

# Wie schütze ich mein Kind vor Alkohol & Drogen?



Reproduktionen, Übersetzungen, Weiterverarbeitung oder ähnliche Handlungen zu kommerziellen Zwecken sowie Wiederverkauf oder sonstige Veröffentlichungen sind ohne die schriftliche Zustimmung des Autors bzw. Lizenzgebers nicht gestattet.

Autor: Antonio Rudolphios (2017)



Diese Publikation wurde nach bestem Wissen recherchiert und erstellt.  
Als Leserin und Leser, möchte ich Sie ausdrücklich darauf hinweisen,  
dass keinerlei Verantwortung für jegliche Art von Folgen, die Ihnen im  
Zusammenhang mit dem Inhalt dieses eBooks entstehen, übernommen  
werden können. Der Leser ist für die aus diesem Ratgeber  
resultierenden Handlungen selbst verantwortlich.

# **Inhaltsverzeichnis**

<b>Vorwort.....</b>	<b>6</b>
<b>Pubertät ist eine starke Herausforderung für alle.....</b>	<b>8</b>
<b>Ernst nehmen und stark machen.....</b>	<b>9</b>
<b>Machen Sie sich selbst schlau.....</b>	<b>12</b>
<b>Erkennen Sie Schwierigkeiten.....</b>	<b>15</b>
<b>Seien Sie selbst gute Vorbilder.....</b>	<b>17</b>
<b>Wie schützen Sie Ihre Kinder vor Alkohol und Drogen?..</b>	<b>20</b>
<b>Reden, reden und nochmals reden.....</b>	<b>20</b>
<b>Klären Sie auf.....</b>	<b>21</b>
<b>Immer weniger Jugendliche rauchen.....</b>	<b>21</b>
<b>Ein Thema für die Schule.....</b>	<b>21</b>
<b>Schock-Therapie.....</b>	<b>22</b>
<b>Konfrontieren Sie.....</b>	<b>22</b>
<b>Fragwürdige Methoden.....</b>	<b>23</b>
<b>Spielen Sie auch nicht „Daddy cool“ .....</b>	<b>23</b>
<b>Ehrliches Interesse zeigen.....</b>	<b>24</b>
<b>Information ist alles.....</b>	<b>24</b>
<b>Gutes Beispiel sein.....</b>	<b>25</b>
<b>Der Diabetiker spürt jede Zigarette.....</b>	<b>26</b>
<b>Besuchen Sie Obdachlose.....</b>	<b>27</b>
<b>Diabolisches Syndrom.....</b>	<b>27</b>

<b>Kinder brauchen Perspektiven .....</b>	<b>28</b>
<b>Kennen Sie die neuen Trends?.....</b>	<b>28</b>
<b>Drogen mal probieren? .....</b>	<b>29</b>
<b>Besuch in der Drogenberatung.....</b>	<b>29</b>
<b>Lasst sie doch Erfahrungen sammeln.....</b>	<b>29</b>
<b>Stopp den Verboten!.....</b>	<b>30</b>
<b>Wo ist Ihre Empathie?.....</b>	<b>31</b>
<b>Selbstbewusstsein fördern.....</b>	<b>32</b>
<b>Haben Sie Ihr Kind erwischt?.....</b>	<b>32</b>
<b>Hilfe in Konflikten .....</b>	<b>33</b>
<b>Langeweile vermeiden .....</b>	<b>33</b>
<b>Probleme erkennen.....</b>	<b>34</b>
<b>Trennungs-Schmerz.....</b>	<b>34</b>
<b>Missbrauch?.....</b>	<b>34</b>
<b>Auf emotionale Zuwendung ist Verlass.....</b>	<b>35</b>
<b>Keine Überforderung bitte.....</b>	<b>36</b>
<b>Perspektive bieten.....</b>	<b>36</b>
<b>Spiel- und Computersucht bemerken.....</b>	<b>37</b>
<b>Erkennen Sie den Frust?.....</b>	<b>37</b>
<b>Kinder entgleiten Ihnen.....</b>	<b>38</b>
<b>Respekt beibringen.....</b>	<b>39</b>
<b>Erziehung zur Respektlosigkeit vermeiden.....</b>	<b>40</b>

<b>Jugendliche brauchen Grenzen.....</b>	<b>41</b>
<b>Das Problem mit der Volljährigkeit.....</b>	<b>43</b>
<b>Menschen in Lebenskrisen sind besonders labil.....</b>	<b>44</b>
<b>Auch Pubertierende brauchen Rituale.....</b>	<b>44</b>
<b>Schlusswort.....</b>	<b>45</b>

## Vorwort

„Gebranntes Kind scheut Feuer“ sagt doch alles: Kinder sind neugierig und erkunden die Welt. Dabei geht manches schief, weil sie noch nicht alle Gefahren kennen. Gebranntes Kind meint: Sie haben schlechte Erfahrungen gemacht, sich vielleicht die Finger verbrannt oder die Hand eingeklemmt und so gelernt, bestimmte unangenehme Dinge nicht mehr zu wiederholen.

