

Entwicklungsaufgaben in der Jugendzeit

Funktionen des Substanzkonsums

Wissen, wer ich bin
und was ich will

- Ausdruck persönlichen Stils
- Suche nach grenzüberschreitenden Erfahrungen

Aufbau von Freundschaften
Aufnahme intimer Beziehungen

- Erleichterung des Zugangs zu Gleichaltrigen
- Rituale
- Kontaktaufnahme

Individuation – Autonomie
von den Eltern

- Unabhängigkeit demonstrieren
- Bewusste Verletzung elterlicher Normen und Kontrolle
- Kontakt durch Konflikt – als eigenständig gesehen werden
- einbringen dessen, was im System zu kurz kommt

Lebensgestaltung
Lebensplanung

- Teilhabe an (subkulturellem) Lebensstil
- Spaß haben und genießen

Eigenes Wertesystem
entwickeln

- Gewollte Normverletzung
- Ausdruck sozialen Protests

Entwicklungsprobleme
meistern

- Stress- und Gefühlsbewältigung
- Ersatzziel

Wenn deine Kinder klein sind,
gib ihnen Wurzeln
Wenn sie groß sind ,
gib ihnen Flügel

Warum konsumieren Jugendliche Suchtmittel?

- Demonstration von **Erwachsen-Sein**
- **Bewusste Verletzung der** im Elternhaus geltenden **Normen** in der Phase der Ablösung
- **Bewältigungsstrategie** (z.B. bei Leistungsversagen oder um Stress-Symptome zu unterdrücken)
- **Zugehörigkeit** zu einer Clique
- **Austesten** von **grenzüberschreitenden** Erfahrungen
- Ausdrucksmöglichkeit von **sozialem Protest und Kritik** an gesellschaftlichen Werten
- Versuch, sich auf einfache Weise zu **entspannen**
- **Kompensation** von Enttäuschungen
- Symbol für die Teilhabe an bestimmten **Lebensstilen**

Es kommt auf mich an –
doch es hängt nicht von mir ab!

Wie Sie Ihre Kinder ermutigen können, Drogen zu nehmen

- Hören Sie Ihren Kindern niemals zu - sprechen Sie über sie, aber niemals mit ihnen.
- Vermeiden Sie es, sich in der Familie zusammenzusetzen.
- Schaffen Sie Familientraditionen, auf die sich Ihre Kinder womöglich noch freuen, ab.
- Untergraben Sie die Rolle Ihrer Erziehungspartnerin/Ihres Erziehungspartners, und lassen Sie sie/ihn keinen Einfluss gewinnen.
- Legen Sie Wert auf die äußere Form, und lassen Sie die Finger von lästigen "Werte-Diskussionen".
- Schützen Sie Ihre Sprösslinge vor eigenen Erfahrungen z.B. mit Kälte, Müdigkeit, Abenteuer, Kränkung, Experimenten, Risiken, Bekannt- und Freundschaften, Herausforderungen etc.
- Halten Sie Ihren Kindern immer wieder Vorträge über die Gefährlichkeit von Drogen - Ihr eigenes Verhalten spielt dabei keine Rolle.
- Setzen Sie klare Prioritäten für die Bedeutung von materiellen Werten für Ihr Leben und das Ihrer Familie.
- Erwarten Sie von Ihren Kindern, dass sie in ihrem späteren Leben einmal all das verwirklichen, von dem Sie immer geträumt haben.
- Sehen Sie in Ihrem Kind den "Winner-Typ", und erwarten Sie das auch von ihm.
- Stellen Sie kleinere Gesetzesüberschreitungen Ihrerseits - z.B. im Straßenverkehr - im Beisein Ihres Kindes als Kavaliersdelikte dar, die doch keiner merkt.
- Lassen Sie Ihre Kinder niemals selbst Verantwortung übernehmen, kümmern Sie sich um alle Angelegenheiten selbst.
- Gehen Sie wegen jeder Kleinigkeit zum Arzt oder greifen Sie zum Globuli.
- Lösen Sie die Probleme für Ihre Kinder. Treffen Sie für sie die Entscheidungen.

Schutzfaktoren

Umgang mit mir selbst: *Selbstbewusstsein – Selbstachtung – Selbstvertrauen – Ich-Stärke*

- „Ich bin wichtig/wertvoll.“
- „Ich vertraue mir.“
- „Ich kann ‚Nein‘ sagen.“

Umgang mit Frustration: *Frustrationstoleranz*

- „Ich muss nicht alles sofort haben.“
- „Ich kann mit Grenzen umgehen.“

Umgang mit Konflikten: *Konfliktfähigkeit – Belastbarkeit*

- „Ich stelle mich meinen Problemen.“
- „Ich lasse mich nicht unterkriegen.“

Umgang mit Gefühlen

- „Ich nehme meine Gefühle wahr, kann sie zulassen.“
- „Ich kann mit meinen Stimmungen umgehen.“

Gesundheitsbewusstsein

- „Mein Körper ist mir wichtig.“
- „Ich gehe sorgsam mit mir um + kann mich schützen.“

Soziale Kontaktfähigkeit – Gruppenzugehörigkeit

- „Andere Menschen sind mir wichtig.“
- „Ich kann Kontakte knüpfen, vertiefen und beenden.“

Genuss- und Erlebnisfähigkeit – Lebensfreude – Träume

- „Ich kann den Augenblick genießen.“
- „Es gibt viel Schönes und Interessantes auf der Welt.“

Zukunftsperspektiven – Werte – Sinn

- „Leben lohnt sich und macht Sinn.“
- „Ich weiß, wofür ich mich einsetze.“
- „Es gibt etwas, woran ich mich halten kann.“

Was tun, wenn ...?!

„Mein Kind nimmt Drogen!“

0. Angst

- Angst zulassen
- Gesprächspartner suchen

1. Gespräch mit dem/der Betroffenen

- über ihr/sein Verhalten im Alltag sprechen
- genaue Absprachen treffen (Pflichten im Haushalt ...)
- meine Sorgen mitteilen

Nicht: über Gefahren der Suchtentwicklung dozieren
Vorwürfe machen
Drohungen ausstoßen

2. Keine Überwachung und Kontrolle!

3. Konsequenzen

„Wenn du ... hat das Folgen in unserem Verhalten!“
Diese Folgen müssen genau überlegt werden, angekündigt
sein und unbedingt eingehalten werden!
(Hilfe einer Beratungsstelle in Anspruch nehmen!)

4. Verantwortung

... liegt immer bei dem, der es tut.

Das bringt ...

5. Entlastung,

während Sprachlosigkeit, Ängstlichkeit, Kontrolle und mangelnde Konsequenz eine Suchtentwicklung eher fördern

**Wir erziehen nur ganz wenig
durch das, was wir sagen,
ein wenig mehr durch das, was wir tun,
und am meisten durch das, wer wir sind.**

Warum brauchen Kinder Zärtlichkeit?



Damit sie
ohne Drogen
alt werden!

Walter 5. 93 Jahre
und Sohn Karl 71