



ELTERNBRIEF Nr. 4

Liebe Eltern

Sie erinnern sich bestimmt noch an die Abende und Partys Ihrer Jugendzeit. Auch Ihr Sohn oder Ihre Tochter möchte solche Momente mit anderen erleben und bittet Sie deshalb um Erlaubnis, ausgehen zu dürfen. Vielleicht plant Ihr Kind auch eine Party mit seinen Freunden bei Ihnen zu Hause. Ausgehen und Partys feiern sind für viele Jugendliche von grosser Bedeutung. Als Eltern wünschen Sie sich sicher, dass Ihr Kind von seinen abendlichen Ausflügen profitiert und dass diese ohne Probleme verlaufen. Vielleicht sind Sie auch etwas besorgt, Ihr Kind könnte im Ausgang Risiken eingehen, insbesondere im Zusammenhang mit dem Konsum von Alkohol oder illegalen Drogen.

Ausgang und Partys: Spass und Risiken

Wenn Jugendliche ausgehen und Partys feiern

Für die meisten Jugendlichen sind Ausgang und Partys wichtig. Sie finden es toll, Zeit mit ihren Freunden zu verbringen, sich mit ihnen zu unterhalten und zu lachen. Partys sind eine gute Gelegenheit, Spass zu haben und Stress abzubauen. Die Jugendlichen entwickeln dabei auch ihre sozialen Kompetenzen. Sie knüpfen neue Bekanntschaften, beobachten, wie sich andere verhalten, und entdecken durch den Kontakt mit den anderen auch Neues an sich selbst. Jugendliche gehen aus, häufig ohne etwas Spezielles zu machen,





Meine Tochter feiert bald ihren 15. Geburtstag bei uns zu Hause. Zu diesem Anlass hat sie einige Freunde eingeladen. Was kann ich tun, damit dieses Fest gut verläuft? Ich bin ein bisschen beunruhigt, weil ich weiss, dass einige Freunde meiner Tochter Alkohol trinken. Vielen Dank für Ihre Antwort.

in Bezug auf Alkohol, Zigaretten und illegale Drogen Ihren Standpunkt klar: Sagen Sie Ihrer Tochter, dass Sie keine solche Substanzen am Fest tolerieren werden. Achten Sie darauf, dass eine genügend grosse Auswahl an nicht alkoholischen Getränken zur Verfügung steht. Es scheint uns wichtig, dass ein Erwachsener anwesend ist, der das Fest diskret überwacht und Ihre Tochter unterstützen kann, wenn es darum geht, dass auch die Gäste die vereinbarten Regeln einhalten. Planen Sie mit Ihrer Tochter auch, wie ihre Freunde nach Hause kommen: Klären Sie zum Beispiel, ob deren Eltern sie abholen oder ob Sie selbst das Chauffieren übernehmen, oder berücksichtigen Sie die Busfahrpläne.

Nehmen Sie sich Zeit, um mit Ihrer Tochter das Fest zu planen. Wie stellt sie sich ihre Geburtstagsfeier vor, was möchte sie tun, damit sich alle wohlfühlen? Legen Sie gemeinsam fest, um welche Zeit das Fest beginnt und wann es zu Ende ist. Klären Sie mit ihr auch die Lärmfrage und wie sie die Nachbarn informieren möchte. Machen Sie

um „nichts zu verpassen“ oder um einfach mit den Freunden zusammen zu sein und zu schwatzen. Und nicht wenige verlieben sich an einer Party zum ersten Mal.

Die Risiken im Ausgang und an Partys

Im Ausgang sind Jugendliche gerne ausgelassen. Um Freunde zu beeindrucken oder einfach um zu gefallen, gehen sie auch Risiken ein, zum Beispiel indem sie Alkohol, Cannabis oder andere illegale Drogen konsumieren (vgl. Elternbrief Nr. 6). Im Rausch oder angetrunkenen Zustand benehmen sich Jugendliche manchmal unangemessen: Sie reden grob, sind aggressiv, gehen sexuelle Risiken oder Risiken im Strassenverkehr ein. Dieses risikoreiche Verhalten kann sofortige und längerfristige Auswirkungen haben

(vgl. Broschüre „Alkohol – mit Jugendlichen darüber sprechen“). Die Jugendlichen sind sich gewisser Risiken zwar bewusst, denken aber oft, dass nur die anderen Probleme bekommen. Viele Jugendliche haben das Gefühl, unverletzlich zu sein. Darum ist es wichtig, dass Sie als Eltern über Gefahren informieren und Regeln aufstellen (vgl. Elternbrief Nr. 5). Ihre klare Haltung ist wichtig, um möglichen Risiken vorzubeugen, die Ihr Kind an Partys oder im Ausgang eingehen könnte, oder um diese zu begrenzen.

