



JANIS WELT

Einleitung

Der Comic ist entstanden als

Handbuch für Kinder und Jugendliche deren Eltern alkoholkrank sind.

Der Comic handelt von den täglichen Herausforderungen, die entstehen, wenn ein Elternteil in der Familie schon zu lange und zu viel Alkohol trinkt. Dabei sind die Situationen, die Janis bewältigen muss, keine Seltenheit; sie lassen sich in vielen Familien beobachten. In jeder Klasse ließen sich oft gleich mehrere Kinder finden, wenn du dich auf die Suche nach ihnen begeben würdest, denen es täglich so geht wie Janis.

Es sind immer die gleichen Anzeichen bei dieser Krankheit zu beobachten, die allein dadurch kompliziert ist, weil – im Gegensatz zu anderen Krankheiten – nicht offen über sie geredet wird. Das führt zu Stress, gegen den niemand in der Familie gewappnet ist. Mit dem Comic wollten wir eine Möglichkeit schaffen, sich über dieses Thema umfangreich informieren zu können.

- **Weil Wissen Durchblick verschafft und Durchblick hilft Angst abzubauen.**
- **Wenn ich keine Angst habe ist mein Hirn nicht blockiert.**
- **Ist mein Hirn nicht blockiert, stehen mir meine eigenen Fähigkeiten und Stärken uneingeschränkt zur Verfügung. So kann ich schwierigere Situationen leichter bewältigen.**
- **Diese Erfahrung stärkt mein Selbstvertrauen, so bleibe ich selbst stark.**

Wenn du den Comic gut findest gib ihn weiter an Kinder, von denen du denkst, dass ihnen dieses Buch helfen könnte.

Wenn dir beim Lesen Dinge einfallen, von denen du denkst, sie wären zur Ergänzung dieses Handbuchs noch wichtig, wäre es hilfreich, wenn du es uns mitteilen würdest.

Für diese ganz wichtige Mitarbeit bedanken wir uns jetzt schon ganz herzlich.

Anregungen bitte an:
CHROMA e.V. · Am Kleinfeld 10 · 85456 Wartenberg
E-Mail: info@chroma-verein.de

Impressum

Idee/Text Ursula Bußler
Illustrationen Jo Fröhlich
Illustrationen/Satz Michaela Jakwerth

Auflage 1/2013

© 2013 Ursula Bußler

Nachdruck und Vervielfältigung, Speicherung und Nutzung auf optischen und elektronischen Datenträgern der Texte und Bilder, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung durch Ursula Bußler.

Vertrieb: CHROMA e.V.
Verein zur Förderung von chronisch mehrfach
beeinträchtigten Alkoholabhängigen
Am Kleinfeld 10, 85456 Wartenberg
Telefon: 08762/73895-0

ISBN 978-3-00-043111-1

Der Anfang ...

Janis könnte eigentlich ein Junge wie jeder andere sein, der, wenn er die Hausaufgaben fertig hat, am liebsten mit seinen Freunden rumzieht, rumblödelt, Fußball spielt, gelegentlich sich über seine Lehrer ärgert, mit den Eltern streitet (die Liste ließe sich bestimmt noch erweitern) ...

... wenn er nicht ständig mit anderen Dingen beschäftigt wäre.

Auf den ersten Blick sieht es auch so aus, als ob Janis ein ganz gewöhnlicher Junge mit einer ganz gewöhnlichen Familie, ganz gewöhnlichen Eltern und Geschwistern sei.

Nur wenn man sich nicht beirren lässt und ganz lange und ganz genau hinschaut, bemerkt man dahinter noch etwas anderes.

Janis kommt gar nicht dazu, ein ganz gewöhnlicher Junge zu sein,

... dafür hat er viel zu viel um die Ohren.



War das vielleicht peinlich, als der Lehrer mich weckte und sagte, ich sollte weniger fernsehen oder Xbox spielen, mehr lernen und früher ins Bett gehen.

Dauernd bin ich mit den Gedanken wo anders, oder bin müde, gestern bin ich sogar in der Schule eingeschlafen.

