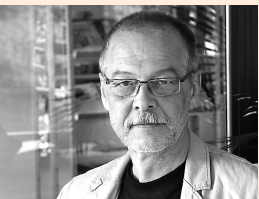




JUGEND: AUF DER SUCHE NACH IDENTITÄT

Welche Entwicklungsschritte zeichnen das Jugendalter aus? Wie wird der Übergang in die Erwachsenenwelt bewältigt? Welche Rolle spielen dabei Rauscherfahrungen für die Teenager? Wie können Erwachsene die Jugendlichen in dieser Lebensphase unterstützen? Antworten auf diese Fragen gibt der Arzt und Leiter der Integrierten Suchthilfe Winterthur, Toni Berthel.

Im Übergang von der Kindheit zum Erwachsenenalter müssen Jugendliche eine Vielzahl von Entwicklungsschritten durchleben. Der Aufbau einer eigenen Identität, die Ablösung vom Elternhaus, der Aufbau von Beziehungen ausserhalb der Ursprungsfamilie, der Umgang mit dem sexuell reifen Körper, die Suche nach Lebenserfüllung stehen im Zentrum dieser Lebensphase. Eine besondere Bedeutung erhält hier die Gleichaltrigengruppe oder die Peer-group. Die Kollegen oder Freundinnen sind zentral, damit der Übergang von der Familie zu einer eigenständigen Lebensform und Identität strukturiert wird und eine Entwicklung gelebt werden kann. Der Konsum von psychoaktiven Substanzen hat hier einen wichtigen Platz. «Sich ausprobieren und die Initiation in selbst gestaltete soziale Kontexte, in Gleichaltrigengruppen sind wesentliche Elemente der Übergangsarbeit. Rauscherfahrungen stellen dafür ein Vehikel dar.» (St. Sting 2009). S. Cattacin (Cattacin 2009) spricht hier von «durch Substanzen vermittelte Identitäten».



«Ich habe überhaupt keine Hoffnung mehr in die Zukunft unseres Landes, wenn einmal unsere Jugend die Männer von morgen stellt. Unsere Jugend ist unerträglich, unverantwortlich und entsetzlich anzusehen.»

So beurteilte der griechische Philosoph Aristoteles (384–322 v. Chr.) die damalige Jugend. Wenn die Medien heute ein ähnliches Bild von der Jugend zeichnen, ist das nichts Neues. Mit einem Blick nach Nordafrika müsste aber klar werden, dass die Jugend auch eine wichtige Funktion für die Weiterentwicklung unserer Gesellschaft hat, egal wie schräg oder unbequem sie für uns «Alte» daherkommt.

Jugendliche saufen, rauchen und kiffen. Falsch. Aktuelle Studien zeigen, dass problematischer Alkohol-, Tabak- und Cannabiskonsum bei Jugendlichen heute im Bereich von 1 bis 15 Prozent liegt. Wenn problematischer Substanzkonsum und psychosoziale Belastungen zusammenkommen, kann aber eine ernsthafte Gefährdung entstehen. Bei etwas über 10 Prozent der Jugendlichen ist von einer Gefährdung auszugehen. Gefährdungen bei diesen wenigen Jugendlichen frühzeitig zu erkennen und mit geeigneten Massnahmen darauf zu reagieren, ist wirksame Prävention.

In diesem Heft beleuchten wir verschiedene Aspekte des Themas Jugend. Es kommen ein Arzt, ein Berater, Mütter und Väter und natürlich Jugendliche selber zu Wort. Der Arzt erklärt, was sich im jugendlichen Gehirn abspielt, was Grenzerfahrungen mit sich abgrenzen zu tun haben. Der Berater schildert, wie er die Adoleszenten in der Beratung erlebt und warum «zur Beratung gehen» nicht in das Lebenskonzept von Jugendlichen passt. Die Mütter und Väter beschreiben, wie sie die neuen Medien nutzen und wie selbstverständlich ihre Kinder mit diesen Medien umgehen.

Und die Jugendlichen? Sie zeigen sich als frisch, bewusst und reflektiert. Uns ist klar, dass es auch anders sein könnte.

