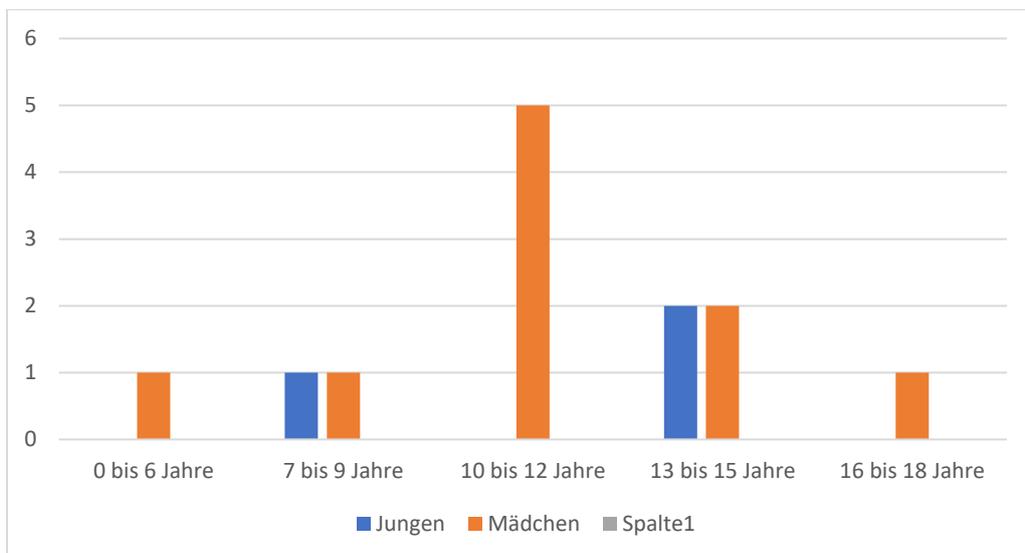
Die meisten Klienten wurden im Caritas-Zentrum Garmisch-Partenkirchen beraten.

Eine Familie wurde in der Außenstelle Oberammergau unterstützt. Ein Kind wurde vor Ort in der Grundschule Ohlstadt unterstützt und ein weiteres in den Räumlichkeiten des Integrationskindergartens in Garmisch-Partenkirchen.



#### 4.5 Altersstruktur und Geschlechterverteilung

Es haben 3 Jungen und 10 Mädchen an dem *Kinderleicht* Angebot teilgenommen.



# 5 Kinderleicht Angebote

## 5.1 Informationen und Aufklärung der Öffentlichkeit

### 5.1.1 Vernetzungsarbeit im Landkreis

Aufgrund der Coronapandemie fielen in der ersten Jahreshälfte sämtliche Präsenzveranstaltungen aus, Fortbildungen und Schulungen für regionale Fachkräfte konnten aus bekannten Gründen nicht stattfinden. Dennoch konnte das Kinderleicht-Team einige Fachkräfte wie Erzieher, Lehrer und Jugendsozialarbeiter an Schulen, die betroffene Kinder betreuen, beraten. Hier wurden meist telefonisch Fragen geklärt, wie zum Beispiel: „Wie gehe ich als ErzieherIn mit sucht- oder psychisch kranken Eltern um? Wie kann ich das betroffene Kind in der Schule unterstützen?“.

Nach den Corona Jahren, die durch Isolation und Homeschooling geprägt waren, berichten nun immer mehr Fachkräfte, vor allem ErzieherInnen, dass sie vermehrt mit psychisch belasteten Familien und Kindern arbeiten.

### 5.1.2 NACOA Aktionswoche

Außerdem beteiligten wir uns wieder an der NACOA Aktionswoche, die vom 13.02.-19.02.2022 stattfand. Wir konnten eine betroffene Mutter interviewen. Und den entsprechenden Artikel im Tagblatt sowie im Kreisboten Garmisch-Partenkirchen platzieren.

