

Kinder und Medikamente

*Medikamentengebrauch
sollte hinterfragt werden*

greifen, ist sehr groß. Gerade bei Kindern und Jugendlichen kann der unüberlegte Umgang mit Medikamenten den Weg zu süchtigem Verhalten ebnen.

Deshalb sollten Eltern bei sich und ihren Kindern jeden Medikamentengebrauch hinterfragen und erst prüfen, ob es nicht noch andere Möglichkeiten der Behandlung gibt. Der Wunsch nach einfachen Lösungen, die Suche nach einem schnellwirkenden Allheilmittel ist verständlich, aber bei vielen Problemen lohnt es sich, der Ursache auf den Grund zu gehen und Behandlungsstrategien zu entwickeln, die langfristiger und umfassender heilen als die „Wunderdroge“ Pille.

Zum Weiterlesen

„Keine Pillen für den Zappelphilipp“
Reinhard Voss/Roswitha Wirtz
Rowohlt Taschenbuch Verlag, 1992.

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich an:



Stadt Freiburg im Breisgau
Sozial- und Jugendamt

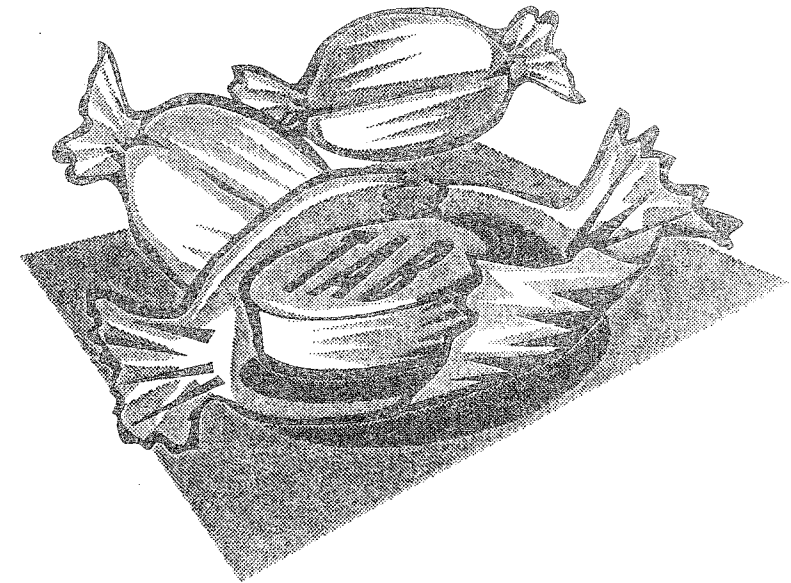
D-79095 Freiburg



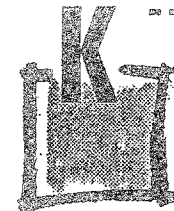
INITIATIVE ZUR SUCHTPROPHYLAXE IN BADEN - WÜRTTEMBERG

Elternbrief zum Thema Suchtvorbeugung

KINDER UND MEDIKAMENTE



Elternbriefe zum Thema Suchtvorbeugung - © Sozio Verlag 12/1995



KINDER
BRAUCHEN ZUKUNFT

Liebe Eltern,

diesen Elternbrief haben wir dem Thema „Kinder und Medikamente“ gewidmet, ein aus mehreren Gründen wichtiges Thema in der Suchtvorbeugung.

Bei vielen Abhängigen ist schon in der Kindheit ein Mißbrauch von Medikamenten festzustellen. Zudem ist in den letzten Jahren ein starker Anstieg von Medikamentengebrauch bzw. -mißbrauch bei Kindern und Jugendlichen zu beobachten.

Vom Umgang mit Medikamenten

Medikamente helfen uns, wenn wir krank sind. Sie sind wichtiger Bestandteil in der medizinischen Behandlung.

Jedoch sollten insbesondere bei Kindern und Jugendlichen mögliche unerwünschte Folgen häufigen Medikamentengebrauchs bedacht werden und andere Behandlungsformen nicht in Vergessenheit geraten.

Mögliche Folgen häufigen Medikamentengebrauchs

Beschwerden nicht sofort „wegdrücken“, sondern nach den Ursachen fragen

Medikamente sind schnellwirkende Heilmittel, die bequem anzuwenden sind. Die einfache Anwendung und die schnell eintretende Wirkung können leicht dazu (ver-)führen, daß häufiger oder unüberlegt zu Medikamenten gegriffen wird. Statt nach den Ursachen zu fragen, werden Beschwerden sofort „weggedrückt“.