Die Jugendlichen, die für dieses Heft interviewt wurden, bereiten Anlass zur Freude. Ihre Eltern wissen, wann sie eingreifen müssen. Sie sind in Kontakt mit ihren Sprösslingen. Doch Eltern nehmen in dieser Phase des Ablösungsprozesses eine neue Rolle ein. Wirksame Prävention ist ein gemeinsames Produkt von Familie, Freizeit, Schule und Lehrbetrieb. Jugendliche brauchen Erwachsene, die sich für sie interessieren und rechtzeitig intervenieren. Jugendliche brauchen aber auch Freiraum, um ihre Welt neu gestalten zu können, und wir brauchen die Jugend, damit wir unsere verkrusteten Erwartungen und Vorstellungen einer «Jungkur» unterziehen können.

Peter Trauffer, Stellenleitung

In dieser Lebensphase sind Jugendliche aufgrund ihrer neurobiologischen Entwicklungsverfassung nur eingeschränkt in der Lage, sich selber zu kontrollieren. Die Fähigkeit, ihr Handeln situationsangepasst zu planen, ist noch wenig ausgebildet. Im Zusammenwirken von enthemmender Substanz und eingeschränkter Impulskontrolle werden Kontrollverlust und beispielsweise auch das Rauschtrinken erklärbar. Dieses Wissen über die Entwicklungsherausforderungen des Jugendalters, die Funktion der Gleichaltrigengruppe sowie des Rausches als Gemeinschaft und Identität erzeugendes Ritual ist wichtig, damit wir die beobachteten Phänomene nicht zu früh pathologisieren.

« **Der Aufbau einer eigenen Identität, die Ablösung vom Elternhaus, der Aufbau von Beziehungen ausserhalb der Ursprungsfamilie, der Umgang mit dem sexuell reifen Körper, die Suche nach Lebenserfüllung stehen im Zentrum dieser Lebensphase.** »

Was es zu tun gilt

Jugendliche müssen lernen, einen konstruktiven, moderaten, gesundheitlich und gesellschaftlich nicht schädlichen Umgang mit psychoaktiven Substanzen, insbesondere dem in der Gesellschaft etablierten Alkohol, zu finden. Wir Erwachsene müssen a) Kinder vor dem Konsum schützen (Jugendschutz), b) dort eingreifen, wo irreversible Schäden drohen («harm reduction»), c) Rahmenbedingungen schaffen, damit eine positive seelische und körperliche Entwicklung möglich wird (Jugendpolitik), und d) denjenigen, die vorentmutigt oder mit eingeschränkten Ressourcen das Jugendalter durchleben müssen, alters- und störungsgerechte Hilfsangebote bereitstellen (Beratung, Therapie).



Dr. med. Toni Berthel ist leitender Arzt der Integrierten Suchthilfe Winterthur.

«WIR MÜSSEN LERNEN, WIE MAN MIT DEM ZUVIEL AN INFORMATIONEN UMGEHT»

Alles nur ein Gerücht: Cybermobbing, stundenlanges Gamen? Die Medien verallgemeinern gerne Einzelfälle, die dann als Schreckgespenster in den Köpfen hängen bleiben. Wie nutzen Eltern und ihre Kinder das Internet respektive die neuen Medien im Alltag? Wo liegen aus ihrer Perspektive die Chancen und wo die Gefahren? Wir befragten vier Erwachsene und vier Heranwachsende zu ihrem Umgang mit dem Internet und erhielten harmlose, lustige, naheliegende und unerwartete Antworten.

Prävention: Wie nutzen Sie, Herr Langenegger, das Internet? Was ist für Sie das Wichtigste?

Martin Langenegger: Ich nutze das Internet täglich, zufällig und systematisch, immer mehr und immer lieber. Es verdrängt meine Lexika, das Kursbuch etc. Dabei ist mir am wichtigsten das schnelle Tempo des Internets, das umfassende, stetig wachsende «Wissen» des Internets.

Wie lang sind Sie täglich im Internet?

Zwischen wenigen Minuten und mehreren Stunden. Im Durchschnitt vielleicht eine Stunde.

Wie organisieren Sie Ihre Verabredungen etc.?

Gerne per Mail – aber bitte nicht per Doodle: Dieses System werde ich als Pensionierter verbessern. Im gegenwärtigen Zustand ist es unbrauchbar für Leute wie mich, weil ich es immer sofort ausfülle, und bis dann der letzte geantwortet hat, muss ich meine Termine tage- oder wochenlang frei halten.

Was passiert, wenn Sie eine Woche nicht ins Internet könnten?