## Wenn Kinder leiden

Suchtprobleme: Caritas-Aktionswoche bietet umfangreiche Hilfe für Familien in Not

**VON ALEXANDER KRAUS**

**Landkreis** – Den vergessenen Kindern eine Stimme zu geben, ist das Anliegen einer bundesweiten Aktionswoche von 13. bis 19. Februar. Organisatoren sind die „National Association for Children of Alcoholics“ (NACOA Deutschland) und „Sucht(i) und Wendepunkt“. An der Veranstaltung beteiligt ist auch „Kinderleicht“, ein Angebot des Caritas-Zentrums in Garmisch-Partenkirchen. „Wir machen da mit, um das Thema an die Öffentlichkeit zu bringen und auf die Kinder aufmerksam zu machen“, sagt Susanne Heufelder.

Die Diplom-Psychologin ist neben ihrer Kollegin und Sozialpädagogin Stephanie Strehl die Ansprechpartnerin bei „Kinderleicht“ in der Caritas-Fachambulanz. Zum Team gehört auch der achtjährige Casper. Mit diesem Therapiehund bietet Strehl den betroffenen Kindern tiergestützte Pädagogik an, was mit Begeisterung angenommen wird. Das Anliegen von „Kinderleicht“ ist es, dem Nachwuchs von Sucht- sowie psychisch Kranken zu helfen. „Diese sind durch die Erkrankung der Eltern meist stark belastet, erfahren sie doch selten Aufmerksamkeit und Unterstützung“, betont Heufelder. Die Wahrscheinlichkeit, im Erwachsenenalter selbst eine psychische Störung zu entwickeln, sei bei den betroffenen Kindern stark erhöht.

Seit mehr als zehn Jahren gibt es „Kinderleicht“. Das Angebot umfasst direkte Einzel- und themenspezifische Gruppenberatungen sowie regelmäßige Freizeitaktivitäten wie Reiten, Schlittschuhlaufen, Minigolfen. „Suchtkrankheiten sind nach immer tabuisiert“, fügt Heufelder hinzu. Viele Kinder seien durchs Elternhaus belastet. Da die Thematik „Sucht- oder psychisch kranke Eltern“ heikel und schambefahet ist, bietet das Team unterschiedlich Hilfe für Familien an. Das Angebot ist freiwillig und kostenfrei. „Betroffene können sich gerne unverbindlich und anonym bei uns informieren“, sagt die 41-jährige. Die Fachkräfte wollen die Eltern ermutigen, für sich und ihre Kinder professionelle Unterstützung einzufordern, nach dem Motto „Mutige Eltern lassen Hilfe zu“.

Durch die Corona-Pandemie hat sich die Situation in den betroffenen Familien zugespiert, bei sucht- und psychisch kranken Eltern hat sich das Leiden verstärkt. Dazu kommt, dass „viele Kinder ein großes Defizit bezüglich sozialer Kontakte, Bewegung, schulischer Leistung aufgebaut und sich bei einigen psychische Probleme manifestiert haben“, erklärt Heufelder. Darüber hinaus gibt es eine Spaltung der Gesellschaft durch die Diskussionen um die Impfpflicht. Manche Jugendliche, deren Eltern pflegeger sind, sind von gesellschaftlichen Ereignissen ausgeschlossen. Stephan Märte fordert in diesem Zusammenhang, alternative Hilfe- und Beratungsstrukturen aufrechtzuerhalten. „Die Pandemie und deren Auswirkungen auf Familien werden uns noch lange begleiten“, sagt der Leiter des Amts für Kinder, Jugend und Familie im Landkreis Garmisch-Partenkirchen. „Auch angesichts magerer Haushaltsjahre dürfen die Bemühungen nicht nachlassen. Kinder, Jugendliche und Familien in der Bewältigung der Krise und ihrer Folgen zu unterstützen.“

Mit der Aktionswoche rücken die Kinder aus suchtbelasteten Familien eine Woche lang in den Fokus der Öffentlichkeit, damit deutlich wird, dass mehr als 2,6 Millionen Mädchen und Buben in Deutschland unter den Suchtproblemen ihrer Eltern leiden. Ziel ist es auch, die Menschen zu sensibilisieren, die mit diesen Kindern arbeiten – das sind Erzieher, Lehrer, Sporttrainer, Jugendgruppenleiter und Ärzte. Diese Berufsgruppen sollen in der Lage sein, Kinder aus suchtbelasteten Familien zu erkennen.