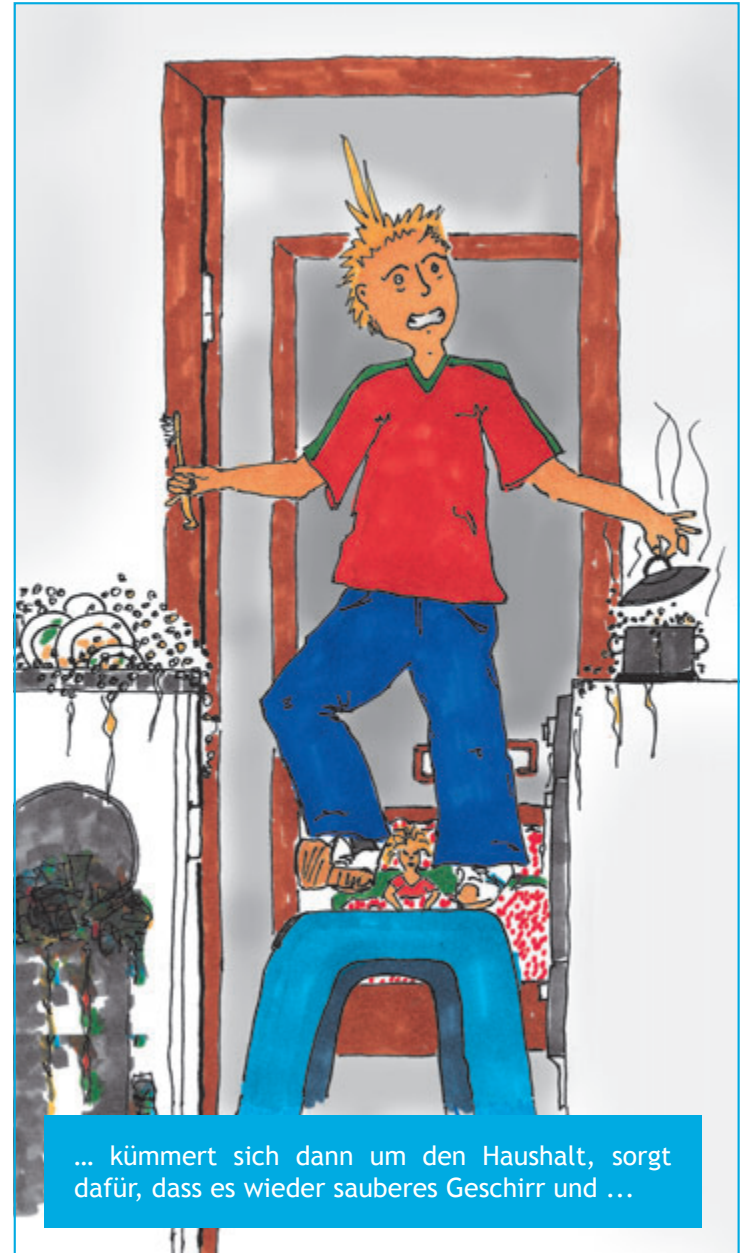
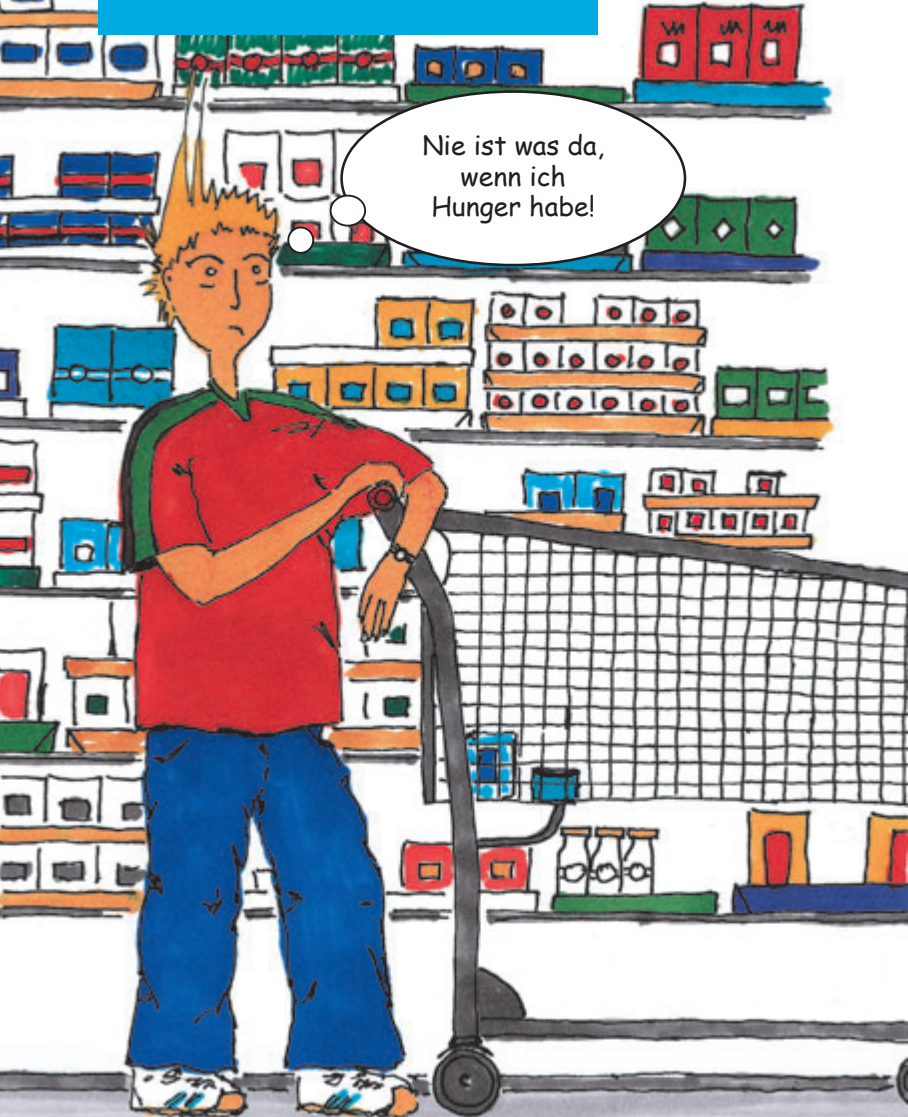
Der hat gut reden. Wenn der wüsste ..., aber ich kann ihm doch nicht erzählen, was bei uns los ist.