Gar nichts, während meiner Ferien geniesse ich die internetfreie Zeit. Ich benütze mein iPhone nicht als Compi-Ersatz. Ich erinnere mich gerne an die ersten 50 Jahre meines Lebens ohne Internet.

Wissen Ihre Kinder, wofür Sie das Internet nutzen?

Nein, das interessiert sie nicht. Beide Söhne (30 und 26 Jahre alt) sind auf ihre Weise grosse Internetspezialisten, einer arbeitet gar bei Google. Meine Jungs können so viel mehr als ich, dass ich die Dimension nicht erahnen

Martin Langenegger, 62 Jahre, hat zwei erwachsene Söhne und lebt in der Wohnsiedlung «Im Werk» in Uster. Er arbeitete als Kantonsschullehrer (Klassenmusik- und Klavier-Unterricht), darauf als Studienleiter für Schulmusik an der HMT (Hochschule für Musik und Theater Zürich) und seit vier Jahren wieder als Primarlehrer.



kann. Je nach Diskussionsbedarf klären sie mich auf über Chancen und Gefahren des Internets. «Lesezeichen» setzen beispielsweise, das kann ich im Internet dank meinen Söhnen erst seit kurzem: So brauche ich jetzt nur noch 12 Sekunden, um zu erfahren, wann in Uster der nächste Niederschlag stattfindet, dank des Lesezeichens «Niederschlagsprognosen für die nächsten 17 Stunden».

« **Ich erinnere mich gerne an die ersten 50 Jahre meines Lebens ohne Internet.** »

Was ist für Sie ein angemessener Umgang mit Internet & Co, bei einem Jugendlichen, bei Erwachsenen?

Mein persönlicher Internet-Umgang ist vorbildlich. Es bestehen keine Abhängigkeit, keine Ängste etc.



Familie Zwinggi

Christian Zwinggi, 44, eidg. dipl. PR-Berater mit eigener Agentur, lebt in Uster und engagiert sich im Ehrenamt als Präsident der Kulturgemeinschaft Uster. www.prbuero.ch, www.kgu.ch

Monika Fitze, 46, Heilpädagogin und Grundstufenlehrerin. Neben ihrer pädagogischen Tätigkeit ist sie Mitglied in der Redaktionskommission der Fachzeitung «4bis8». www.4bis8.ch

Jakob, 16, wohnt zuhause in Uster und ist im ersten Lehrjahr als Augenoptiker. Jakob hat ein Facebook-Account und hat sich entschieden, den Vater nicht als Freund zu bestätigen.

Jon, 14, wohnt zuhause und besucht die 1. Sek A. Er hat ebenfalls ein Facebook-Account und auch schon Unerlaubtes im Web gemacht.

Jula, 10, wohnt zuhause und besucht die 4. Klasse. Sie hätte gerne ein Facebook-Account, kann sich da aber nicht anmelden, weil sie noch zu jung ist.



Wie nutzt du, Jakob, und du, Jon, und du, Jula, das Internet? Was ist für euch das Wichtigste?

Jakob: Abmachen, Facebook, News-App vom Tagi.

Jon: YouTube, Facebook, Schule, Sportresultate.

Jula: YouTube, Spiele und schauen, wann und wo die nächste Pfadi-Übung ist.

Wie lang seid ihr täglich im Internet?

Jakob: Etwa eine Stunde pro Tag.

Jon: Durchschnittlich etwa eine halbe Stunde pro Tag.

Jula: Pro Woche vielleicht eine Stunde.

Wie organisiert ihr eure Treffen, Partys etc.?

Jula: Direkt in der Schule oder übers Telefon.

Jakob: Facebook, SMS oder weitersagen.

Jon: Für unsere Party haben wir einen Flyer gemacht. Sonst viel über Telefon und SMS oder selten über Facebook.

Was passiert, wenn ihr eine Woche nicht ins Internet könntet?

Jakob: Easy, dann verabreden wird uns halt über SMS.

Jon: Als Strafe wurden mir schon längere Absenzen verordnet. Ich habe es jeweils überlebt.

Jula: Internet wäre nicht so schlimm. Wenn ich aber nicht mehr Sim's spielen dürfte, wäre das doof.

Habt ihr schon mal mitbekommen, dass jemand im Internet fix und fertig gemacht wurde?

Jakob: Nein.

Jon: Nein, ich kenne niemanden, aber ich weiss, dass es das geben kann.

