



SUCHT | SCHWEIZ

# **Workshop-Input: Suchtpräventive Ansätze bezüglich Medikamentenkonsument bei Kindern und Jugendlichen**

**17. September 2021**

**Markus Meury  
Sucht Schweiz**

# Übersicht

1. Welche Prävention wirkt?
2. Fokus Eltern



# 1. Welche Prävention wirkt?

- **Information der Allgemeinbevölkerung via Medien?**
  - Suggestiert Normalität («andere konsumieren es auch»)
- **Substanzspezifische Information der Jugendlichen in der Schule?**
  - Weckt bei relativ neuen Substanzen oft die Neugier -> Forschung zeigt manchmal mehr Schaden als Nutzen
- **Ideal des «aufgeklärten Konsums»?** -> funktioniert nur bei Erwachsenen. Risikobereite Jugendliche nehmen das, was sie als zu ihrer Gruppe zugehörig erachten, oft ungeachtet der Risiken.
- **Jugendliches Risikoverhalten wird geprägt von**
  - den sozialen Normen
  - den elterlichen Aufsicht
  - dem physischen Kontext und der Regulierung von Industrien
  - der Einübung von Impulskontrolle, der Sozial- und Selbstkompetenz



# 1. Welche Prävention wirkt?

- **Jugendliche**
  - Gezielte Information hinsichtlich den Konsummotivationen, alternative Bedürfnisbefriedigung
  - Gezielte Arbeit je nach Risikoprofilen (Augenmerk Hiphopszene)
  - Am Besten schon ab Kindheit Sozial- und Selbstkompetenzen sowie Impulskontrolle trainieren
- **Eltern**
  - Haben mehr Einfluss als man meint: Vertrauensbeziehung, Monitoring, Vorbildfunktion, Alternativen einüben, etc.
- **Schule, Strassensozialarbeit, Sportvereine, Ärzteschaft und Apotheken, etc:** Fachkräfte schulen und Handlungssicherheit stärken



## 2. Fokus Eltern

- **Neue Broschüre von Sucht Schweiz**
- **Verantwortung vs. Spielraum**
  - Eltern haben grösseren Einfluss als sie denken, aber sie sind nicht schuld, wenn das Kind letztendlich trotzdem konsumiert
- **Problem erkennen: Welche Indizien?**
  - Wenn Kind gestresst, deprimiert ist, oder Schlaf- oder Appetitstörungen hat, wenn es sich isoliert oder Schwierigkeiten in Schule oder Ausbildung hat -> Indiz, aber kann auch andere Probleme anzeigen
  - Wenn der Freundeskreis sich verändert: mehr und mehr mit Jugendlichen, die Substanzen konsumieren.



## 2. Fokus Eltern

- **Wie reagieren?**
  - **Keine Vorwürfe**, sondern Sorge um sein Wohl ausdrücken
  - **Recht, mehr zu wissen** (Vertauensverhältnis von Kindheit an pflegen)
  - Selber gut über Substanzen **informiert sein**
  - **Motivationen verstehen** und darauf reagieren
- **Alternativen entwickeln und einüben**
  - **Umgang mit Ängsten und Stress:** z.B. Entspannungstechniken, Sicht auf Leben, Sicherheiten pflegen, Unterstützung leisten, Kompetenzen fördern
  - **Suche nach Emotionen:** z.B. Sport oder gemeinsamer Nervenkitzel



## 2. Fokus Eltern

- **Normalität und Vorbildfunktion**
  - Welche **Haltung** gegenüber Medikamenten wird in der Familie vorgelebt
  - Wie wird mit körperlichen und psychischen **Schwierigkeiten** umgegangen?
    - **Modell** der Eltern wird sehr oft von den Kindern übernommen -> **selber neue Wege einüben!**
- **Umgang mit den Medikamenten**
  - Welche Art Medikamente sind vorhanden? Suchtpotential?
  - Medikamente unzugänglich halten (auch bei anderen Betreuungspersonen)
- Dialog auf Augenhöhe, Interesse für das Befinden der Jugendlichen zeigen, Wertschätzung, klare Regeln