Oft, wenn der Vater in der Arbeit ist und Janis aus der Schule nach Hause kommt, kann es sein, dass es ziemlich lange dauert, bis die Mutter ihm die Türe öffnet. Sie liegt dann im Bett oder auf dem Sofa, weil sie krank zu sein scheint.

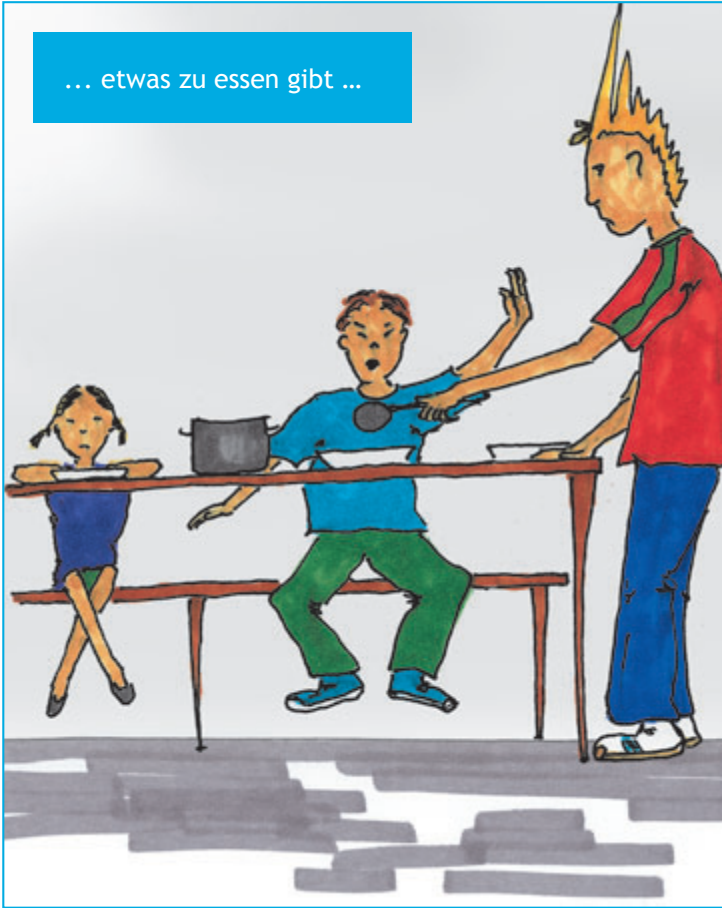
Er geht mit 4,60 Euro erst mal was für das Mittagessen einkaufen ...