Jula: Nein, im Internet nicht.

« Wir können es uns nicht leisten, diese virtuelle Welt zu ignorieren, zu verteufeln oder gar zu verbieten. » (Christian Zwinggi)

Wo habt ihr eure Fähigkeiten im Umgang mit den neuen Medien gelernt?

Jakob: In der Schule.

Jon: Selbst beigebracht oder durch Kollegen.

Jula: Manchmal helfen mir meine Brüder.

Wo liegen eurer Ansicht nach die Gefahren bei Facebook, Twitter & Co?

Jula: Ich habe nur MSN. Facebook darf ich noch nicht. Das Problem ist aber, dass bei



MSN meist gar niemand online ist und man sich erst per Telefon verabreden muss.

Jakob: Dass man zu viel seiner Privatsphäre preisgibt und dass man zu viel Zeit damit bringt.

Jon: Mobbing und dass man auf irgendeine Seite kommt, die nicht gut ist.

Und die Chancen?

Jakob: Das Coole ist, dass es gratis ist, man schnell sieht, was die Kollegen so treiben, und die Freunde besser kennen lernt.

Jon: Man sieht z.B., wenn man mit den Eltern an eine Party geht, wer von meinen Kollegen auch da sein wird. Die Eltern wissen das noch nicht und werden dann jeweils vor Ort überrascht.

Wie nutzen Sie das Internet? Was ist für Sie das Wichtigste?

Christian Zwinggi und Monika Fitze: Wir nutzen das Internet in erster Linie für unsere Arbeit. Im privaten Bereich sind E-Mail wichtig oder die schnelle Recherche nach Informationen aller Art. Während Monika keinerlei Social-Media-Aktivität vorweisen kann, unterhält Christian bei den meisten Plattformen ein eigenes Profil.

Wie lang sind Sie täglich im Internet?

ChZ: In meinem Job als PR-Berater bin ich immer online. Pro Tag ergeben sich rund acht Stunden.

MF: Bei mir sind es nur etwa zwei Stunden. Als Lehrerin und Heilpädagogin arbeite ich mit den Kindern noch ganz altmodisch direkt von Mensch zu Mensch.

Wie organisieren Sie Ihre Verabredungen etc.?

ChZ: Beruflich meist direkt online über die elektronischen Agenden der Involvierten. Manchmal auch mittels Doodle und ganz selten per Mail oder Telefon.

MF: Doodle kenne ich auch, meist finden wir uns aber im direkten Gespräch.

Was passiert, wenn Sie eine Woche nicht ins Internet könnten?

ChZ: Beruflich wäre das eine echte Katastrophe. Privat kein Problem.

MF: Für mich wäre das nicht so schlimm. Vermissen würde ich vor allem die E-Mails.

Wissen Sie, wofür Ihre Kinder das Internet nutzen?

ChZ und MF: Teilweise. Im Vordergrund stehen die Unterhaltung (Games, Video anschauen)

und der soziale Austausch (Facebook). Wir gehen nicht davon aus, dass sie im Internet nächtelang über die Französische Revolution recherchieren oder sich in der Facebook-Gruppe «Rettet den Genitiv» für mehr Sprachkultur engagieren.

Wie kontrollieren Sie das?

ChZ und MF: Eine gewisse Kontrolle ist möglich, z.B. weil der Computer im Wohnzimmer steht. Es gibt aber auch technische Überwachungsmöglichkeiten. Schwieriger ist die Kontrolle beim iPod. Insgesamt aber setzen wir weniger auf Kontrolle, sondern vertrauen auf die Lernfähigkeit der Kinder. An ihnen liegt es ja letztlich, dass sie zu einem vernünftigen Umgang mit dem Internet finden. Jon gibt z.B. heute von sich aus während der Woche seinen iPod ab, weil er selbst erkannt hat, dass er den Verführungen dieses Zauberkistchens nicht immer widerstehen kann.

« **Ob Internet nützt oder schadet, liegt in erster Linie in Kopf, Hand oder Maus des Anwenders.** » (Christian Zwinggi)

Was ist für Sie ein angemessener Umgang mit Internet & Co, bei einem Jugendlichen, bei Erwachsenen?