**Bei Fragen zur Aktion** gibt es weitere Informationen unter Telefon 0 88 21 9 43 48 30 oder unter E-Mail: Susanne.Heufelder@caritasmuenchen.de

**Interview mit einer Mutter, deren Tochter bei der Aktion „Kinderleicht“ mitmacht**

Garmisch-Partenkirchen – Unter den etwa 15 Mädchen und Buben, die sich 2021 an „Kinderleicht“ beteiligt haben, ist auch eine Neunjährige aus Murnau. Ihr Vater leidet unter Alkoholproblemen. Mittlerweile haben sich die Eltern getrennt. Die 43-jährige Mutter des Mädchens hat sich an das Caritas-Zentrum gewandt und berichtet im anonymen Interview von ihren Erfahrungen.

**Warum haben Sie sich für das Angebot der Caritas interessiert?**

Wir haben als Familie Unterstützung gesucht, da mein Partner ein Suchtproblem hatte und es uns als Familie nicht mehr gut damit ging. Auf der Suche sind wir auf das Angebot der Caritas gekommen.

**Welche Schwierigkeiten haben sich in Ihrer Familie ergeben?**

Wenn ein Teil der Familie in eine Sucht rutscht, hat das Auswirkungen auf die ganze Familie. Durch die Unterstützung der Caritas haben wir für jeden von uns Hilfe gefunden. Auch um einfach mal einen anderen Blickwinkel zu haben. Informationen, Tipps und Anregungen zu erhalten. Oder auch, um die Sucht besser zu verstehen und begreifen zu können.

**Wie sind sie auf „Kinderleicht“ gestoßen?**

Durch die Kollegin in der Suchtberatung, bei der wir als Paar waren, wurden wir darauf aufmerksam gemacht.

**Wie wurde Ihrem Kind und Ihnen im Caritas-Zentrum in Garmisch-Partenkirchen geholfen?**

Meiner Tochter nun die Termine sehr gut. Zeit zu reflektieren, mal Ballast abzuwerfen oder einfach mal eine Auszeit zu haben. Antworten auf Fragen bekommen und von neutraler Seite mal das Thema Sucht kindgerecht erklärt zu bekommen. Die Kinder werden gestärkt und bekommen gute Informationen. Das Thema wird kreativ und spielerisch näher gebracht. Besonders schön sind natürlich die Ausflüge, um auch andere Kinder kennenzulernen, die ähnliche Themen zu Hause haben. Für mich als Mama auch mal eine Stunde durchatmen. Qualitätszeit für uns beide.

**Hat sich die Situation Ihres Kindes und dessen Gesundheitszustand mittlerweile verbessert?**

Ja, meine Tochter ist wieder fröhlicher und gelassener. Sie versteht die Hintergründe besser und bezieht es nicht mehr auf sich selbst.

**Würden Sie als Mutter auch im Behandlungsprozess integriert?**

Kaum, da wir die Termine je nach Lage online gemacht haben. Daher war es immer trotz der Vorgaben möglich, die Unterstützung zu bekommen. Ich habe Tipps und Anregungen erhalten.

**Inwiefern hat die Corona-Pandemie die Lage beeinflusst?**

Kaum, da wir die Termine je nach Lage online gemacht haben. Daher war es immer trotz der Vorgaben möglich, die Unterstützung zu nutzen. Wobei es auch schon ist live – gerade bei den Gruppentreffen. Aber selbst die Online-Weihnachtsfeier war toll organisiert und hat viel Spaß gemacht.

