

Können Eltern etwas dafür tun, damit ihre Kinder nicht süchtig werden?

Süchtig werden Kinder nicht durch eine einzige Ursache, sondern auf Grund vieler Ursachen. Viele Einflüsse kommen von außen auf das Kind zu, und dennoch können Eltern entscheidend dazu beitragen, ihr Kind vor Suchtgefährdungen zu schützen.

Heißt das, daß man von einem gewissen Alter an mit seinen Kindern über Drogen reden, sie informieren soll?

Sicher kann man mit seinen Kinder über Drogen reden, so wie man auch andere vielartige Themen mit ihnen besprechen soll. Das ist allerdings nur ein kleines Stück Suchtprävention. Eltern können vorbeugen, indem sie die Grundbedingungen schaffen, die die Kinder brauchen, um sich zu "unabhängigen" Menschen zu entwickeln. Man kann davon ausgehen, daß seelisch ausgeglichene und selbstbewußte Kinder bessere Chancen haben, später nicht süchtig zu werden.

Das ist "schöne" Theorie, aber was heißt das im alltäglichen Leben?

Vielleicht kann man davon ausgehen, daß Menschen mit Suchtproblemen Menschen sind, die abhängig, unsicher und leicht zu beeinflussen sind.

Also heißt das logischerweise, daß eine gute Suchtvorbeugung Kinder dazu ermutigt, unabhängig und selbstsicher zu sein. Im Alltag einer Familie bedeutet das "miteinander" leben. Kinder müssen ein Grundvertrauen und ein Gefühl der Geborgenheit durch Liebe und Zuneigung der Eltern entwickeln. So bekommen sie das Vertrauen in die eigene Person und die Sicherheit, selbst Probleme und Enttäuschungen zu meistern, ohne Zuflucht in Suchtmitteln zu suchen! So lernen sie auch, den Mut aufzubringen, "draußen" zu erkunden und unabhängig die Welt zu erforschen. Sie riskieren nicht aus der ängstlichen Abhängigkeit von ihren Eltern in eine andere Abhängigkeit zu geraten. Außerdem heißt vorbeugen, daß Kinder "Nein" sagen dürfen.

Bedeutet das, daß Kinder alle Freiheiten haben sollen und immer "Nein" sagen dürfen?

Selbstverständlich nicht. So wie bei allen ähnlichen Fragen, ist auch hier die Antwort schwarz und weiß, ja und nein. Kinder müssen lernen, ein Nein zu ertragen, aber sie müssen auch ein Nein sagen und durchsetzen können. In diesem Wechselspiel lernen sie, daß es Grenzen gibt, die man respektieren muß, aber auch, daß ein Mensch Recht auf Respekt seiner eigenen Meinung hat.

Trotz unserer guten Erziehung kommen unsere Jugendlichen in Kontakt mit Drogen! Wie sollen wir uns da verhalten?

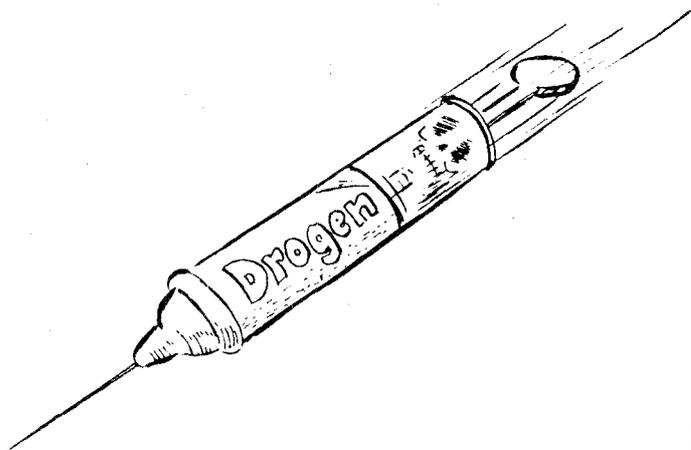
Wichtigste Regel! Nicht in Panik geraten! Sonst brechen Sie die Brücke zum Dialog mit dem Jugendlichen ab, und Sie versperren sich selbst die Sicht auf das Geschehnis.

Was heißt Kontakt? Was heißt probieren? Reden Sie mit dem Jugendlichen darüber. Schreien und Drohen verhindert das Gespräch. Teilen Sie Ihre Angst mit, sagen Sie als Eltern Ihre Bedenken. Auch Ihr großes Kind hört, was Sie sagen. Wenn Sie bis dato ein gutes Verhältnis mit Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter hatten, wird er oder sie mit Ihnen darüber reden. Vielleicht nicht sofort, vielleicht in einem ruhigeren Augenblick.

Jugendliche trinken oft Alkohol. Aber das ist doch nicht so schlimm wie Drogen, oder?

Vielleicht ja, vielleicht nein. Alkohol ist auch eine Droge, nur eine legale. Es gibt mehr Menschen, die mit der legalen Droge Alkohol als mit der illegalen

H. Busse



Droge Heroin Probleme haben. Alkohol ist unsere Gesellschaftsdroge. Auch Medikamentenmißbrauch gehört schon fast zu unserer Kultur. Bei diesen beiden Alltagsdrogen spielt die Vorbildfunktion von uns Erwachsenen selbstverständlich eine große Rolle. Wie gehen wir als Eltern mit dem Alkohol um, wann trinken wir, wieviel, warum, wie oft, usw? Benützen wir bei jedem kleinsten Wehwehchen Medikamente, versuchen wir Streß, Müdigkeit und Schulanforderungen mit Arzneimitteln zu beheben? Außerdem ist

wichtig zu wissen, daß Tabak- und Alkoholmißbrauch fast immer einem illegalen Drogenmißbrauch vorangehen. Es hat nicht viel Sinn mit dem Prediger zu betteln: "Nicht meinen Taten, sondern meinen Worten folget mir!"

Vorbildfunktion ist gefragt!

Thérèse Michaells