ChZ und MF: Das Internet mit seinen grossen Möglichkeiten, aber auch latenten Gefahren ist ein zentrales Instrument unserer heutigen Welt. Wir können es uns nicht leisten, diese virtuelle Welt zu ignorieren, zu verteufeln oder gar zu verbieten. Es ist schon fast ein Überlebensziel, Teil dieser neuen Welt zu sein und zu bleiben. Dafür brauchen wir eine eigentliche Medienkompetenz, die wir immer weiterentwickeln müssen. Stehenbleiben gilt nicht. Wir müssen lernen, wie man mit dem Zuviel an Information umgeht, wie man selektiv wahrnimmt, filtert und Quellen verifiziert – aber auch, wie man mit der latenten Ablenkung umgeht oder andere Gefahren neutralisiert. Im Internet ist alles nur einen Klick entfernt: die Wissensseiten von Wikipedia wie auch die Pornoseiten. Ob Internet nützt oder schadet, liegt in erster Linie in Kopf, Hand oder Maus des Anwenders.



Fynn Erni, 14, Schüler wohnhaft in Uster, und seine Mutter **Angelica Leist**, 44, selbständige Kommunikationstrainerin, Uster



Wie nutzt du das Internet? Was ist für dich das Wichtigste?

Fynn: Ich nutze das Internet als Suchmaschine für Dinge oder Adressen, die mich interessieren. Ich mag YouTube und nutze Übersetzungsseiten.

Wie lang bist du täglich im Internet?

Circa fünf Minuten – wenn überhaupt.

Wie organisieren du und deine Kollegen Treffen, Partys etc.?

Mit Einladungen und Flyern, nicht übers Internet.

Was passiert, wenn du eine Woche nicht ins Internet könntest?

Gar nichts.

Hast du schon mal mitbekommen, dass jemand im Internet fix und fertig gemacht wurde?

Nein.

« **Eine Woche keinen Mailzugang zu haben, wäre geschäftlich verheerend.** » (Angelica Leist)

Wo hast du deine Fähigkeiten im Umgang mit den neuen Medien gelernt?

Daheim und in der Schule.

Wo liegen deiner Ansicht nach die Gefahren bei Facebook, Twitter & Co?

Dass plötzlich Leute auf Partys kommen, die niemand kennt, und dann etwas passiert und ich müsste dafür haften. Und dass Informationen über jemanden drinstehen, die nicht

kontrolliert werden können, aber alle können diese Informationen sehen.

Und die Chancen?

Man kann sich vielleicht besser organisieren, kann schneller etwas finden – auch ausserhalb der Geschäftsöffnungszeiten oder der Bibliothekszeiten.

Frau Leist, wie nutzen Sie das Internet? Was ist für Sie das Wichtigste?

Angelica Leist: Ich nutze das Internet für Fahrpläne, News, Veranstaltungen, Rezepte, teilweise für Produktinformationen.

Wie lang sind Sie täglich im Internet?

Höchstens eine Stunde.

Wie organisieren Sie Ihre Verabredungen etc.?

Telefonisch oder per Mail, jedoch selten mit Doodle.

Was passiert, wenn Sie eine Woche nicht ins Internet könnten?

Das wäre etwas mühsam, um Fahrpläne für Reiserouten ausserhalb der Hauptorte zu suchen. Ansonsten aber kein Problem. Jedoch eine Woche keinen Mailzugang zu haben, wäre geschäftlich verheerend.

Weiss Fynn, wofür Sie das Internet nutzen?

Ja.

Kann er das auch?

Können, im Sinne der Fähigkeit ja – der Zugang findet für Fynn jedoch unter Aufsicht statt.

Was ist für Sie ein angemessener Umgang mit Internet & Co, bei einem Jugendlichen, bei Erwachsenen?

Solange beide (Jugendliche wie auch Erwachsene) über eine längere Zeit noch ohne Internetzugang sein können, ist Internet unbedenklich. Und für Jugendliche sollte wirklich ein Filter gesetzt werden können, der den Zugriff auf pornografisches Material definitiv verhindert. Dies erscheint mir die grösste Schwierigkeit. Ich fände es sinnvoll, wenn Jugendliche für Recherchen und Fragen nicht ausschliesslich googeln und Wikipedia nutzen, sondern möglichst viele Wege anwenden würden, um Informationen für Vorträge etc. zusammenzutragen. Ich halte es für wünschenswert, einen bewussten Umgang mit dem Internet zu entwickeln. Zu unterscheiden zwischen «Ich suche etwas konkret» und «Ich surfe, um Dinge zu entdecken».

