

Dr.med. Ursula Davatz

18.1.2011

Suchtprävention, wie pflege ich die Beziehung zu meinem pubertierenden Kind, wenn es sich nicht mehr erziehen lässt?

[Audio](#)

[00:00:02.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Jetzt kommt der Vortrag am Elternabend im Schulhaus Margeläcker in Wettingen, zum Thema: Suchtprävention, wie pflege ich die Beziehung zu meinem pubertierenden Kind, wenn es sich nicht mehr erziehen lässt?

[00:00:31.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielen herzlichen Dank. Ich möchte sie auch alle ganz herzlich begrüßen zu diesem heutigen Abend.

[00:00:39.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben als Thema gewählt: Suchtprävention, wie pflege ich die Beziehung zu meinem pubertierenden Kind, wenn es sich nicht mehr erziehen lässt?

[00:00:46.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie haben ja alle Kinder, die in der Pubertät sind.

[00:00:49.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit Suchtprävention, meine ich nicht nur Drogenprävention sondern ich sage Drogen, Alkohol, Computersucht, Ess-Brech-Sucht und vielleicht noch viele andere Süchte.

[00:01:10.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist so gedacht, dass ich zuerst einen kurzen Vortrag halte.

[00:01:14.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann dürfen sie mir gerne Fragen stellen, damit wir gewisse Dinge noch mehr vertiefen können, damit sie das auch bekommen, was sie möchten.

[00:01:26.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Zuerst zum Thema: wie pflege ich die Beziehung zum pubertierenden Kinde, wenn es sich nicht mehr erziehen lässt?

[00:01:36.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe eine kritische Bemerkung zum Thema erziehen.

[00:01:39.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man "erziehen" sagt, dann denkt man sich so etwas, man will das Kind in eine Richtung ziehen.

[00:01:46.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, man will das Kind so beeinflussen, dass es sich so entwickelt, wie man sich das gerne vorstellt.

[00:01:53.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geschieht allen Eltern und wir tun das auch alle.

[00:01:53.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage regelmäßig zu den Eltern: ab 14, 16, ab der Pubertät, dürfen sie nicht mehr erziehen, da dürfen sie nur noch Beziehung pflegen, das heißt, sich mit dem Kind auseinandersetzen.

[00:02:11.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Jesper Juul, ein bekannter Pädagoge und Familientherapeut sagt: man soll eigentlich immer nur die Beziehung mit dem Kind pflegen, das Kind gleichwürdig behandeln, wie einen erwachsenen Menschen, nicht minderwertig, sondern auch gleicher Stufe.

[00:02:34.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist Kind ist nicht gleichwertig, es ist gleichwürdig. Auch das Kind hat Menschenwürde.

[00:02:39.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ein Grundprinzip in der ganzen Erziehung.

[00:02:47.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir sprechen heute von der Pubertät und von der Suchtprävention.

[00:02:54.580] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Pubertät müssen sie sich mit ihrem Kind auseinandersetzen.

[00:03:00.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Damit sie sich mit ihrem Kind auseinandersetzen können, müssen sie auf der gleichen Ebene sein.

[00:03:07.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können nicht mehr erziehen. Sie können dem Kind nicht mehr befehlen und verbieten. Das Kind sagt dann: ich mache was ich will, du kannst mir in die Schuhe blasen.

[00:03:08.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kapitulieren viele Eltern und sagen: wenn mir das Kind nicht mehr zuhört, dann muss ich ja auch nichts mehr sagen und dann geben die Eltern auf oder sie kommen mit Strafe rein.

[00:03:33.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Gerade in Bezug auf die Drogensucht, da habe ich viel erlebt, dass die Eltern, auch Fachleute immer denken, sie können die Sucht verhindern mit Kontrolle. Sie denken: die Therapie der Sucht ist die Kontrolle.

[00:03:55.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geht genau nicht mehr.

[00:04:01.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann die Jugendlichen nicht mehr kontrollieren.

