

Normal ist in der Pubertät, wenn..

- die Jugendlichen sich aus den Familienaktivitäten immer stärker zurückziehen.
- die Leistungen in der Schule schwanken.
- die Interessen häufig, mitunter sprunghaft wechseln.
- die Stimmungen zwischen Extremen hin- und herpendeln, von aggressiv ablehnend bis zu zufrieden und euphorisch.
- es zu einem Wechsel in Schule oder Ausbildung kommt.

Problematisch wird es, wenn...

- sich Ihr Kind Ihnen gegenüber total verschließt, sich komplett isoliert.
- die Schulleistungen in allen Fächern drastisch absacken.
- der Freundeskreis ständig wechselt oder ganz aufgegeben wird.
- alle Interessen ohne ersichtlichen Grund plötzlich bedeutungslos werden.
- irgendwelche Gegenstände oder Geld fehlen, wofür Sie keine Erklärung haben.
- völlig resignierend die Schule oder der Ausbildungsplatz abgebrochen wird.
- die Jugendlichen anfangen ohne jede Perspektive nur noch „abzuhängen“.

Diese Alarmsignale können Anzeichen dafür sein, dass Ihr Kind Drogen nimmt. Sie sollten das Verhalten besonders genau beobachten. Wenn sich Ihr Verdacht erhärtet, sollten Sie als Eltern reagieren.

Die erste wichtigste Maßnahme:

Sprechen Sie offen mit Ihrem Kind über Ihre Beobachtungen und machen Sie Ihrem Kind keine Vorwürfe.

Was tun wenn...

Als Eltern haben Sie ein besonderes Gespür für das Verhalten, für die Stimmungen und Probleme Ihres Kindes.

Wenn Sie den Verdacht haben, dass ihr Kind Drogen zu sich nimmt, sollten Sie folgende Strategien verfolgen:

- **Verfallen Sie nicht in Panik.**
- **Versuchen Sie, ins Gespräch zu kommen.**
- **Schildern Sie nicht gleich die Gefahren, sondern versuchen Sie herauszufinden, welche Motive dahinter stecken.**
- **Versuchen Sie herauszubekommen, welche Substanzen Ihr Kind nimmt, wie oft und seit wann.**

Oftmals handelt es sich um bloße Neugier, auch mal etwas Verbotenes auszuprobieren. Dieses Experimentieren mit Drogen wird von Jugendlichen in den meisten Fällen wieder spontan beendet.

Aber es gibt auch andere Motive. Fragen Sie, welche positiven Empfindungen Ihr Kind mit Drogenkonsum und Rausch verbindet. Erst, wenn Sie dies wissen, können Sie erahnen, was Ihr Kind vermisst und im Moment möglicherweise über den Drogenkonsum bekommt.

Wenn Sie Wünsche und Bedürfnisse Ihres Kindes erkannt haben, können Sie mit ihrem Kind gemeinsam nach Alternativen zum Drogenkonsum suchen. Sie werden dabei vielleicht stärker als bisher auf die Persönlichkeit Ihres Kindes eingehen müssen.

Mit Sicherheit bedeutet es, dass Sie auch an Ihrem Familienleben insgesamt etwas ändern werden (z.B. das alltägliche Miteinander, gemeinsame Aktivitäten und eine altersentsprechende Verantwortungsübertragung spielen dabei eine wichtige Rolle).

Oft geht es auch darum, Grenzen abzustechen und Regeln neu auszuhandeln.

Sie können dazu eine kompetente Beratung in Anspruch nehmen.

Wenn Sie sich sicher sind, dass das Konsumverhalten Ihres Kindes in eine Abhängigkeit abzugleiten droht oder im schlimmeren Fall schon abgeglitten ist, kann professionelle Beratung hilfreich sein. Je eher etwas passiert desto besser. Haben Sie keine Hemmungen. Drogenkonsum ist ein gesellschaftliches Problem, das in allen Schichten auftritt. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

In dieser Situation stehen Eltern vor der Frage: „Was habe ich falsch gemacht? Ich habe doch immer alles getan, was ich konnte!“ Zermürben Sie sich nicht, in dem Sie nach Fehlern in der Erziehung und Ihrem Verhalten suchen. Alle Eltern und Angehörige machen sich Vorwürfe und haben Schuldgefühle, wenn Sie mit einem Suchtproblem bei ihrem Kind konfrontiert sind.

Das Entstehen einer Abhängigkeit basiert immer auf einer Bündelung von unterschiedlichsten Ursachen, so dass die Frage nach den „wahren“ Ursachen immer nur schwer beantwortet werden kann. Die Frage von Schuld nützt in dieser Situation wenig, auch wenn sie verständlich ist. Suchtmittelkonsum kann ein schwieriges Problem werden, ist aber kein Grund, sich zu verstecken. Ganz im Gegenteil: Gehen Sie raus, reden Sie mit vertrauten Personen, schließen Sie sich einer Selbsthilfegruppe an. Es gibt Elternkreise betroffener Eltern als Selbsthilfegruppen.

Adressen in Ihrer Nähe:

KOBRA Kontakt- und Beratungsstelle für Drogenprobleme

Illegale Drogen
Moltkestr. 1 79379 Müllheim
T. 07631 5017

Offene Sprechzeiten:

Mo 14 -18 Uhr
Do und Fr 10 -12 Uhr
www.drogenberatung-kobra.de

Suchtberatung Müllheim

Legale Drogen und Glückspiel
Moltkestr. 1 79379 Müllheim
T. 07631 5015
www.suchtberatung-muellheim.de

Elternselbsthilfe Freiburg

Offene Selbsthilfegruppe für Eltern von suchtgefährdeten und suchtkranken Töchtern und Söhnen aller Altersgruppen
T. 0170-1803640
www.elternselbsthilfe-sucht-freiburg.de

Informationsseiten im Internet:

www.drugcom.de
www.mindzone.info
www.elternberatung-sucht.de
www.elterninfo-alkohol.de

Stand: Sept. 2017



Was tun wenn Sie bei Ihren Kindern Drogenkonsum vermuten?



KOBRA
Kontakt- und Beratungsstelle
für Drogenprobleme