«ZUR BERATUNG GEHEN PASST NICHT ZUM LEBENSENTWURF VON ADOLESZENTEN»

Die allermeisten Jugendlichen trinken Alkohol in unbedenklichen Mengen. Bei denjenigen, die es allerdings zum Teil massiv übertreiben, fällt auf, wie absolut bedenkenlos sie grosse Mengen konsumieren und sich auch von negativen Folgen (häufig: Erbrechen, Bewusstlosigkeit, Peinlichkeiten, Gewalt) zunächst unbeeindruckt zeigen. Als Eltern oder Bezugsperson ist man darüber manchmal fast schockiert. Mir passiert es bei der Beratung von Jugendlichen oft, dass ich beinahe sprachlos werde und um Worte ringen muss, wenn mir 16-/17-Jährige erzählen, dass sie ihren Alkoholkonsum bereits ziemlich reduziert hätten und nur noch 10 Drinks pro Anlass konsumieren würden, während es früher oftmals teilweise doppelt so viele waren... Ich stelle mir dann jeweils intensiv vor, wie ich mich fühlen würde nach 10 Stangen Bier, 10 Gläsern Wein, 10 Schnäpsen.

Beratung von Jugendlichen ist definitiv nicht das Kerngeschäft der ambulanten Fachstellen für Alkoholprobleme. Einerseits passt «zur Beratung gehen» nicht wirklich zum Lebensentwurf von Adoleszenten. Andererseits sehen Jugendliche ihren riskanten oder hochriskanten Alkoholkonsum nur selten als problematisch oder gar behandlungsbedürftig an. Von den wenigen Jugendlichen, die den Weg zur Beratung finden, sind die meisten nicht freiwillig gekommen. Eltern, Lehrpersonen, Lehrmeister oder gar die Jugendanwaltschaft sind die externe «treibende Kraft» dahinter.

Will man jugendliche Risikokonsumierende, die sich durch den hohen und regelmässigen Alkohol auch stark gefährden, in grösseren Mengen erreichen, wäre es wohl sinnvoll, vermehrt auf sie zuzugehen und sich in ihre (Freizeit-)Welt zu begeben, statt sie in der Beratungswelt der Erwachsenen zu erwarten.

Jugendliche sollen Impulse erhalten

Was mir deshalb immer noch und immer wieder besonders imponiert, sind die Kurzinterventionen in den Berufsschulen und/oder Gymnasien, wie sie seit einigen Jahren auch im Bezirk Uster durchgeführt werden. Die Beratungsfachpersonen gehen zu den Jugendlichen in die Klassen und diskutieren in Klein-

Urs Ambauen, Leiter des Fachbereichs Beratung und stellvertretender Geschäftsführer Blaues Kreuz Zürich, schildert seine Erfahrungen mit Jugendlichen beim Thema Alkoholmissbrauch. Er räumt auf mit dem negativen Bild der Jugendlichen und schildert die Kids als interessiert und reflexionsfähig, aber auch übermütig und sich selbst überschätzend.

gruppen über deren riskanten Trinkstil. Mit den Jungen im Gespräch bleiben, mit ihnen über Vorteile und Nachteile des Trinkens zu diskutieren, von ihrer ambivalenten Einstellung zu erfahren und zu realisieren, dass sie gar nicht so abgebrüht sind, sondern sensibel, interessiert, reflexionsfähig, aber auch übermütig und sich selbst überschätzend, ist unerhört wichtig. Die Jugendlichen hören jeweils gebannt zu, wenn wir von unseren Klienten erzählen, wie diese ohne es zu wollen in eine Suchtdynamik hineinrutschen. Niemand, der beginnt Alkohol zu trinken, tut das mit der Absicht, später einmal ein Alkoholproblem zu haben. Dennoch kann es passieren, schleichend und ohne dass man es merkt. Die Jugendlichen fangen an nachzudenken, wenn man ihnen erklärt, dass ihre hohe Alkoholtoleranz zwar für den Moment cool ist, aber längerfristig eher



*Urs Ambauen,
Leiter Fachbereich
Beratung,
stellvertretender
Geschäftsführer
Blaues Kreuz Zürich*

Kurzintervention Rauschtrinken

Ziel des Projekts ist es, Jugendliche der Oberstufe über die Folgen des Rauschtrinkens zu informieren. Die Intervention trägt dazu bei, Eltern für den problematischen Umgang ihrer Kinder mit Alkohol zu sensibilisieren und das Rauschtrinken der Jugendlichen zu reduzieren. Die «Kurzintervention Rauschtrinken» beinhaltet Schülerbefragungen, Elternabend und einen Informationsnachmittag für die Schülerinnen. Die vernetzte Zusammenarbeit zwischen der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, der Schulleitung, der Jugendarbeit und den Eltern ist ein wesentlicher Baustein für den Erfolg des Projekts.