Abmachungen treffen und klare Regeln aufstellen

Es empfiehlt sich, dass die Eltern gegenüber ihren Kindern eine einheitliche Haltung vertreten, unabhängig



von ihrer Beziehungssituation. Das ist nicht immer möglich. Wenn es Eltern dennoch schaffen, sich auf einen Kompromiss zu einigen, ist dies von Vorteil: Das Kind hat Klarheit, welche Regel gilt.

Als Eltern entscheiden Sie, ob Sie Ihr Kind in den Ausgang oder an eine Party gehen lassen. Sie verhandeln mit ihm darüber, wie es den Ausgang finanziert und um welche Zeit es nach Hause kommen muss. Diese Themen führen regelmässig zu Spannungen zwischen Eltern und Jugendlichen. Sie sind keine „schlechten Eltern“, wenn Sie Ihrem Kind Grenzen setzen. Es wirft Ihnen vielleicht vor, ihm nicht zu vertrauen. Das Vertrauen zwischen Ihnen und Ihrem Kind muss jedoch wachsen; es entwickelt sich im Laufe der Zeit und wird von den Erfahrungen beeinflusst, die Sie zusammen machen. Mit Freiheiten und Unabhängigkeit umzugehen, ist eine Fähigkeit, die Ihr Kind Schritt für Schritt lernt. Wenn Jugendliche die Vorschriften der Eltern einhalten, können

Fünf Jugendliche pro Tag wegen Alkoholmissbrauchs in Schweizer Notfallstationen

Eine 2008 veröffentlichte Untersuchung von Sucht Info Schweiz hat gezeigt, dass in der Schweiz durchschnittlich jeden Tag fünf Jugendliche oder junge Erwachsene wegen einer Alkoholvergiftung oder Alkoholabhängigkeit ins Spital eingeliefert werden. Die Behandlungen infolge Alkoholmissbrauchs nahmen im Vergleich zur ersten Untersuchung im Jahr 2003 zu.

Notfallmassnahmen

Falls Ihr Kind beim Nachhausekommen stark berauscht ist, kümmern Sie sich als Erstes um seine Sicherheit. In welchem Zustand befindet es sich? Was hat es konsumiert? Das Ziel ist, die Risiken einer Alkoholvergiftung oder eines Drogenkonsums zu vermindern. Wenn Ihr Kind auf Ihre Fragen nur mit Mühe antworten kann und immer wieder wegdämmert, oder im Gegenteil völlig überreizt ist, rufen Sie einen Arzt oder eine Ärztin oder fahren Sie mit Ihrem Kind in die Notaufnahme. Eine Alkoholvergiftung oder die Wirkung gewisser illegaler Drogen kann sein Leben gefährden. Kontaktieren Sie deshalb im Zweifelsfall eine medizinische Fachperson.

Sagen Sie Ihrem Kind auch, es solle die Ambulanz benachrichtigen, falls im Ausgang einer seiner Freunde oder Bekannten wegen übermässigem Konsum von Alkohol oder anderen Drogen in Gefahr ist. Jugendliche zögern manchmal, die Ambulanz zu rufen, weil sie Angst haben, ihre Eltern könnten merken, dass sie selbst auch Alkohol oder andere Substanzen konsumiert haben.



diese ihrem Kind mit der Zeit mehr Freiheiten und Unabhängigkeit zugestehen. Für den gegenteiligen Fall ist es wichtig, dass Ihr Kind weiss, welche Konsequenzen es zu erwarten hat. Praktische Beispiele dazu finden Sie unter Tipps und Anregungen.

Liebe Eltern, wir hoffen, Ihnen mit diesem Brief hilfreiche Tipps für die Erziehung Ihres Kindes geben zu können. Im beiliegenden Blatt finden Sie einige konkrete Anregungen zum Thema Ausgang und Partys. Ihre Anmerkungen können Sie uns gerne per E-Mail mitteilen: eltern@sucht-info.ch

Mit freundlichen Grüssen
Ihr Team von Sucht Info Schweiz

Weitere Informationen

Elternbriefe von Sucht Info Schweiz:

- Nr. 1 Eltern sein von Jugendlichen :
Fahrt auf der Achterbahn ?
- Nr. 2 „Die anderen tun es auch !“
– Wie Jugendliche sich vom Freundeskreis beeinflussen lassen
- Nr. 3 Mit Jugendlichen über Alkohol, Tabak oder illegale Drogen sprechen
- Nr. 4 Ausgang und Partys : Spass und Risiken
- Nr. 5 Freiheiten geben – Grenzen setzen
- Nr. 6 Risiken eingehen : Bedürfnis ? Gefahr ?
- Nr. 7 Zusammen reden um sich besser zu verstehen
- Nr. 8 Vernetzte Kinder – verunsicherte Eltern

Broschüren:

- „Alkohol – mit Jugendlichen darüber sprechen“
- „Rauchen – mit Kindern und Jugendlichen darüber sprechen“
- „Cannabis – mit Jugendlichen darüber sprechen“

Diese kostenlosen Broschüren können Sie unter www.sucht-info.ch als PDF herunterladen oder mit einem frankierten Rückantwortkuvert bei Sucht Info Schweiz bestellen (Adresse unten stehend).