Neugier ist das Stichwort – „Neu“ und „Gier“ – Kinder und Jugendliche wollen Neues selbst ausprobieren und ihre eigenen Erfahrungen sammeln. Sie treibt sprichwörtlich eine Gier nach Neuem an. Man kann jungen Menschen aus den Erfahrungen Älterer so oft man will etwas sagen, dass dies und jenes nicht funktioniert. Doch deshalb übernehmen sie es noch längst nicht einfach so. Nein, die Kinder wollen es selbst ausprobieren und eben auch feststellen, dass etwas nicht klappt. Dahinter steht der Wille, es vielleicht doch einmal den Altvorderen zeigen zu wollen und zu beweisen, dass das Gegenteil möglich ist. Erst nach eigener Erfahrung akzeptieren wir Dinge dann auch endlich.

Jedes Kind hat so gelernt. Denken Sie doch mal an sich selbst. Vielleicht finden Sie an Ihrem Körper noch Narben oder Brandwunden, die Sie an Ihre eigene Neugier und Erkundungstour erinnern.

Kinder orientieren sich an Vorbildern, manchmal leider auch an schlechten. Sie übernehmen oft ungeprüft solche Verhaltensweisen, die als „cool“ empfinden und mit denen sie den starken Mann markieren. Leider können das auch gefährliche Versuche sein wie etwa mal das Zigarettenrauchen auszuprobieren oder Drogen zu testen.

Kinder leben in ihren Familien, aber auch in Gemeinschaften wie Schule, Sportverein, mit Freunden und in Cliquen. Da ist der

Gruppenzwang groß. Man will dabei sein und voll integriert in der Gruppe. Wer da nein sagt, gehört nicht richtig dazu. Aus reinem Gefallen lehnt man die angebotene Zigarette oder den Schluck aus der Pulle nicht ab. So fängt es an. Vom Joint ist man da nicht weit entfernt. „Such dir die richtigen Freunde aus“, predigen die Eltern einem ständig. Ja, schaut sie euch genau an, mit denen Ihr euch einlasst.

Und eben unter solchen „Freunden“ kommen junge Menschen schnell mit Alkohol und Drogen in Kontakt. So rutschen sie schneller in Abhängigkeiten als sie selbst es wahrhaben wollen.

Der Grundstein wird im Elternhaus gelegt. Kommunizieren die Erwachsenen mit ihren Kindern oder ordnen sie einfach nur an, befehligen sie? Ein gutes Verhältnis zwischen den Generationen ist eine ausgezeichnete Basis. Das muss auf der Basis von Respekt auch zwischen Jung und Alt stattfinden, ein Kontakt also auf Augenhöhe. Kinder sind selbständige Individuen mit eigenem Willen, eigener Meinung und unverwechselbarem Charakter. Seien Sie stets loyal zu Ihrem Nachwuchs und respektieren Sie dessen Intimsphäre. Kinder ernst nehmen und stark machen beugt der Neugier nach Drogen und Alkohol vor.

Sie wollen sich intensiver über dieses Thema informieren, um Ihre Kinder noch besser begleiten zu können. Dazu ist dieser Ratgeber genau richtig. Mit den Tipps und Tricks aus diesem Buch fällt es Ihnen wesentlich leichter, Ihren Nachwuchs kompetent zu begleiten. Finden Sie mit diesen Hilfen Ihren eigenen individuellen Weg.



## Pubertät ist eine starke Herausforderung für alle

Gemeinhin weiß man, dass Kinder in der Pubertät selbst nicht so genau wissen, ob sie **Fisch oder Fleisch** sind. Manchmal geben sie sich unausstehlich und man lässt sie am besten in Ruhe. Sie kennen weder Vater noch Mutter und wissen oft mit sich selbst nichts anzufangen. „**Was willst du eigentlich?**“ Erwarten Sie bitte keine schlüssige Antwort darauf. Denn die Heranwachsenden können Ihnen oft selbst keine Erklärung geben.

Pubertierende sind dabei, ihren **Weg im Leben zu suchen und zu finden**. Das ist für sie selbst nicht so ganz einfach. Denn sie stellen plötzlich auch große **Veränderungen** und Umbrüche in und mit ihrem **Körper** fest. Scham- und Achselhaare wachsen. Mädchen bekommen ihre erste Monatsblutung, Jungen erleben zum ersten Mal einen Samenerguss. Die Stimme verändert sich. Man interessiert sich entweder fürs andere oder auch fürs gleiche Geschlecht. Hier finden die Weichenstellungen fürs weitere Leben und die persönliche Orientierung im Leben statt. In welche Richtung gehen wir?

**Unzufriedenheit** mit sich selbst und der Welt, **Neugierde** und Entdeckung, der Aufbau einer eigenen Intimsphäre, eine eigene Meinung, sich lossagen von Erwachsenen und die Unabhängigkeit suchen sind gepaart mit Unsicherheit und mangelnder Lebenserfahrung. Deshalb lauern hier große **Gefahren, Leichtsinnigkeit** und ein gewisses **Verführungs-Potenzial**.

Wer nicht genau weiß, was er will, irrt wie ein schwankendes Boot durch die raue See und wird getrieben vom zufälligen Wellenschlag der Gefühle und Begegnungen. Schnell folgt man den **Rattenfängern**, weil deren Ansichten und Art zu reden unsicheren Menschen einen Anker und Halt geben.