

# „Sucht, das Risiko ! ... sucht das Risiko ?“

*am 10.09.98 im Hygiene-Museum Dresden*

Die Frage der Sucht ist wohl keine Angelegenheit, bei der wir unsere Blicke nur auf unsere Kinder lenken sollten. Manchmal liegen die Ursachen von Suchtverhalten bei den Erwachsenen, bei uns Eltern, so daß es ratsam sein kann, uns selbst näher zu betrachten, um Verhaltensmuster unserer Kinder besser verstehen zu können.

Sind wir ehrlich zu uns - wer hat sich nicht schon dabei ertappt, den Fernseher laufen zu lassen - nur zur Ablenkung, wer braucht nicht beispielsweise sein abendliches Bier, um sich wohl fühlen zu können. Für andere sind es die Zigaretten, die Geschwindigkeit des Autos, oder das Lottospiel – alles Dinge, die uns ablenken, die uns in eine andere, schönere Welt versetzen sollen oder die uns durch ihren Reiz und ihre Spannung faszinieren.

Wir überbrücken unbewusst eine Leere in oder um uns oder wollen durch Reizüberflutung den Stress kompensieren.

Die Beispiele lassen sich fortsetzen. Sie werden an dieser Stelle zu Recht sagen: „Ich bin doch deshalb nicht süchtig!“ – und doch ist es in solchen Momenten ein kurzzeitiges Suchverhalten. Wir Erwachsene können dies in der Regel rückblickend sehr gut erkennen und einordnen. Wir können bewußt wieder in die Realität einsteigen und unsere Aufgaben machen.

(Ist Ihnen aufgefallen, welches Suchverhalten ich überhaupt nicht genannt habe? – Die Arbeitssucht. Sie ist weitestgehend gesellschaftlich toleriert.)

Für unsere Kinder ist es jedoch gerade in ihrer Entwicklungsphase des sich Orientierens sehr viel schwerer all die auf sie herein strömenden Einflüsse einzuordnen. Sie benötigen deshalb in erster Linie auch unsere Hilfe als unmittelbare Bezugsperson.

Wir Eltern sollten uns darüber im Klaren sein, dass wir mit unseren Verhaltensweisen mittelbar oder unmittelbar Vorbild sind – im positiven, aber auch natürlich im negativen Sinn: Vorbild in unserem Verhalten von Trink-, Rauch- oder Fernsehgewohnheiten, in unserer Offenheit und Ehrlichkeit gegenüber den Kindern, Jugendlichen und Mitmenschen. **Nur was wir selbst vorleben**, können wir auch glaubhaft von den Heranwachsenden erwarten, verlangen oder einfordern.

Wir sind für unsere Kinder ein wichtiger Ansprechpartner, um ihnen in ihren Fragen zu helfen. Wir sollten sensibel dafür sein, dass uns unsere Kinder viel öfter brauchen, als wir annehmen. Auf Fragen sollten wir nicht reagieren: „Ich habe keine Zeit, lass mich in Frieden!“ Wenn wir wirklich keine Zeit haben, können wir dies dem Kind klar machen und einen späteren Zeitpunkt nennen. Es sind -aus unserer Sicht- gewiss nicht oft die bedeutendsten Fragen, die Kinder manchmal beantwortet haben wollen, trotzdem ist es wichtig, dass unsere Kinder spüren, dass sie in allen Entwicklungsphasen ernst genommen werden. Denn nur auf diese Weise bleiben wir

als Eltern -neben anderen Bezugspersonen, wie z. B. Freunde, Mitschüler oder Lehrer- für unsere Kinder ein Gesprächspartner, dem sie sich anvertrauen. Wir brauchen nicht nur Zeit für ihre Fragen, sondern auch Zeit für ihre Hausaufgabenbewältigung und alle Probleme rund um Schule. Wir brauchen Zeit, um ihnen bei der Freizeitgestaltung behilflich zu sein. Heute kann man nicht mehr darauf vertrauen, daß sie diesen Bereich allein bewältigen werden, ihnen fällt oft nur der Fernseher oder der Computer ein. Wenn Eltern „abwesend“ sind, suchen Jugendliche Ersatz für mangelnde menschliche Beziehungen z. B. im unreflektierten Wunsch nach immer mehr Fernsehen oder sie stimulieren sich durch berauschende Mittel, oder sie erfüllen sich ihren Wunsch nach Gemeinschaft in sektenähnlichen oder anderen extremen Gruppen. Wir Eltern müssen oft genug mit ihnen Alternativen suchen und ihr Verhalten, ihre Wünsche hinterfragen.

Auch wenn wir mit unseren Kindern früher viel unternommen haben und Zeit für ihre Fragen hatten, erfahren wir doch manchmal von Hasch und Marihuana, welches im Freundeskreis oder in der Klasse genommen wird. An dieser Stelle müssen wir davon ausgehen, dass unsere Kinder *neugierig* sind und durch Einflüsse der Freunde, Mitschüler, Medien aber auch der Erwachsenen ihre Hemmschwelle den Suchtmitteln gegenüber niedriger ist. Dann kann es schon passieren, dass sie probieren. Hier sind Vertrauenspersonen ganz wichtig. Am besten ist es natürlich, wenn sie mit uns darüber sprechen wollen und wir nicht mit erhobenen Zeigefinger oder gar Drohungen die Sache angehen. Wir sollten über die Zusammenhänge wissen und uns *Hilfe* bei Drogenberatungsstellen *holen*! Wir sollten auch schon vorbeugend genügend Wissen über Suchtmittel, die Entwicklung einer Sucht und Suchtbehandlung erworben haben, um nicht wegsehen zu müssen, wenn wir irgendwo darauf gestossen werden.

Elternweiterbildung ist deshalb auch ein wichtiges Thema des LER und auch der Grund, weshalb wir Sie heute zu dieser Informationsveranstaltung eingeladen haben.

Wir Eltern haben unseren Beruf, sind nicht in allen speziellen Fragen ausgebildet. Deshalb sollten wir wissen, wo wir Unterstützung und kompetente Hilfe erhalten. Lehrer, Beratungslehrer, andere Eltern, Beratungsstellen – alle können helfen, auch gemeinsam.

Nur eines bedarf es: wir zuallererst **müssen uns Zeit nehmen** und dürfen nicht resignierend eine scheinbare Machtlosigkeit gegenüber den Kindern und Jugendlichen, die sich für uns als Außenseiter, die sich süchtig benehmen, hinnehmen.