[00:04:04.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Weil man die Jugendlichen nicht mehr kontrollieren kann, heisst das nicht, dass man sie aufgeben soll.

[00:04:04.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss sich mit den Jugendlichen auseinandersetzen.

[00:04:09.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Wie läuft das jetzt ab?

[00:04:18.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss sich seine klare Haltung selbst erarbeiten, was man denkt zum Alkohol, zur Droge, zum Computer, dass man eine eigene Haltung einnimmt und diese Haltung dann vertritt.

[00:04:33.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man die Haltung vertritt, soll man die überzeugt vertreten, aber nicht überzeugen wollen.

[00:04:41.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ein großer Unterschied.

[00:04:44.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo sie ihr Kind überzeugen wollen, setzen sie emotionalen Druck auf. Sie wollen es belehren. Sie wollen, dass es ihre Haltung akzeptiert und da stoßen sie auf Widerstand.

[00:04:58.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Da stoßen zwei Instinktverhalten aufeinander, das heißt, als Eltern wollen sie das Kind schützen vor Schlechtem, vor der Krankheit, vor der Drogensucht.

[00:05:10.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind will Autonomie haben, das Kind hat einen Autonomieinstinkt.

[00:05:16.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie zu sehr überzeugen wollen, mit emotionalen Nachdruck, dann lösen sie beim Kind nur Widerstand aus.

[00:05:16.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind hört den Inhalt nicht mehr, den sie sagen. Es wehrt sich nur, es macht die Ohren zu. Sie denken, das Kind hat nicht zugehört. Sie sagen es nochmals und nochmals und nochmals.

[00:05:21.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele Eltern sagen zu mir: mein Kind hört mir nicht mehr zu.

[00:05:26.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann frage ich: wie haben sie es denn gesagt?

[00:05:31.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Nur noch einmal sagen. Ruhig sagen. Mit eigener Überzeugung sagen und dann abwarten.

[00:05:31.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wirkt.

[00:06:03.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Wichtig ist, dass sie selber überzeugt sind und ihre Überzeugung ruhig zur Verfügung stellen.

[00:06:21.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald sie überzeugen wollen, wehrt sich das Kind und es hört nicht mehr zu.

[00:06:26.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind als Gegenüber gleichwürdig behandeln.

[00:06:27.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht ändert das Kind seinen Kurs nicht sofort, sondern es probiert noch weiter.

[00:06:41.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann werden die Eltern oft ungeduldig und kommen wieder rein und sagen: es hat nichts genützt.

[00:06:48.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie brauchen eine gewisse Geduld. Es braucht eine gewisse Latenzzeit, bis das Kind dann übernehmen kann, bis das Kind sich überlegen kann, was sie da gesagt haben, und dann vielleicht selbst zur Einsicht kommen kann.

[00:07:06.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo sie überzeugen wollen, überreden wollen, kontrollieren wollen, einschränken wollen, da machen sie Übergriffe auf ihr Kind und das tut dem Kind nicht gut.

[00:07:18.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Da wehrt sich das Kind.

[00:07:18.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Noch etwas zum Ausdruck Prävention.

[00:07:24.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Prävention kommt aus dem Lateinischen und heißt: Präveniere, vorbeugen.

[00:07:30.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Ausdruck kommt aus der Medizin.

[00:07:36.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Mediziner wollen einer Krankheit vorbeugen.

[00:07:41.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Mediziner wollen eine Krankheit verhindern.

[00:07:45.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sind keine Mediziner. Sie sind Eltern.

[00:07:50.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können in diesem Sinne nichts verhindern.

[00:07:55.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können keine Krankheit des Kindes verhindern.

[00:08:03.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie können eine gesunde Entwicklung des Kindes fördern. Dann wird das Kind weniger krank.

[00:08:09.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Nationalfonds Studien über den Gesundheitszustand von Kindern. Man hat die Kinder zum Wohlbefinden zu Hause befragt.

[00:08:14.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man schaut, wo am meisten Stress stattfindet und auch am meisten Wohlbefinden stattfindet, dann ist das zu Hause am Mittagstisch oder einfach beim Essen.