**Haben Sie durch die professionelle Hilfe einen Weg gefunden, die Situation zu verbessern?**

Ja, wir haben uns stärken lassen und ich bin sehr dankbar, dass es dieses Angebot gibt. Es ist manchmal einfach schön, von außen Stärkung zu bekommen. Tipps zu erhalten, Ideen und Anregungen an die Hand zu bekommen. Dem „Kinderleicht“-Team ist das mit ganz viel Positivität und Herzlichkeit gelungen.

Interview: Alexander Kraus

### **5.1.3 *Kinderleicht* Fachkräfte Workshop**

Im Herbst 2022 war die Coronapandemie endlich überstanden und wir freuten uns auf den Austausch und die Zusammenarbeit mit den regionalen Fachkräften, besonders auf unseren *Kinderleicht* Fachkräfte Workshop: „Auf der Suche nach Sicherheit? – Kinder aus psychisch belasteten Familien achtsam, traumasensibel und bindungsorientiert begleiten!“. Er sollte am 17.11. 2022 im Caritas-Zentrum Garmisch-Partenkirchen stattfinden.

Nachdem die Caritas im September Opfer einer massiven Cyberattacke wurde, mussten wir den Workshop auf das Frühjahr 2023 verschieben. Der Ausweichtermin ist der 16.03.2023. Die Plätze sind erfreulicherweise bereits ausgebucht.

(Siehe Flyer unter 7 Öffentlichkeitsarbeit)

## **5.2 *Kinderleicht* Einzelangebote und Gruppen**

### **5.2.1 Einzelberatungen**

Trotz der Coronapandemie im Winter und Frühjahr 22, konnten durchgehend alle KlientInnen im Rahmen einer Einzelberatung unterstützt werden. Bis zum Ende der Coronapandemie unter entsprechenden Vorsichtsmaßnahmen. Die meisten Kinder und Jugendlichen haben zusätzlich an den Freizeitaktionen teilgenommen.

Elterngespräche wurden in der ersten Jahreshälfte überwiegend telefonisch durchgeführt.

In der zweiten Hälfte des Jahres haben alle Kontakte wieder live stattgefunden. Gerade in der Arbeit mit jüngeren Kindern ist der Livekontakt sehr wichtig. So kann schneller und besser eine vertrauensvolle Atmosphäre aufgebaut werden, das Befinden kann besser eingeschätzt und darauf eingegangen werden. Deshalb finden seit dem Sommer 2022 die Kontakte wieder hauptsächlich live statt.

### **5.2.2 Gruppenübergreifende Aktivitäten**

Im Winter und Frühjahr 2022 schränkte uns leider die Coronapandemie noch ein und im Herbst wurde unsere Arbeit durch den massiven Cyberangriff erschwert. Dennoch fanden regelmäßig Freizeitaktionen statt.

Die vor allem durch die Spendengelder der Sparkasse Oberland ermöglicht wurden.

### ***Kinderleicht* Online-Faschingsparty am 17.02.22**

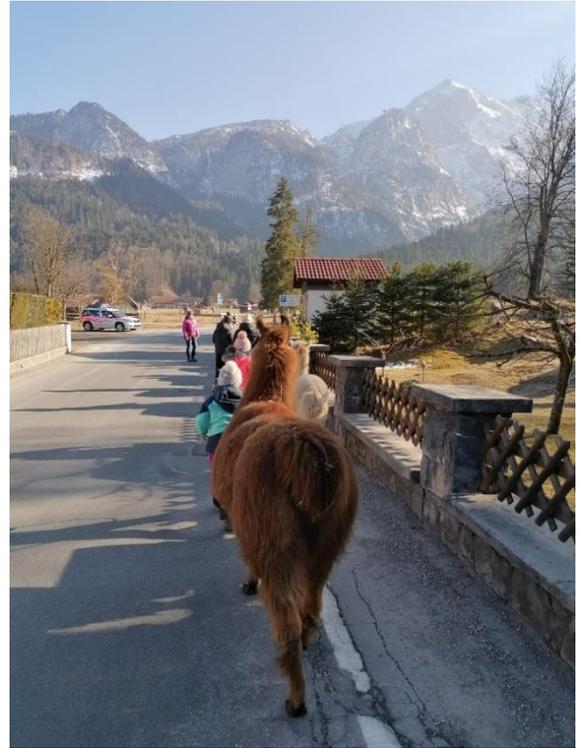
Mit lustigen Verkleidungen, Krapfen und spannenden Spielen trafen wir uns Online zur Faschingsfeier. 4 Kinder folgten der Einladung von Stephanie Strehl und Susanne Heufelder und verbrachten 2 ½ lustige Stunden miteinander.