Nie ist was da, wenn ich Hunger habe!



... kümmert sich dann um den Haushalt, sorgt dafür, dass es wieder sauberes Geschirr und ...

... etwas zu essen gibt ...



... kümmert sich um seine Schwester, passt auf sie auf, auch wenn er dazu keine Lust hat.

Er wird dann oft ziemlich sauer auf die kleine Schwester, manchmal ist er auch grob zu ihr, was ihm dann ganz schnell wieder leid tut, weil er sie eigentlich lieb hat und froh ist, dass es sie gibt.



Eines Tages
bin ich geplatzt und habe
angefangen mit meiner Tante zu reden,
was bei uns zu Hause los ist. Die hat mich
unterstützt, wir haben ganz oft darüber geredet.
Sie hat mir geraten einen Sportverein zu
suchen, zur Ablenkung und um dort meinen
Frust wegtrainieren zu können.
Und das war richtig gut ...



Endlich ist es raus! Janis ist erleichtert und schläft erschöpft ein.



Rückfahrt von der
Klassenfahrt.

Während sie sich austauschen erfährt Janis, dass die anderen Kinder ziemlich ähnliche Erfahrungen zu Hause gemacht haben.

Alle Kinder denken, es wäre nur bei ihnen zu Hause so und es läge an ihnen, wenn Eltern zu viel Alkohol trinken müssten.



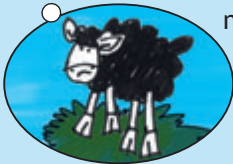
Janis erfuhr, dass Kinder in belasteten Familien - ohne es selbst zu bemerken - aus Liebe und Sorge häufig bestimmte Rollen übernehmen, um so die Situation zu Hause etwas zu entschärfen.



Dass ein Kind, oft das älteste, ersatzweise für den kranken Elternteil einspringt, die Eltern unterstützt, indem er den nichttrinkenden Elternteil entlastet, sich selbstverständlich um die Geschwister kümmert, vernünftig, stark und hilfsbereit wirkt, selbst keine Probleme macht, vielleicht nicht einmal Nägel kaut.



Dass ein Kind sich für die Familie zur Verfügung stellt, indem es die Rolle des Problemkindes übernimmt - z. B. schlechte Noten schreibt, sich häufig prügelt, klaut, etc. - und damit bewirkt, dass eine Zeit lang vom kranken Elternteil abgelenkt wird, indem es den Ärger der Familie auf sich zieht.

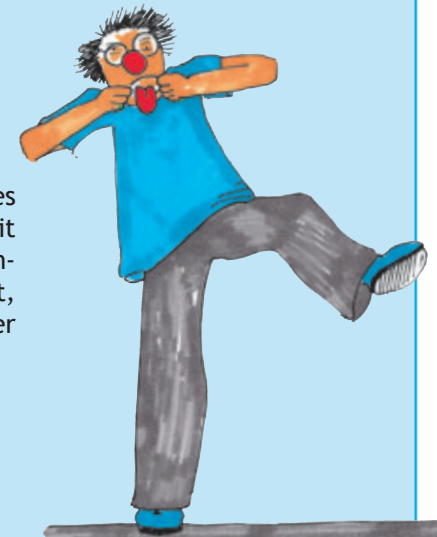


Lara, bist du da?