**Bei Interesse wenden Sie sich bitte an
info@sucht-praevention.ch, Tel. 043 399 10 80**



Zur Beratung gehen passt nicht zum Lebensentwurf von Adoleszenten (Fortsetzung von Seite 7)

zum Risikofaktor wird und kein Schutzfaktor ist. Sie lassen sich herausfordern, wenn wir ihnen vorschlagen, ihrem jüngeren Bruder oder der jüngeren Schwester dieselbe Alkoholmenge, die sie aktuell konsumieren, als Grenzwert ohne Risiko zu empfehlen – kaum eine(r) würde das wollen...

Jugendliche sollen Impulse erhalten, um sich mit ihrem Trinkverhalten auseinanderzusetzen zu können. Allfällige Probleme, die hinter einem erhöhten Alkoholkonsum stecken, sollen auch ausgesprochen werden. Jugendliche goutieren es hingegen gar nicht, wenn wir Erwachsenen den moralischen Zeigefinger erheben. Sie vertragen es aber durchaus, wenn wir ihnen kundtun, dass wir ihr riskantes Verhalten nicht gut finden. Uns letztendlich die Sorge um ihr Wohlergehen motiviert, nicht stillschweigend wegzuschauen, sondern mit ihnen darüber im Gespräch zu bleiben.

«**Jugendliche goutieren es hingegen gar nicht, wenn wir Erwachsenen den moralischen Zeigefinger erheben.**»

Was mich letztes Jahr besonders gefreut hat, war der Anruf einer jungen Frau, die alle Hebel in Bewegung gesetzt hatte, um zu mir zur Beratung zu kommen. Zwei Jahre zuvor war sie Teilnehmende an einer Kurzinterventionssequenz im Rahmen der Berufsschule gewesen. Der damalige Kontakt wirkte nachhaltig und hatte zur Folge, dass sie sich zwei Jahre später traute, unsere Beratungsstelle zu kontaktieren und nach Hilfe zu fragen, weil ihr Alkoholkonsum mittlerweile aus dem Ruder gelaufen ist und ihr viele negative Konsequenzen eingebracht hat.

■ **Internet: Kinder und Jugendliche unterstützen.**

Der Flyer, der in verschiedenen Sprachen erhältlich ist, richtet sich an Eltern von 11- bis 16-Jährigen. Er bietet Informationen, Regeln und zahlreiche Tipps für den Umgang mit dem Internet. Der Flyer steht zum Download zur Verfügung oder kann gedruckt kostenlos bei uns bestellt werden: Tel. 043 399 10 80 oder www.sucht-praevention-zh.ch/publikationen.

■ **Wohin, wenn es brennt? – Hotline für Eltern.**

Kostenloser, anonymer Rat für Eltern zu Problemen ihrer Söhne und Töchter mit Cannabis, Alkohol und anderen Suchtmitteln. Wir unterstützen Eltern darin, Lösungen zu finden, und vermitteln zahlreiche weiterführende Beratungs- und Hilfsangebote: Tel. 043 399 10 99.

■ **Einmal vor der Schule nicht kiffen.**

Viele Jugendliche wollen ihren Cannabis-konsum reduzieren, wissen aber nicht wie. Oft reicht der blosse Wille nicht aus. Eine Strategie ist nötig. Im Kurs «joint.t us» erarbeiten Jugendliche individuelle und realistische Ziele, um ihren Konsum zu reduzieren. Alle weiteren Informationen unter:

www.joint-t-us.ch.

■ **Wenn Jugendliche nicht so tun, wie es die Eltern gerne hätten.**

Ein Kurs für Eltern, die sich um ihre Kinder sorgen. Im Zeitraum von Oktober bis Dezember 2011 in Wetzikon. Organisiert von der Elternbildung Region Ost und Bezirk Meilen. Unter Tel. 043 477 37 00 sind weitere Informationen erhältlich.