Als Rheinländerin ist Frau Strehl Karnevals Expertin und konnte dementsprechend lustige Musik und Spiele beisteuern.

### **Kinderleicht Alpaka Wanderung in Grainau am 08.03.2022**

Das Highlight der diesjährigen erlebnispädagogischen Freizeitaktionen war die Alpaka Wanderung. Bei strahlendem Sonnenschein unternahmen wir mit 7 Kindern eine wunderschöne Alpaka Wanderung in Grainau.

Die Tiere haben sowohl die Kinder als auch die Erwachsenenbegleitpersonen verzaubert. Sie strahlen viel Ruhe aus und helfen uns allen zu entspannen.



### **Kinderleicht Ausflug auf den Eckbauer am 12.04.22**



In den Osterferien am 12.04.22 unternahmen wir einen Tagesausflug auf den wunderschönen Eckbauer.

Hinauf ging es mit der neuen Eckbauerbahn. Und oben genossen die 4 Kinder erstmal den großartigen neuen Spielplatz.

Nach ausgiebigem Spiel versammelten wir uns auf Decken und machten ein ausgiebiges Picknick. Bevor es dann wieder zu Fuß runter ins Tal ging.

### ***Kinderleicht* Spielenachmittag am 22.11.22**

Schlittschuhlaufen war eines der nächsten Projekte, jedoch war das Eisstadion geschlossen. Daraufhin beschlossen wir im Caritas-Gruppenraum verschiedene Spiele, wie Montagsmaler, Wer bin ich? und Stadt, Land, Fluss zu spielen und Brotzeit zu machen.

Nach der langen Coronazeit, in der wir nie mit mehreren Kindern in einem Gruppenraum waren und auch nicht ausgelassen ohne Maske gespielt haben, haben wir alle die Zeit zusammen genossen und viel gelacht.

### ***Kinderleicht* Plätzchenbacken am 13.12.22**

Am 13.12. fand das traditionelle *Kinderleicht* Plätzchenbacken endlich wieder statt, an dem 4 Kinder teilgenommen haben. Gemeinsam haben wir Butterplätzchen gebacken und anschließend kreativ verziert, wie man auf den Bildern sehen kann.



Bei wunderbarem Plätzchenduft, Mandarinen und Kinderpunsch kam im ganzen Caritas-Zentrum weihnachtliche Stimmung auf.

## 6 Ausblick auf das kommende Jahr 2023

Der bereits erwähnte *Kinderleicht* Workshop für Fachkräfte, mit dem spannenden Thema: „Auf der Suche nach Sicherheit? - Kinder und Jugendliche aus psychisch belasteten Familien achtsam, traumasensibel und bindungsorientiert begleiten!“, findet am 16.03.2023 statt und ist bereits ausgebucht.

Im April ist auch wieder eine Kooperation mit den Jugendsozialarbeitern an Schulen geplant. Im Rahmen von *Kinderleicht* sollen wir einen Projekttag an der Gröbenschule zum Thema psychischer Gesundheit mit dem Konzept „Neles Papa hat Schnupfen“ durchführen.

Aufgrund der hohen Nachfrage auf Seiten von ErzieherInnen und weiteren Fachkräften, die tagtäglich mit Kindern arbeiten, nach dem Workshop im März, werden wir im Herbst wieder einen Workshop für Fachkräfte anbieten. Dabei können wir auf die finanzielle Unterstützung der Langmatz Stiftung zurückgreifen.

