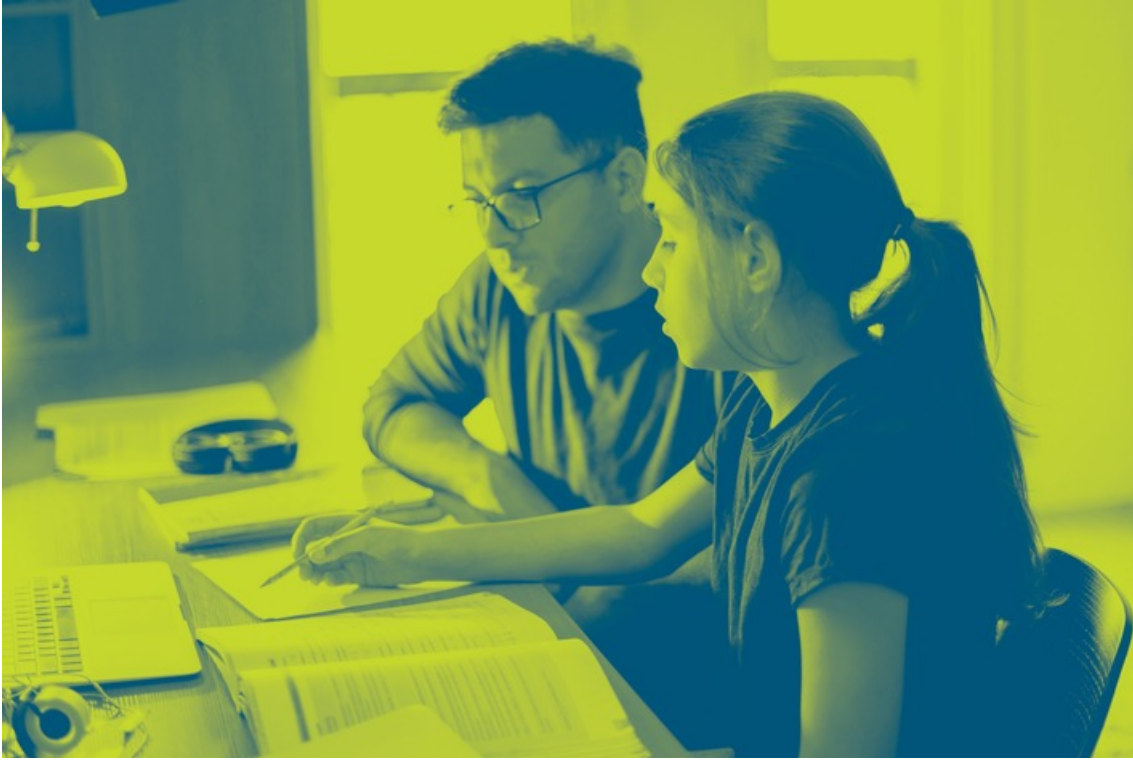


08.10.2019 - 09:00 Uhr

## Suchtprävention bei Jugendlichen: Neue Studie zeigt, dass Eltern ein grosses Potential haben



Lausanne (ots) -

Eltern haben ein grosses Potential in der Suchtprävention. Mit aktiver elterlicher Begleitung und einer vertrauensvollen Beziehung ist bereits viel gewonnen. Eine neue detaillierte Auswertung der Schweizer Schülerstudie HBSC vom 2018 zeigt: Jugendliche, über deren Freizeitverhalten die Eltern gut Bescheid wissen und die sich durch ihre Familie unterstützt fühlen greifen signifikant weniger oft zu psychoaktiven Substanzen.

Im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit hat Sucht Schweiz die neusten Daten der Schülerstudie Health Behaviour in School-aged Children (HBSC\*) vom Jahr 2018 im Detail analysiert. Der heute veröffentlichte Forschungsbericht(1) zeigt, dass unter den 14- bis 15-jährigen Jugendlichen, deren Eltern wenig bis mittelmässig viel über das Freizeitverhalten ihrer Sprösslinge wissen, der risikoreiche Konsum von herkömmlichen Zigaretten oder illegalem Cannabis sowie das Rauschtrinken um mindestens drei Mal wahrscheinlicher ist als unter Jugendlichen, deren Eltern gut Bescheid wissen. Letzteres bedeutet, zu wissen, wo die Jugendlichen nach der Schule sind, was sie in der Freizeit tun, wohin sie abends ausgehen, wer ihre Kollegen und Kolleginnen sind, etc.

Ein ähnliches Bild zeigt sich bei der Frage nach der wahrgenommenen Unterstützung durch die Familie. Diese beinhaltet beispielsweise emotionale Unterstützung, die Möglichkeit, über Probleme zu sprechen oder Hilfe bei Entscheidungen. Unter den 14- bis 15-jährigen Jugendlichen, die sich diesbezüglich wenig bis mittelmässig unterstützt fühlen ist der genannte Konsum im Schnitt rund doppelt so wahrscheinlich.

### Die wichtige Rolle der Familie

In Bezug auf den Substanzkonsum kann die Familie bedeutende Schutzfaktoren oder Risikofaktoren bieten:

Schutzfaktoren sind neben dem Bescheidwissen und der Unterstützung beispielsweise auch eine starke Bindung der Jugendlichen zu den Eltern und eine kritische Einstellung der Eltern gegenüber dem Substanzkonsum. Allgemein ist ein Erziehungsstil eine gute Basis, der einerseits durch Setzung und Einhaltung von klaren Regeln, aber andererseits auch durch emotionaler Wärme, Akzeptanz und Kommunikationsbereitschaft gekennzeichnet ist.