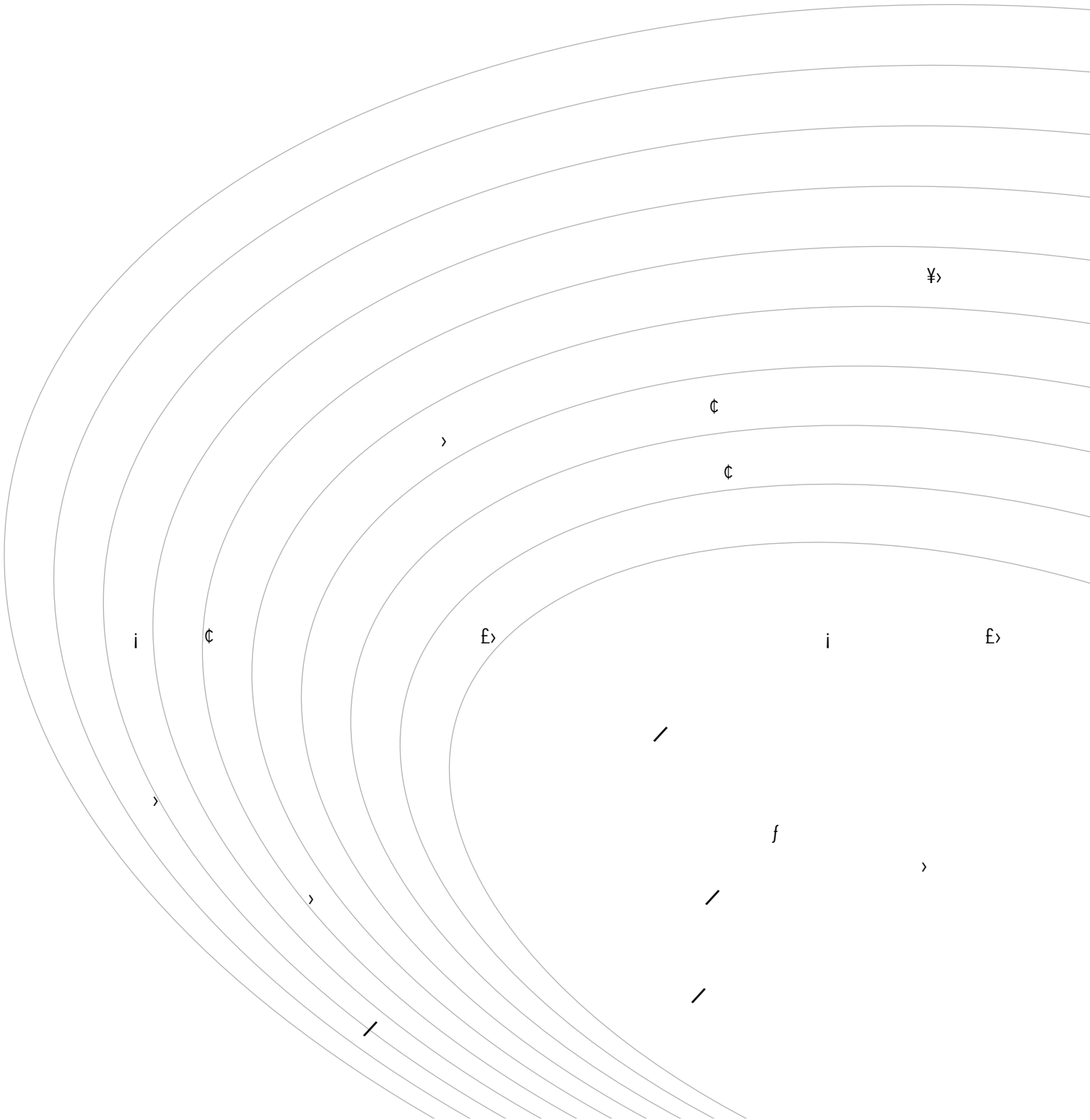
Wir danken für die fachliche Unterstützung



ELTERNmitwirkung
Zusammenarbeit Eltern und Schulen

>

>



¥>

¢

>

¢

i

¢

£>

i

£>

/

f

>

/

/

/