Neben den regelmäßigen Einzelberatungen im Caritas-Zentrum ist im Herbst 23 wieder eine themenspezifische Kindergruppe im Caritas-Zentrum Garmisch-Partenkirchen geplant. Zielgruppe sind Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren, die mit einem psychisch kranken Elternteil aufwachsen. Im spielerischen Austausch sollen die betroffenen Kinder erfahren, dass Sie nicht alleine sind mit der Problematik, dass sie nicht schuld daran sind und dass sie trotzdem Spaß haben dürfen und Dinge tun sollen, die Ihnen gut tun.

Mit Hilfe der sehr großzügigen Spende der Hans+Klementia Langmatz Stiftung können wir auch wieder regelmäßige Freizeitaktionen für die betroffenen Kinder und Jugendlichen anbieten.

Nach der Faschingsparty im Februar ist im März ein Besuch in dem neuen Escape Room in Garmisch geplant... Wir freuen uns auf viele weitere Aktionen im Jahr 2023

Zudem können wir mit der finanziellen Unterstützung der Langmatz Stiftung unsere Leihbibliothek für betroffene Familien weiter ausbauen. Es gibt viele geeignete Bücher zu der schwierigen Thematik, mit deren Hilfe man mit betroffenen Familien ins Gespräch kommen kann. Sie sollen auch betroffene Eltern unterstützen, Worte zu finden für Ihre schwierige Situation und somit das belastende Familiengeheimnis zu lüften.

## Wenn Kinder leiden

Suchtprobleme: Caritas-Aktionswoche bietet umfangreiche Hilfe für Familien in Not

VON ALEXANDER KRAUS

**Landkreis** – Den vergessenen Kindern eine Stimme zu geben, ist das Anliegen einer bundesweiten Aktionswoche von 13. bis 19. Februar. Organisatoren sind die „National Association for Children of Alcoholics“ (NACOA Deutschland) und „Sucht(-) und Wendepunkt“. An der Veranstaltung beteiligt ist auch „Kinderleicht“, ein Angebot des Caritas-Zentrums in Garmisch-Partenkirchen. „Wir machen da mit, um das Thema an die Öffentlichkeit zu bringen und auf die Kinder aufmerksam zu machen“, sagt Susanne Heufelder.

Die Diplom-Psychologin ist neben ihrer Kollegin und Sozialpädagogin Stephanie Strehl die Ansprechpartnerin bei „Kinderleicht“ in der Caritas-Fachambulanz. Zum Team gehört auch der achtjährige Casper. Mit diesem Therapiehund bietet Strehl für die betroffenen Kinder tiergestützte Pädagogik an, was mit Begeisterung angenommen wird. Das Anliegen von „Kinderleicht“ ist es, dem Nachwuchs von Sucht- sowie psychisch Kranken zu helfen. „Diese sind durch die Erkrankung der Eltern meist stark belastet, erfahren jedoch selten Aufmerksamkeit und Unterstützung“, betont Heufelder. Die Wahrscheinlichkeit, im Erwachsenenalter selbst eine psychische Störung zu entwickeln, sei bei den betroffenen Kindern stark erhöht.

Seit mehr als zehn Jahren gibt es „Kinderleicht“. Das Angebot umfasst direkte Ein-

zel- und themenspezifische Gruppenberatungen sowie regelmäßige Freizeitaktionen wie Reiten, Schlittschuhlaufen, Minigolfen. „Sucht-krankheiten sind noch immer tabuisiert“, fügt Heufelder hinzu. Viele Kinder seien durchs Elternhaus belastet. Da die Thematik „Sucht- oder psychisch kranke Eltern“ heikel und schambehaftet ist, bietet das Team unterschwellig Hilfe für Familien an. Das



Stephanie Strehl.



Susanne Heufelder. FOTOS: AKR

Angebot ist freiwillig und kostenfrei. „Betroffene können sich gerne unverbindlich und anonym bei uns informieren“, sagt die 41-jährige. Die Fachkräfte wollen die Eltern ermutigen, für sich und ihre Kinder professionelle

Unterstützung einzufordern, nach dem Motto „Mutige Eltern lassen Hilfe zu“.