Dass ein Kind die Familie entlastet, indem es sich nahezu unsichtbar macht, sodass es fast nicht auffällt, wenn es fehlt.

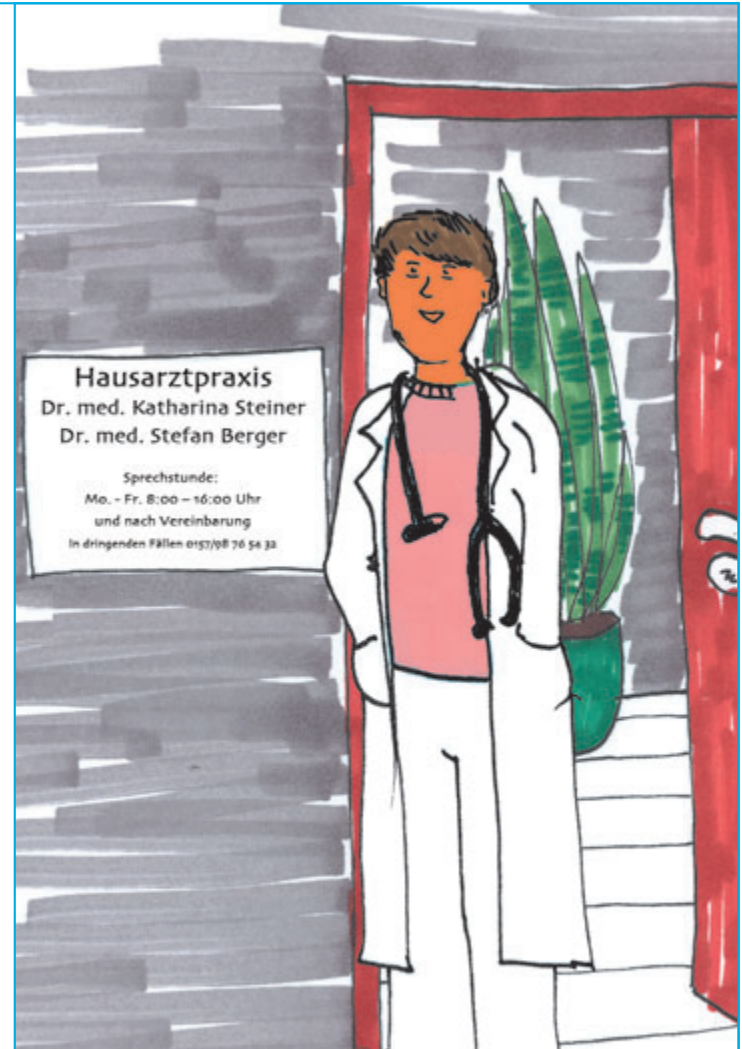


Dass ein Kind die Rolle des Clowns übernimmt, mit Witzigkeit und Albernheiten dazu beiträgt, die Spannungen in der Familie aufzulockern.



... dass dies aber die professionelle Hilfe durch Fachleute nicht ersetzen kann. Diese gibt es gut organisiert, wenn man weiß, wohin man muss.

Erste Anlaufstellen sind die Beratungsstelle für Suchtfragen und der Hausarzt oder die Hausärztin.



