



Ausgang

Party

Suchtmittel

Eine Orientierungshilfe und Diskussionsgrundlage für Eltern von Kindern und Jugendlichen der Gemeinde Heimberg

Ausgang

Jugendliche sind auf der Suche nach eigenen Lebensformen. Als Eltern sind Sie gefordert diese Suche zu unterstützen, indem Sie Ihren Kindern Freiräume gewähren, Geborgenheit bieten, aber auch Grenzen setzen. Jugendliche brauchen Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner mit genügend Zeit und der Offenheit zu verhandeln. Sie müssen das Vertrauen, den Rückhalt und eine gewisse Konsequenz ihrer Eltern spüren.

Als Eltern brauchen Sie in diesem Spannungsfeld eine gute Portion Ruhe, Gelassenheit und die Bereitschaft, sich immer wieder konstruktiv auf Auseinandersetzungen einzulassen.

Es empfiehlt sich, dass die Eltern gegenüber ihren Kindern eine klare Haltung vertreten – unabhängig von ihrer Beziehungsstruktur. Das ist nicht immer einfach. Wenn es Eltern jedoch schaffen, sich auf eine Haltung zu einigen, ist dies von Vorteil: Das Kind hat Klarheit, welche Regel gilt.



Mögliche Fragen der Eltern

- > **Wohin gehst du?**
- > **Wie kommst du dorthin und zurück?**
- > **Mit wem triffst du dich?**
- > **Wann kommst du nach Hause?**
- > Fragen Sie Ihr Kind auch nach dem Ausgang, wie es diesen erlebt hat. **Zeigen Sie Interesse** und seien Sie da, wenn Ihr Kind etwas erzählen möchte. **Respektieren** Sie jedoch auch, wenn Ihr Kind nicht darüber sprechen will, denn das kommt bei Jugendlichen oft vor.

Empfehlungen

- > Bestehen Sie auf **Verbindlichkeit!** Wenn Ihr Kind auf Ihre Fragen keine Auskünfte geben will, empfehlen wir Ihnen, den Ausgang nicht zu bewilligen.
- > Treffen Sie **Abmachungen** bezüglich Konsum von Alkohol und anderen Drogen.

Wann heimkommen?



Eine wichtige Frage ist immer wieder, wann Kinder/Jugendliche nach dem Ausgang, respektive nach einer Party wieder zu Hause sein sollten. Aus präventiver Sicht ist eine angemessene Limite sinnvoll. Es soll aber auch möglich sein, dass gemeinsam Ausnahmen ausgehandelt werden können. Aber Ausnahmen sollen eben auch Ausnahmen bleiben!

Wenn Ihr Kind einen Verein besucht und z.B. bis 21.30 Uhr Training hat, kann es natürlich sein, dass an diesem Abend der Richtwert entsprechend angepasst wird.

Wir empfehlen Ihnen folgende Richtwerte:

- unter der Woche,
vor einem Schul- oder Arbeitstag
- > **12-14 Jährige bis 20.30 Uhr**
- > **15-16 Jährige bis 21.30 Uhr**
- > **17-18 Jährige bis 22.30 Uhr**
- am Wochenende,
vor einem freien Schul- oder Arbeitstag
- > **12-14 Jährige bis 21.30 Uhr**
- > **15-16 Jährige bis 23.00 Uhr**
- > **17-18 Jährige 1.00 bis 2.00 Uhr (letzte ÖV)**

Diese Richtwerte sollen jedoch zwischen den Erziehungsverantwortlichen und den Jugendlichen diskutiert werden und dürfen auch variieren. Führen Sie diese Diskussion nicht erst im letzten Augenblick – das verhindert viel Ärger und Unmut auf beiden Seiten.

Party



Kinder und Jugendliche brauchen Leitlinien zur Gestaltung von Partys oder Ausgang, die ihnen von Erwachsenen gegeben werden, auch wenn sie vordergründig dagegen protestieren. Klare Vorgaben entlasten sie in ihrer Verantwortung und sind gleichzeitig Argumente gegenüber Kollegen und Kolleginnen. Verlangen Sie darum von Ihrem Sohn/Ihrer Tochter Auskünfte, wenn er/sie in den Ausgang oder an eine Party geht.