Umgekehrt sind es Risikofaktoren, wenn die Eltern oder Geschwister psychoaktive Substanzen gebrauchen und wenn allgemein ein instabiles Familienklima besteht.

Die im Rahmen der HBSC-Studie beobachteten statistischen Zusammenhänge können zwar nicht als Belege für Kausalbeziehungen (d.h. Ursache-Wirkungs-Beziehungen) interpretiert werden. Dennoch bestätigen sie die Aufmerksamkeit, die im

Rahmen der Suchtprävention dem grossen Potential der Familie gewidmet werden sollte. Familien brauchen dringend mehr Unterstützung in ihren Aufgaben.

#### Tipps für Eltern

Die Beziehung zwischen den Jugendlichen und den Eltern erfährt in der Adoleszenz tiefgreifende Veränderungen. Im Streben nach Autonomie orientieren sich die Jugendlichen zunehmend an Gleichaltrigen. Die Eltern können jedoch eine wichtige Rolle in der Suchtprävention behalten, indem

- sie den Jugendlichen mehr Freiräume einräumen, und auch altersgerechte, nachvollziehbare und konsequent durchgesetzte Regeln setzen, u.a. für den Ausgang und den Substanzkonsum. Ein klarer, aber nicht rigider Rahmen hilft den Heranwachsenden, selbständig zu werden.
- sie Gelegenheiten suchen und sich genug Zeit für gemeinsame Gespräche nehmen, in denen sich die Jugendlichen ihnen gegenüber öffnen können.
- sie auch manchmal auf ein Gespräch insistieren, wenn sie sich Sorgen um den Substanzkonsum des Kindes machen und es ungern mit ihnen darüber spricht.
- sie Erziehungs- oder Jugendberatungsstellen frühzeitig in Anspruch nehmen, auch bevor sie zusammen nicht mehr weiter kommen.

Wo Eltern Antworten erhalten: Die Materialien von Sucht Schweiz Eltern in Erziehungsfragen zu unterstützen, ist zentral für die Suchtprävention. Sucht Schweiz berät Eltern von Jugendlichen zu Suchtfragen und steht suchbelasteten Eltern bei. Die Angebote im Überblick:

Die Facebookseite(2) bietet Erziehungstipps für die Suchtprävention, stellt Materialien für Eltern vor und geht auf aktuelle Anlässe ein.

Die Webpage Eltern(3) mit einer Übersicht über alle Angebote von Sucht Schweiz.

Infografik(4) zur Rolle der Eltern für die Alkoholprävention

Der Elternnewsletter erscheint drei- bis viermal pro Jahr mit Vertiefungen von aktuellen Themen. Der Elternnewsletter kann hier(5) abonniert werden. Lesen Sie die aktuelle Ausgabe "Cannabis - mit Jugendlichen darüber sprechen" (<http://mailings.suchtschweiz.ch/m/11587749/>).

Die Gesprächsleitfäden zu Alkohol, Tabak, Cannabis und Internet(6) wie auch die neun Elternbriefe(7) zu Themen der suchtpreventiven Erziehung werden regelmässig erneuert und bald mit Erklärsvideos und einer Internetseite in einfacher Sprache ergänzt.

[www.elternundsucht.ch](http://www.elternundsucht.ch) berät Eltern, die selber eine Suchterkrankung haben

Schliesslich berät Sucht Schweiz unter der Gratisnummer 0800 104 104 (zu Bürozeiten) Eltern bei spezifischen Fragen zum Thema Substanzen und Verhalten.

\* Die internationale Studie "Health Behaviour in School-aged Children" (HBSC) befragt 11- bis 15-jährige Schülerinnen und Schüler zu ihrer Gesundheit und ihrem Gesundheitsverhalten. Die Studie wird alle vier Jahre durchgeführt. 2018 hat die neuste Erhebung stattgefunden, deren Resultate zum Suchtmittelkonsum vorliegen. Hierzu das Faktenblatt "Zusammenhänge zwischen dem Konsum psychoaktiver Substanzen und Merkmalen von Jugendlichen - Schweizer HBSC-Daten 2018" (<http://tiny.cc/e5m3dz>)

(1)<http://tiny.cc/2gu2dz>

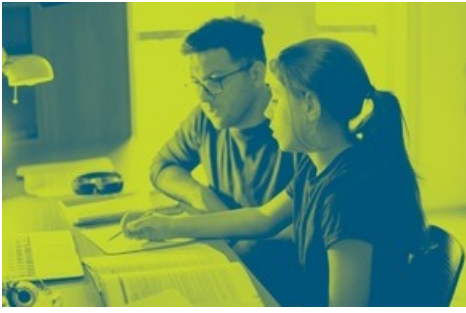
(2)<https://www.facebook.com/SuchtSchweiz/> (3)<http://www.suchtschweiz.ch/eltern/> (4)<http://tiny.cc/omu2dz>

(5)[www.suchtschweiz.ch/no\\_cache/aktuell/newsletter-sucht-schweiz/](http://www.suchtschweiz.ch/no_cache/aktuell/newsletter-sucht-schweiz/) (6)<http://tiny.cc/pxu2dz> (7)<http://tiny.cc/o2u2dz>

Kontakt:

Sucht Schweiz  
Markus Meury  
Mediensprecher  
[mmeury@suchtschweiz.ch](mailto:mmeury@suchtschweiz.ch)  
Tel.: 021 321 29 63

Medieninhalte



Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000980/100833531> abgerufen werden.