[00:08:28.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort können die Konflikte losgehen und dann ist es ein Unwohlbefinden.

[00:08:33.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort kann ein gutes Gefühl sein und dann ist es ein Wohlbefinden.

[00:08:40.160] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Sinn hat man dann herausgefunden, wenn die Kinder viel Wohlbefinden angeben, sowohl zu Hause wie auch in der Schule, dann sind sie am besten geschützt gegen Drogen.

[00:08:56.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen nicht das Drogen konsumieren verhindern wollen, Drogen gibt es überall, Alkohol gibt es überall, Computer gibt es auch überall.

[00:09:05.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Dem Kind eine gesunde Entwicklung ermöglichen.

[00:09:11.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Zur gesunden Entwicklung gehört die gesunde Auseinandersetzung mit dem pubertierenden Kind auf gleicher Ebene.

[00:09:22.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo sie sich mit dem Kind auseinandersetzen, passiert natürlich, dass das Kind sie vielleicht angreift.

[00:09:30.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielleicht weiß das Kind mehr über irgendein Thema und will dann sie belehren.

[00:09:36.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Oder die Eltern wollen modern sein und sich dem Kind anpassen, damit das Kind sie liebt. Das ist auch nicht gut.

[00:09:43.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Bleiben sie auf ihrem Standpunkt. Vertreten sie ihren Standpunkt, auch wenn das Kind nicht gleich sagt: ja, du hast recht, ich bin einverstanden mit dir und ich folge dir jetzt.

[00:09:55.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Diese Auseinandersetzung zwischen Vater und Pubertierendem, Mutter und Pubertierendem, gehört zur gesunden emotionalen Entwicklung eines jeden Teenagers und ist Voraussetzung um sich im späteren Leben auseinandersetzen zu können und nicht auf Suchtverhalten zurückgreifen zu müssen.

[00:10:19.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir das Suchtverhalten etwas analysieren, was ist eigentlich Suchtverhalten?

[00:10:25.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Mein Buch: wie bewahren wir unsere Kinder vor der Drogensucht?

[00:10:33.735] - Dr.med. Ursula Davatz

https://www.buchkids.ch/contents/de-ch/p15380_Wie-bewahren-wir-unsere-Kinder-vor-der-Drogensucht.html

[00:10:37.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Suchtverhalten ist Befriedigungsverhalten.

[00:10:42.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Sämtliche Substanzen und sämtliche Aktivitäten, die schlussendlich zu Suchtverhalten werden, erfüllen eine gewisse Befriedigung, sie haben einen positiven Effekt auf das Gehirn, dass man sich dann wohlfühlt.

[00:10:59.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Normalerweise hat man im Leben sehr viele verschiedene Befriedigungsmöglichkeiten und muss nicht nur eine Methode verwenden.

[00:11:14.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo sich eine Sucht heraus bildet, da verwendet man nur noch eine Möglichkeit, um sich zu befriedigen und bleibt dann an dieser kleben.

[00:11:25.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Das kann die Drogensucht, die Alkoholsucht sein.

[00:11:29.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann aber auch die Computersucht sein.

[00:11:32.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Man befriedigt sich nur noch damit.

[00:11:34.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist die einzige Möglichkeit um sich wohlzufühlen.

[00:11:41.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie sich mit ihrem Kind gut auseinandersetzen, dann gibt das auch eine Befriedigung für sie und für das Kind. Man lernt etwas dabei.

[00:11:54.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Suchtverhalten ist eine Problemlösungsstrategie mit untauglichen Mitteln.

[00:12:03.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man keine gute Beziehung zu seinen Eltern hat, wenn man nicht reden kann mit seinen Eltern, wenn man vielleicht in der Schule noch nicht so gut ist, dann weicht man aus auf andere Verhaltensweisen, um sich die Befriedigung zu holen.