Sprechen Sie im Vorfeld über Alkoholkonsum (Alkopops), Rauchen, Drogen und treffen Sie klare Vereinbarungen zu diesem Thema.

Findet die Party zuhause statt, helfen Sie rechtzeitig den nötigen Rahmen abzustecken: zum Beispiel beim Verfassen der Einladung, aushandeln der geltenden Regeln, allfälligen Infos an Nachbarn, Start und Schlusszeiten des Anlasses usw. Lassen Sie Ihren Sohn/Ihre Tochter das Aufräumen im Voraus organisieren und nehmen Sie die notwendige Kontrolle wahr.

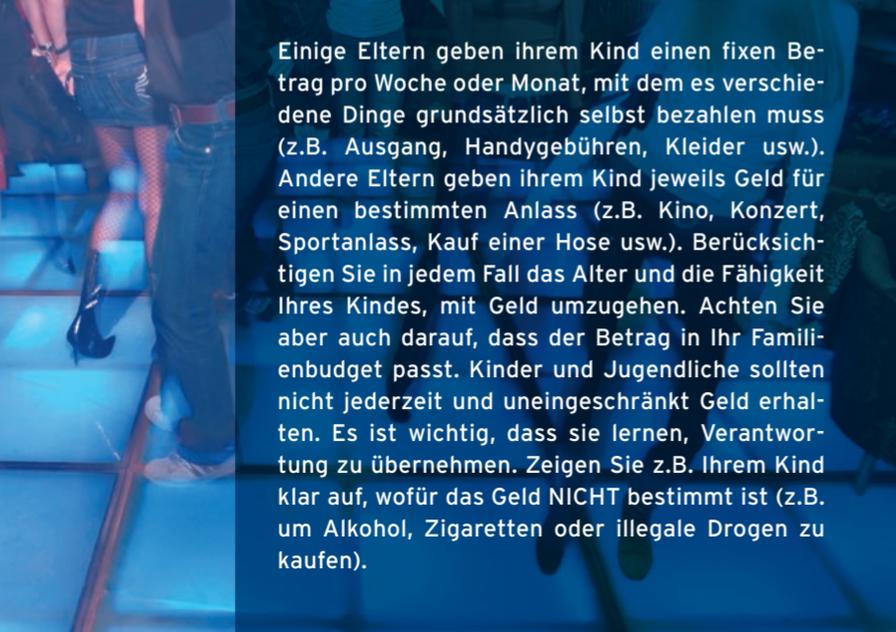
Mögliche Fragen der Eltern

- > **Wer** organisiert die Party?
- > **Wo** findet der Anlass statt?
- > **Wie lange** dauert der Anlass?
- > **Welche erwachsene Person** trägt die Verantwortung?
- > **Für wen** ist der Anlass gedacht?
- > **Wie und wann** kommst du nach Hause?

Wir raten von einer Teilnahmebewilligung ab

- > bei unklarer / unbekannter Organisation
- > bei unklarer Verantwortung
- > bei unklaren Zeitangaben
- > bei einem Anlass, welcher nicht dem Alter entspricht
- > wenn der Anlass im Freien stattfindet (z.B. im Wald, an einem Gewässer) und keine erwachsenen Personen verantwortlich sind
- > wenn die Rückfahrt nicht geplant ist (Zeit, Transport)
- > Vorsicht, wenn ein Fest in einer «sturmfreien Bude» stattfindet

Geld für den Ausgang



Einige Eltern geben ihrem Kind einen fixen Betrag pro Woche oder Monat, mit dem es verschiedene Dinge grundsätzlich selbst bezahlen muss (z.B. Ausgang, Handygebühren, Kleider usw.). Andere Eltern geben ihrem Kind jeweils Geld für einen bestimmten Anlass (z.B. Kino, Konzert, Sportanlass, Kauf einer Hose usw.). Berücksichtigen Sie in jedem Fall das Alter und die Fähigkeit Ihres Kindes, mit Geld umzugehen. Achten Sie aber auch darauf, dass der Betrag in Ihr Familienbudget passt. Kinder und Jugendliche sollten nicht jederzeit und uneingeschränkt Geld erhalten. Es ist wichtig, dass sie lernen, Verantwortung zu übernehmen. Zeigen Sie z.B. Ihrem Kind klar auf, wofür das Geld NICHT bestimmt ist (z.B. um Alkohol, Zigaretten oder illegale Drogen zu kaufen).