Durch die Corona-Pandemie hat sich die Situation in den betroffenen Familien zugespitzt, bei sucht- und psychisch kranken Eltern hat sich das Leiden verstärkt. Dazu kommt, dass viele Kinder ein großes Defizit bezüglich sozialer Kontakte, Bewegung, schulischer Leistung aufgebaut und sich bei einigen psy-

chische Probleme manifestiert haben“, erklärt Heufelder. Darüber hinaus gibt es eine Spaltung der Gesellschaft durch die Diskussionen um die Impfpflicht. Manche Jugendliche, deren Eltern Impfgegner sind, sind von gesellschaftlichen Ereignissen ausgeschlossen. Stephan Märte fordert in diesem Zusammenhang, alternative Hilfe- und Beratungsstrukturen aufrechtzuerhalten. „Die Pandemie und deren Auswirkungen auf Familien werden uns noch lange begleiten“, sagt der Leiter des Amts für Kinder, Jugend und Familie im Landkreis Garmisch-Partenkirchen. „Auch angesichts magerer Haushaltsjahre dürfen die Bemühungen nicht nachlassen, Kinder, Jugendliche und Familien in der Bewältigung der Krise und ihrer Folgen zu unterstützen.“

Mit der Aktionswoche rücken die Kinder aus suchtbelasteten Familien eine Woche lang in den Fokus der Öffentlichkeit, damit deutlich wird, dass mehr als 2,6 Millionen Mädchen und Buben in Deutschland unter den Suchtproblemen ihrer Eltern leiden. Ziel ist es auch, die Menschen zu sensibilisieren, die mit diesen Kindern arbeiten – das sind Erzieher, Lehrer, Sporttrainer, Jugendgruppenleiter und Ärzte. Diese Berufsgruppen sollen in der Lage sein, Kinder aus suchtbelasteten Familien zu erkennen.

**Bei Fragen zur Aktion** gibt es weitere Informationen unter Telefon 0 88 21/9 43 48 30 oder unter E-Mail [Susanne.Heufelder@caritasmuenden.de](mailto:Susanne.Heufelder@caritasmuenden.de)

### Interview mit einer Mutter, deren Tochter bei der Aktion „Kinderleicht“ mitmacht

Garmisch-Partenkirchen – Unter den etwa 15 Mädchen und Buben, die sich 2021 an „Kinderleicht“ beteiligt haben, ist auch eine Neunjährige aus Murnau. Ihr Vater leidet unter Alkoholproblemen. Mittlerweile haben sich die Eltern getrennt. Die 43-jährige Mutter des Mädchens hat sich an das Caritas-Zentrum gewandt und berichtet im anonymen Interview von ihren Erfahrungen.

#### Warum haben Sie sich für das Angebot der Caritas interessiert?

Wir haben als Familie Unterstützung gesucht, da mein Partner ein Suchtproblem hatte und es uns als Familie nicht mehr gut damit ging. Auf der Suche sind wir auf das Angebot der Caritas gekommen.

#### Welche Schwierigkeiten haben sich in Ihrer Familie ergeben?

Wenn ein Teil der Familie in eine Sucht rutscht, hat das Auswirkungen auf die ganze Familie. Durch die Unterstützung der Caritas haben wir für jeden von uns Hilfe gefunden. Auch um einfach mal einen anderen Blickwinkel zu haben. Informationen, Tipps und Anregungen zu erhalten. Oder auch, um die Sucht besser zu verstehen und begreifen zu können.

#### Wie sind Sie auf „Kinderleicht“ gestoßen?

Durch die Kollegin in der Suchtberatung, bei der wir als Paar waren, wurden wir darauf aufmerksam gemacht.