Dabei erfüllen einige Symptome, wie z.B. Fieber oder Husten, eine wichtige Aufgabe. Für die Heilung des Körpers ist es sinnvoller, das Fieber zu ertragen und nur die Extreme ein wenig zu lindern. Auch bei Kopfweh, das häufig psychische Ursachen hat, lohnt es sich, nach den Ursachen zu suchen und die Schmerzen eventuell mit Hilfe von Ruhe, Entspannung oder Massage zu behandeln. Diese sanften Methoden und altbewährten Hausmittel geraten immer mehr in Vergessenheit. So ist beispielsweise bei jungen Eltern die Behandlung fiebernder Kleinkinder mit Hilfe von kalten Umschlägen oder Einläufen kaum mehr üblich. Fieberzäpfchen sind dagegen in jedem Haushalt zu finden.

Ca. 15% aller Schülerinnen und Schüler bekämpfen Schulstreß und Angst vor Klassenarbeiten mit Beruhigungs- bzw. Aufputschmitteln, überwiegend mit Wissen der Eltern. Weit verbreitet und in der Werbung vehement angepriesen ist auch die Gabe diverser Vitaminpräparate. Dies ist bei den Ernährungsmöglichkeiten in unserer Gesellschaft häufig überflüssig. Für jedes Medikament gilt jedoch, daß der häufige oder gar regelmäßige Gebrauch zu einer Gewöhnung und zu einer nicht ungefährlichen Einstellung führen kann: Für jedes Problem, Unwohlsein oder Nichtfunktionieren gibt es ein schnellwirkendes Mittel, eine entsprechende Pille. Diese schnelle „Hilfe“ läßt andere Alternativen in Vergessenheit geraten und wird schließlich zum Allheilmittel.

Wie bereits gesagt, Medikamente sind sehr sinnvolle und wichtige Heilmittel. Aber die Verlockung, zu schnell bzw. zu häufig zu Pillen zu

Altbewährte Heilmittel nicht vergessen

Pillen sind keine Problemlöser

Themen der nächsten Elternbriefe:

- Zum Thema Erziehung
- Kinder brauchen Freiraum für Entdeckungsreisen
- Kinder brauchen Spielraum für Phantasie und Gemeinsamkeit
- Kinder und Medikamente
- Kinder brauchen Vorbilder

Wir würden uns freuen, wenn dieses Angebot auf Ihr Interesse stößt und die angesprochenen Themen vielleicht die Grundlage für weiterführende Gespräche und Diskussionen z.B. im Rahmen eines Elternabends bilden.

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich an:

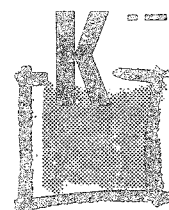
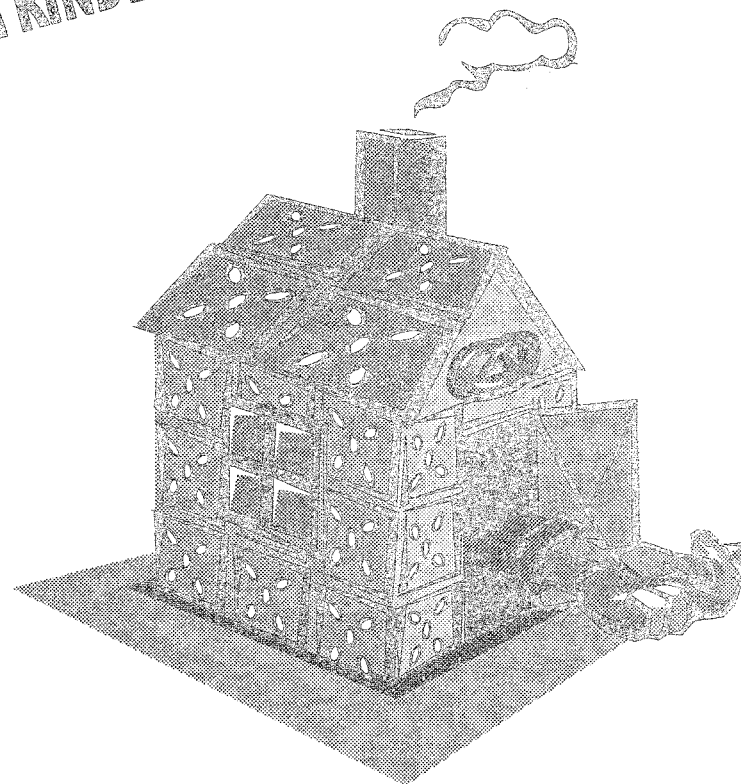