Weiterführende Informationen:

www.budgetberatung.ch
www.schulden.ch

Taschengeld ist Verhandlungssache

- > Es muss zwischen Ihnen und Ihrem Kind ausgehandelt werden, für was das Taschengeld alles reichen muss. Wenn z.B. Kleider selber gekauft werden müssen, erhöht sich das Taschengeld logischerweise massiv.

Empfehlungen

- > Wir empfehlen als «reines» Taschengeld, welches für Süßigkeiten, Ausgang, Kauf von Zeitschriften usw. gebraucht werden kann, folgende Variante:
- > **Pro Klasse Fr. 1.– pro Woche:** Das heisst, dass in der ersten Klasse Fr. 1.– pro Woche oder Fr. 4.– pro Monat ausbezahlt werden. In der 9. Klasse sind es dann Fr. 9.– pro Woche oder Fr. 36.– pro Monat. Dies ist jedoch nur eine Richtlinie und kann oder soll **zwischen Eltern und Kindern ausgehandelt** werden und insbesondere auch dem **Familienbudget angepasst** sein.

Eltern nehmen Einfluss

Ein Thema, das Eltern und weitere Erziehungsberechtigte beschäftigt, ist der Konsum von legalen und illegalen Suchtmitteln durch ihre Kinder und Jugendlichen. Der Freizeitbereich scheint diesbezüglich besonders Sorge zu bereiten. Wie können Sie als Erziehungsberechtigte Einfluss auf den Umgang Ihrer Kinder mit Suchtmitteln ausserhalb des Elternhauses nehmen? Verschiedene Studien belegen, dass Jugendliche, deren Eltern sich um das Ausgehverhalten ihrer Kinder kümmern und darauf Einfluss nehmen, weniger legale und illegale Drogen konsumieren als Jugendliche mit weniger elterlicher Aufsicht.

Umgang mit Alkohol

Bei immer mehr und immer jüngeren Jugendlichen ist es in letzter Zeit üblich geworden, sich am Wochenende, aber oft auch unter der Woche zu betrinken. Da das Rauschtrinken für Kinder und Jugendliche in der Entwicklung sehr schädlich ist, sind Sie als Eltern und Erziehungsberechtigte aufgerufen, auf das Konsumverhalten der Kinder und Jugendlichen Einfluss zu nehmen. Darum: Informieren Sie diese zu den Auswirkungen des Alkoholkonsums. Regeln Sie den Konsum für alle Familienmitglieder.

Empfangen Sie ihr Kind, wenn es nach dem Ausgang nachhause kommt oder lassen Sie sich von ihm kurz wecken. Ein Blick genügt, um zu sehen, ob es Ihrem Kind gut geht. Und gleichzeitig wirkt diese Empfehlung präventiv, denn Ihr Kind wird darauf achten, nicht zu viel Alkohol zu trinken, wenn es Ihnen später noch gegenüber treten muss.

Konsum von Alkohol:

Als Erwachsene und erziehungsverantwortliche Eltern üben Sie eine wesentliche und sehr anspruchsvolle Vorbildfunktion aus. Wir empfehlen Ihnen Folgendes:

- > Kinder unter **16 Jahren** dürfen keinen Alkohol konsumieren, er sollte auch im Familienkreis verwehrt sein.
- > Ab 16 Jahren ist der Kauf von Bier und Wein gesetzlich gestattet, warnen Sie Ihre Jugendlichen jedoch generell vor übermässigem Alkoholkonsum.
- > Weisen Sie auf die möglichen gesundheitlichen Folgeschäden hin.
- > Verhandeln Sie mit Ihrem Kind, ob und wie viel es trinken darf.