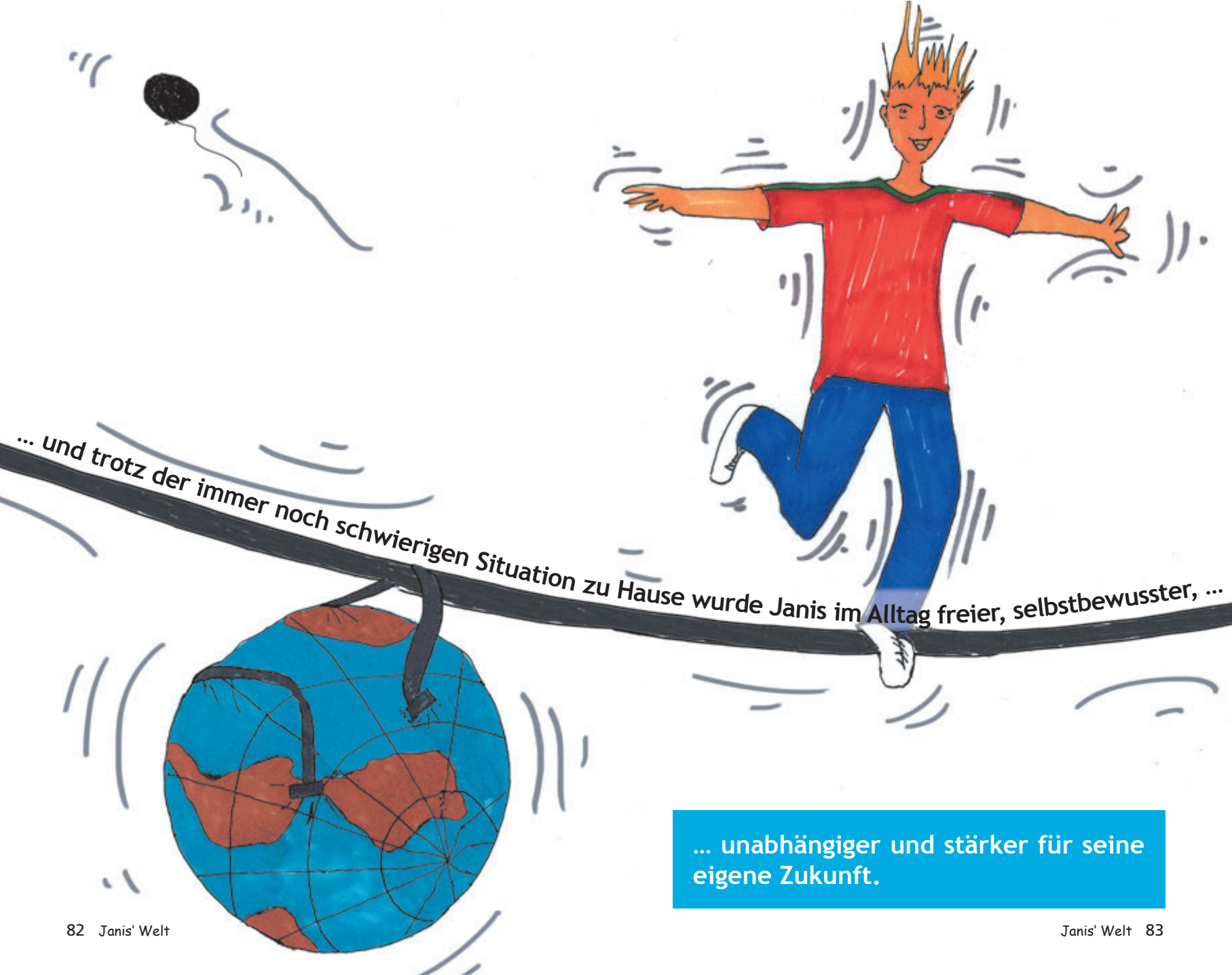
Aber auch Familienberatungsstellen, VertrauenslehrerInnen, Schul-SozialarbeiterInnen und PsychologInnen, JugendzentrumsmitarbeiterInnen können als Anlaufstellen Kindern und Jugendlichen weiterhelfen.

Er begann sich endlich zu verabreden, fand Freunde in der Gruppe. Er merkte, dass er in den Gesprächen mit Freunden seine Gedanken und Gefühle ordnete und ihn das stark machte, selbst wenn die Mutter weiter krank war.

In seiner Freizeit ging er jetzt oft mit den Freunden

- ◆ zelten
- ◆ klettern
- ◆ angeln
- ◆ Waveboard fahren
- ◆ suchte sich einen Fußballverein
- ◆ machte Musik





... und trotz der immer noch schwierigen Situation zu Hause wurde Janis im Alltag freier, selbstbewusster, ...

... unabhängiger und stärker für seine eigene Zukunft.