Stadt Freiburg im Breisgau
Sozial- und Jugendamt
Koordinationsstelle für Suchtprophylaxe
D- 79095 Freiburg
Telefon 07 61 / 201 - 37 54
Fax 07 61 / 201 - 35 99



INITIATIVE ZUR SUCHTPROPHYLAXE IN BADEN - WÜRTTEMBERG

SUCHT -
EIN THEMA SCHON
IM KINDERGARTEN?



KINDER
BRAUCHEN ZUKUNFT

Liebe Eltern,

*Kindergartenzeit
bringt Veränderungen*

seit Ihr Kind den Kindergarten besucht, hat für Sie alle ein Lebensabschnitt begonnen, der Veränderungen und neue Erfahrungen mit sich gebracht hat und weiterhin bringen wird. Es ergeben sich neue Fragen, vielleicht die eine oder andere Schwierigkeit, aber auch große Chancen für die Weiterentwicklung und das Zusammenleben von Eltern und Kindern.

Wir möchten Ihnen während der Kindergartenzeit einige Informationen und Anregungen zum Thema Erziehung und Suchtvorbeugung geben. Vielleicht haben Sie Lust, unser Angebot anzunehmen.

Sucht - ein Thema schon im Kindergarten?

Sicher sind Sie etwas überrascht und der Meinung, daß Sucht noch kein Thema für Sie und Ihr Kind ist.

*Suchtvorbeugung
kann nie früh genug
beginnen*

Doch zeigen neuere Untersuchungen, daß der Grundstein für süchtiges Verhalten bereits in den ersten Lebensjahren gelegt wird. Daher sollte Suchtvorbeugung so früh wie möglich beginnen.

Sucht ist kein Schicksalsschlag, dem wir hilflos ausgeliefert sind: Wir können etwas tun. Alle, die mit Kindern leben – Eltern, Erzieherinnen und Erzieher, Lehrerinnen und Lehrer, Nachbarn und Verwandte – sind gefordert, ihren Beitrag zu einer suchtvorbeugenden Erziehung zu leisten.

Wie können wir Kinder vor Sucht schützen?

Die Ursachen, die zur Entstehung von Sucht beitragen, sind sehr vielfältig. Sie sind im sozialen Umfeld, im Suchtmittel und im Menschen selbst zu finden. Es gibt niemals nur eine Ursache, sondern das Zusammentreffen verschiedener Faktoren kann zu einer Suchtmittelabhängigkeit führen.

*Ursachen der Sucht
sind vielfältig*

Wir können Suchtmittel nicht abschaffen, aber wir können Kinder bei der Entwicklung ihrer Persönlichkeit stärken und damit davor schützen, süchtig zu werden.

Will man wissen, was ein Kind davor schützt, süchtig zu werden, so orientiert man sich am besten an Menschen, die nicht süchtig geworden sind. Man findet bei ihnen zahlreiche schützende Faktoren.

Wie wir unsere Kinder bewußter fördern können, wird Thema der Elternbriefe sein. Sie werden in der nächsten Zeit fünf weitere Elternbriefe zur Suchtvorbeugung erhalten.

Kinder brauchen Freiräume und Grenzen

Auch wenn ein Kind sich frei entwickeln soll, müssen dort Grenzen gesetzt werden, wo es gefährlich wird oder auf Kosten anderer geht. Gerade bei den Kleinen sollten wenig Verbote ausreichend sein, ganz ohne „Nein“ wird es allerdings nie gehen. Ist dieses „Nein“ einmal ausgesprochen, ist es wichtig, konsequent zu bleiben, sonst werden Sie in den Augen Ihres Kindes unglaubwürdig und erpreßbar.