Weiterführende Informationen:

- > Berner Gruppe für Jugend-, Eltern- und Suchtarbeit: www.contactnetz.ch
- > Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme: www.sucht-info.ch
- > www.bernergesundheits.ch

Jugendschutz bei Alkohol und Tabak

Jugendliche müssen einen selbstverantwortlichen, risikoarmen Umgang mit Alkohol lernen. Ein zu früher oder übermässiger Alkoholkonsum behindert sie in ihrer Entwicklung und ihrer Suche nach Identität. Da Heranwachsende risikobereiter und unerfahrener sind als Erwachsene, braucht es starke Schutzbestimmungen.

Nach wie vor erhalten Jugendliche unter 16 Jahren in Läden und Gaststätten Alkohol und Tabakprodukte, obwohl die Jugendschutzgesetze die Abgabe verbieten. Unterstützen Sie die Jugendschutzbemühungen, indem Sie beispielsweise beim Verkaufspersonal vorsprechen, falls Sie Widerhandlungen gegen die Gesetze beobachten. Sie können im Wiederholungsfall bei der zuständigen Polizeidienststelle Anzeige erstatten. Vermeiden Sie es, Kinder und Jugendliche für Sie Alkohol und/oder Tabakprodukte kaufen zu lassen.

Kein Verkauf von Alkohol und Tabak an Jugendliche!

Das Gesetz schreibt vor:

- > **An unter 16 Jährige:**
Kein Alkohol, keine Tabakerzeugnisse und Raucherwaren
- > **An unter 18 Jährige:**
Keine Spirituosen, Aperitifs, Alkopops, keine Tabakerzeugnisse und Raucherwaren.
- > **Das Verbot gilt auch für den Verkauf über Automaten oder das Weitergeben durch ältere Jugendliche!**

Weiterführende Informationen:

- > **Fakten, Tipps** rund um den Jugendschutz: www.jugendschutzbern.ch

«rauchlos glücklich»

Es ist erwiesen, dass auch beim Rauchen ein früher Einstieg zu einer erhöhten Suchtgefährdung und zu gesundheitlichen Schäden führen kann. Schützen Sie ihre Kinder vor einem Einstieg in den Tabakkonsum! Bedenken Sie, dass Ihr Teenager im Ausgang auch mit Cannabis konfrontiert werden kann. Diese illegale Droge wird mit Tabak vermischt und als Zigarette (Joint) geraucht. Bei regelmässigem Konsum werden Konzentration und Lernfähigkeit vermindert, die Gedächtnisleistung kann beeinträchtigt werden. Der Konsum, Anbau, Besitz und Handel von Cannabis ist in der Schweiz verboten.

Nehmen Sie Einfluss bezüglich dem Rauchen von illegalen und legalen Suchtmitteln!

- > Sorgen Sie dafür, dass das familiäre Umfeld eine **rauchfreie Zone bleibt!**
- > Diskutieren Sie über gesundheitliche Folgeschäden, insbesondere während der körperlichen Entwicklung.
- > Erwähnen Sie die **Gefährlichkeit des Mischkonsums** (z.B. Alkohol und Cannabis), vor allem auch im Strassenverkehr.
- > Weisen Sie darauf hin, dass Probleme weder «ertränkt» noch im «Rauch aufgelöst» werden können.
- > Bieten Sie sich an, um über allfällige Probleme zu sprechen.

Empfohlenes Informationsmaterial:

Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz:
www.at-schweiz.ch www.stop-tabac.ch
www.contactnetz.ch www.sucht-info.ch

Adressen:

Gemeinde Heimberg

Ressort Sicherheit

Alpenstrasse 26 | 3627 Heimberg
Telefon 033 439 20 20

praevention@heimberg.ch oder
www.heimberg.ch/praevention

Für weitere Fragen stehen Ihnen die Schulsozialarbeit und die Jugendarbeit Heimberg gerne zur Verfügung:

Schulsozialarbeit Heimberg

Jugendarbeit Heimberg

Schulstrasse 14 | Postfach 133 | 3627 Heimberg
Tel. 033 439 20 07 | schulsozialarbeit@heimberg.ch

Schulstrasse 14 | Postfach 271 | 3627 Heimberg
Tel. 033 437 67 33 | jugendarbeit@heimberg.ch