#### Wie wurde Ihrem Kind und Ihnen im Caritas-Zentrum in Garmisch-Partenkirchen geholfen?

Meiner Tochter tun die Termine sehr gut. Zeit zu reflektieren, mal Ballast abzuwerfen oder einfach mal eine Auszeit zu haben. Antworten auf Fragen bekommen und von neutraler Seite mal das Thema Sucht kindgerecht erklärt zu bekommen. Die Kinder werden gestärkt und bekommen gute Informationen. Das Thema wird kreativ und spielerisch näher gebracht. Besonders schön sind natürlich die Ausflüge, um auch andere Kinder kennenzulernen, die ähnliche Themen zu Hause haben. Für mich als Mama auch mal eine Stunde durchatmen. Qualitätszeit für uns beide.

#### Hat sich die Situation ihres Kindes und dessen Gesundheitszustand mittlerweile verbessert?

Ja, meine Tochter ist wieder fröhlicher und gelassener. Sie versteht die Hintergründe besser und bezieht es nicht mehr auf sich selbst.

#### Wurden Sie als Mutter auch im Behandlungsprozess integriert?

Ich fühlte mich als Mama auch gut eingebunden und bekam jederzeit ein offenes Ohr. Wir wissen einfach, dass wir uns bei Bedarf melden können, um Unterstützung zu bekommen. Ich habe Tipps und Anregungen erhalten.

#### Inwiefern hat die Corona-Pandemie die Lage beeinflusst?

Kaum, da wir die Termine je nach Lage online gemacht haben. Daher war es immer trotz der Vorgaben möglich, die Unterstützung zu nutzen. Wobei es auch schon ist live – gerade bei den Gruppentreffen. Aber selbst die Online-Weihnachtsfeier war toll organisiert und hat viel Spaß gemacht.

#### Haben Sie durch die professionelle Hilfe einen Weg gefunden, die Situation zu verbessern?

Ja, wir haben uns stärken lassen und ich bin sehr dankbar, dass es dieses Angebot gibt. Es ist manchmal einfach schön, von außen Stärkung zu bekommen, Tipps zu erhalten, Ideen und Anregungen an die Hand zu bekommen. Dem „Kinderleicht“-Team ist das mit ganz viel Positivität und Herzlichkeit gelungen.

Interview: Alexander Kraus

Unbekannter

**Kinderleicht**

**Workshop**

**caritas**

**Teilnehmerzahl begrenzt!**

**... zum Thema**

**„Auf der Suche nach Sicherheit? - Kinder aus psychisch belasteten Familien achtsam, traumasensibel und bindungsorientiert begleiten!“**

<b>Wann</b>	Donnerstag, der 16.03.2023 von 13 - 16 Uhr
<b>Wo</b>	Caritas-Zentrum Garmisch-Partenkirchen, Dompfaffstr. 1, im Dachgeschoß
<b>Referenten</b>	<b>Sebastian Müller M.Sc.</b> (Suchttherapie), Dipl. Sozialpädagoge (FH), Suchttherapeut (KathO NRW), Systemischer Therapeut/Familientherapeut (DGSPF), Therapeut für <b>Psychotraumatologie</b> und <b>Traumatherapie (ZPTN)</b> , Traumapädagoge/ Traumazentrierter Fachberater (DeGPT/DVTP)
	<b>Lisa Loithaler</b> , Sozialpädagogin BA, systemische Familientherapeutin i.A., Teamleitung Jugend & Prävention
<b>Zielgruppe</b>	Pädagogische Fachkräfte, ÄrztInnen, LehrerInnen, ErzieherInnen, MultiplikatorInnen, Interessierte
<b>Lernziel</b>	Vertieftes Verständnis von bindungsorientierter Begleitung und Vermittlung achtsamkeitsbasierter Methoden, die Fachkräfte im Umgang mit problembelasteten Familien unterstützen.
<b>Anmeldung</b>	bis zum <b>24.02.2023</b> per E-Mail <a href="mailto:Susanne.Heufelder@caritasmuenchen.org">Susanne.Heufelder@caritasmuenchen.org</a>
<b>Teilnahmegebühr</b>	20€ (Alle Teilnehmer bekommen eine Teilnahmebestätigung und eine Rechnung)