Wo immer möglich, sollte man dem Kind die Notwendigkeit der gesetzten Grenzen erklären. Damit Kinder sich auch selbständig erproben und ihre Umwelt entdecken können. Dabei können sie das „Abenteuer Leben“ in die eigenen Hände nehmen: Ob beim Baumhaus, Floß oder Iglu bauen, im Zeltlager, Kohlenkeller oder Luftschloß – Kinder müssen ihre Erfahrungen selbst sammeln. Nicht immer geht das ohne Blessuren ab. Doch eigenständige Entwicklung baut auf eigenen Erfahrungen auf.

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich an:



Stadt Freiburg im Breisgau
Sozial- und Jugendamt
Koordinationsstelle für Suchtprophylaxe
D- 79095 Freiburg
Telefon 07 61 / 201 - 37 54
Fax 07 61 / 201 - 35 99

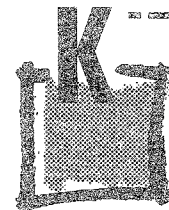


INITIATIVE ZUR SUCHTPROPHYLAXE IN BADEN - WÜRTTEMBERG

Sozialministerium Baden-Württemberg - Elternbrief zum Thema Suchtvorbeugung © Sozin Verlag 1994

KINDER BRAUCHEN

FREIRAUM FÜR ENTDECKUNGSREISEN



KINDER
BRAUCHEN ZUKUNFT

Liebe Eltern,

im 1. Elternbrief haben wir versucht, Ihnen deutlich zu machen, daß Sucht nicht „vom Himmel fällt“. Sie haben die Möglichkeit, durch Ihre Erziehung etwas zur Suchtvorbeugung zu tun. Dazu geben die nächsten beiden Elternbriefe Anregungen.

Kinder brauchen emotionale Sicherheit, Liebe und Zuwendung

Zeigen Sie Ihrem Kind, daß Sie es mögen

Auch wenn dies ganz selbstverständlich klingt, sollte man sich immer wieder bewußt machen, wie wichtig es für Kinder – und Erwachsene – ist, zu wissen, daß sie geliebt werden: Die Gewißheit, daß da jemand ist, wenn man ihn braucht, und die Sicherheit, nicht allein gelassen zu werden, unabhängig davon, was man getan oder geleistet hat, was auf einen eingestürzt ist. Nehmen Sie Ihr Kind doch einfach mal in den Arm, seien Sie nach einem Streit versöhnungsbereit und zeigen Sie ihm, daß Sie es mögen.

Kinder brauchen eigene Verantwortung

Selbstverantwortliches Handeln fördert Verantwortungsbewußtsein

Kinder sind im allgemeinen viel weniger hilflos, als sie uns erscheinen. Nur wenn wir ihnen selbstverantwortliches Handeln ermöglichen, geben wir ihnen die Chance, Verantwortungsbewußtsein zu entwickeln. Tragen Sie beispielsweise das vergessene Sportzeug nicht sofort hinterher, sondern lassen Sie das Kind die Konsequenzen selbst erfahren.

Kinder brauchen Anerkennung und Bestätigung

Lob und Bestätigung sind wesentlich für die Entwicklung von Selbstvertrauen und Selbstachtung. Wir alle kennen das Gefühl, daß ein Tadel leicht zu Resignation führt, während ein Lob anspornt und motiviert.

Ermöglichen Sie Ihrem Kind Erfolgserlebnisse, z.B. durch das Übertragen kleiner Aufgaben. Erkennen Sie sein Bemühen und nicht nur seine Leistung an. Falls etwas danebengeht, tadeln Sie nicht, sondern sprechen Sie Ihrem Kind Mut zu und helfen Sie ihm, sofern es dies wünscht.

Lob und Bestätigung motivieren

Kinder brauchen Menschen, die sie ernst nehmen

Kinder wollen und müssen in ihren Wünschen und Bedürfnissen ernstgenommen werden. Grundbedürfnisse wie Essen und Trinken oder Nähe sind ebenso zu erfüllen, wie der Wunsch nach Abgrenzung zu respektieren ist. Zwingen Sie z.B. Ihr Kind nicht, sich gegen seinen Willen von Opa oder Tante abküssen zu lassen.

Wichtig ist jedoch, daß Sie als Eltern auch Ihre eigenen Bedürfnisse wahrnehmen und sich nicht zum Sklaven des Kindes machen.

Nähe vermitteln – Abgrenzung respektieren