

Landesstelle für Suchtprävention Bremen

Bremische Landesstelle für Suchtfragen e.V.

Landesinstitut für Schule; Referat Gesundheit und
Suchtprävention,
Am Weidedamm 20, 28215 Bremen

suchtpraevention@lis.bremen.de

c/o Ambulante Suchthilfe Bremen
Bürgermeister-Smidt-Straße 35, 28195 Bremen

www.brels.de

info@brels.de

Tel.: 0421 989 790

Pädagogische Hilfestellungen für Eltern in Ergänzung zum Arztbrief

Liebe Mutter, lieber Vater,

Ihr Kind ist durch Alkoholkonsum in der Öffentlichkeit aufgefallen. Dies ist ein sehr passender Anlass, das Thema Alkohol, vielleicht auch wieder, mit ihm anzusprechen. Damit dies auch möglichst erfolgreich geschehen kann, legen wir diesem Brief eine Broschüre der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen bei, die Sie dabei unterstützen kann.

Die Gründe, weshalb Jugendliche Alkohol trinken, sind vielfältig. Deshalb ist es sehr wichtig, dass Ihr heranwachsendes Kind über die Wirkungen und die körperlichen, sozialen und psychischen Risiken des Alkohols informiert ist. Es ist unumstritten, dass der verantwortungsbewusste Umgang mit Alkohol erlernt werden muss.

Wie Sie sicherlich wissen können wir Kinder vor den Gefahren des Alkohols schützen, wenn wir ...

- dem Kind einen verantwortungsbewussten Umgang mit Alkohol vorleben
- dem Kind die Gewissheit geben, dass wir mit Rat und Tat zur Seite stehen und aktive Unterstützung geben werden. Dazu ist es wichtig, mit dem Kind im Gespräch zu bleiben und seine Wünsche, Ängste und Probleme ernst zu nehmen.
- dem Kind Freiraum für neue Erfahrungen geben, damit es Probleme selbst meistern kann. Denn ein gesundes Selbstbewusstsein ist eine gute Basis, in kritischen Situationen „Nein“ sagen zu können, auch zum Alkohol.
- die oft sehr hohen Erwartungen an die schulischen Leistungen eines Kindes überdenken. Kinder brauchen gerade dann Vertrauen und Unterstützung, auch wenn es mal nicht so gut läuft.

Angebote für Jugendliche und ihre Eltern

Auf dem Beiblatt informieren wir umfassend über Beratungsangebote zum Thema Alkoholkonsum. Auch Ihr Kind kann selbstständig diese Angebote nutzen. Hinter dem QR-Code sind digitale Beratungsangebote gelistet, die anonym genutzt werden können.

Es sind Unterstützungsangebote, wenn Sie das Thema Suchtmittelkonsum mit ihrem Kind ansprechen möchten.

Mögliche Inhalte der Gespräche können Alkoholkonsum und seine gesundheitlichen und sozialen Folgen und Möglichkeiten, Alternativen zu lernen und auch auszuprobieren sein. Rufen Sie an, Sie werden gerne beraten - auch am Telefon. Oder Sie verabreden ein erstes persönliches Beratungsgespräch.

Alle Berater*innen der Hilfsangebote behandeln alle Anfragen und Beratungen absolut vertraulich und unterliegen der Schweigepflicht:

Wir wünschen für Ihren Weg alles Gute

Dr. Oliver Peters
Landesstelle für Suchtprävention

Beatrix Meier
Bremische Landesstelle für Suchtfragen

Dieser Brief steht auch als Hörversion zur Verfügung. Sie können ihn z.B. gemeinsam mit Ihrem Kind anhören.



www.lis.bremen.de/elternbrief