[00:12:29.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man ein Suchtmittel verwendet, sich zu befriedigen, dann wird man noch schlechter in der Schule, man hat noch mehr Krach mit den Eltern. Es gibt viel Streit und so kreist man schlussendlich in einen Teufelskreis.

[00:12:46.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Problemlösungsstrategie verursacht sofort wieder neue Probleme.

[00:12:53.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Man geht von einem Problem ins andere.

[00:12:58.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie das so betrachten, dann ist wichtig, dass sie nicht versuchen, das Suchtverhalten zu kontrollieren und zu unterbinden, sondern dass sie als erstes mit ihrem Kind in ein offenes Gespräch eintreten.

[00:13:16.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heißt, dass sie fragen: wo drückt der Schuh? Wo sind sonst noch Probleme? Wozu brauchst du das? Wo geht es nicht gut?

[00:13:27.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre dann wieder die Auseinandersetzung gleicher Ebene, also dass man miteinander redet.

Vortrag vom 7.6.2006

Pilotprojekt „Rauchfreie Schule Böttstein“

Rauchen, Kiffen als Einstiegsdrogen zur Sucht bei Jugendlichen

U. Davatz, <http://www.ganglion.ch>

- Gesundheitsschädigendes Verhalten ist mehr von der Mode gesteuert als von der Vernunft.
- Das Tabakrauchen war früher ein Privileg der reichen Oberschicht und galt dort als vornehm und exklusiv, war eine Mode bei Mann und Frau (siehe Plakat von Toulouse Lautrec)
- Mit der Zeit hat sich diese Mode, vor allem bei den Männern, auf alle Schichten ausgedehnt, wurde also gewöhnlich. Frauen machten weniger mit bei dieser Mode. Es blieb aber eine Erwachsenendroge.
- Heute sind die Frauen daran, die Männer einzuholen mit dieser gesundheitsschädigenden Mode und das Einstiegsalter wird immer jünger.
- Das Kiffen, das Rauchen von Cannabis, wurde in unserer Gesellschaft als Modeverhalten unter den aufmüpfigen Jugendlichen eingeführt.
- Wer sich als Jugendlicher gegen das „Establishment“ auflehnte, ein kleiner Weltverbesserer war, musste Hasch rauchen. Die berühmten 68-iger Jahre.
- Heutzutage gehört das Haschrauchen schon fast zum „Establishment der Jugend“ es besteht Gruppenzwang, dass man mit dabei sein muss (auch bei Politikern).
- Man wird als Jugendlicher zum Aussenseiter, wenn man nicht kiffet und hat Angst geächtet zu werden.

- Rauchen ist klar die Einstiegsdroge zum kiffen. Regelmässiger Haschkonsum, die Ausstiegsdroge aus der Gesellschaft, sei dies durch soziale Verweigerung oder durch psychotische Dekompensation, d.h. Abgleiten in die Schizophrenie.
- Die Frage stellt sich nun: Wie kann Nichtrauchen und Nichtkiffen zur neuen Mode propagiert werden?
- Wie kommt es überhaupt zum Suchtverhalten bei Jugendlichen?

Antwort:

Suchtverhalten bei Jugendlichen ist immer ein Ausdruck von Mangel an Genussfähigkeit oder Mangel an Möglichkeit Genuss zu erleben, sei dies durch zuviel Einschränkung, zu wenig ernsthafte Auseinandersetzung mit den Jugendlichen oder allgemein durch zu viele lebens- und genussfeindliche Vorschriften im Alltag des Jugendlichen.

Schlussbemerkung:

Der Auftrag an die Erzieher und Eltern in Sachen Suchtprävention besteht also darin, den Jugendlichen weniger lebens- und lustfeindliche Vorschriften zu machen und sich mit ihnen ernsthaft auseinanderzusetzen, auch über den Sinn und Unsinn des Rauchens und Kiffens und nicht aus reiner Bequemlichkeit oder falscher Moderne eine Raucherecke in der Schule einzurichten und später vielleicht sogar eine Hascherecke, weil man ja nicht als altmodisch und borniert gelten, sondern mit dabei sein will.