

Was Kindern und Jugendlichen in ihrer Entwicklung hilft - und vor Sucht schützt

Es gibt zahlreiche unterschiedliche Einflussfaktoren, die sich positiv und negativ auf die Entwicklung der Kinder auswirken können. Wir alle können dazu beitragen, dass Kinder wichtige Schutzfaktoren gegen Sucht entwickeln.

Kinder durchlaufen in ihrer Entwicklung unterschiedliche Phasen, in denen sie mehr oder weniger verletzlich sind und die von unterschiedlichen Schutzfaktoren beeinflusst werden. Während zum Beispiel im Kleinkindalter die eigenständige Suche nach neuen Erfahrungen sowie eine positive Orientierung zentral sind, haben im Jugendalter Faktoren wie etwa ein positives Selbstkonzept eine wichtige Bedeutung.

Die Forschung zu Schutzfaktoren hat in der jüngeren Vergangenheit einen regelrechten Boom erfahren. Dennoch gibt es noch viele offene Fragen. Einig ist sich die Wissenschaft jedoch darüber, dass es im Wesentlichen drei Ebenen gibt, die entscheidend für die Entwicklung von Schutzfaktoren sind: die personale, die familiäre und die soziale Ebene.

Persönliche Ressourcen entdecken

Persönliche Kompetenzen sind Schutzfaktoren gegen Sucht. Beispiele für solche Schutzfaktoren auf personaler Ebene sind eine positive Selbstwahrnehmung und eine positive Lebenseinstellung. Kinder und Jugendliche, die sich selbst positiv wahrnehmen und eine positive Lebenseinstellung besitzen, haben eine größere Widerstandsfähigkeit – die Wissenschaft spricht von „Resilienz“ - gegenüber gefährlichen Lebensumständen. Zudem hat sich eine ausgeprägte Selbstwirksamkeit, die eng mit aktiven Bewältigungsversuchen zusammenhängt, als schützend erwiesen. Sich selbst als wirksam zu erleben, beinhaltet die Einschätzung, Einfluss auf Ereignisse nehmen zu können. Generell gilt: Viele der persönlichen Kompetenzen, die unter Risikobedingungen schützend wirken, fördern auch allgemein die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Dazu zählen auch soziale Kompetenz, kognitive Fertigkeiten und Fähigkeiten zur Selbstregulation, wie z.B. das Einschätzen von Risiken. Trotz der hohen Bedeutung von persönlichen Kompetenzen dürfen sie aber gleichzeitig nicht überbetont werden, da sie ihrerseits durch die Umwelt geformt werden können und auch abhängig vom jeweiligen Alter des Kindes sind. Der Fokus sollte daher auch nicht auf das Kind allein gerichtet sein, sondern immer in Zusammenhang mit dem jeweiligen Umfeld (Familie, Schule, Organisationen usw.) betrachtet werden.

Familie: eine gute Wiege für Schutzfaktoren

Zu einem der wichtigsten Orte, in denen sich Schutzfaktoren entwickeln, zählt zweifellos die Familie. Dabei sind die Struktur oder die finanziellen Möglichkeiten der Familie nicht so wichtig, wie beispielsweise die familiäre Stabilität. Wiederkehrende Abläufe und Rituale besitzen für Kinder – gerade in Risikosituationen – eine schützende Wirkung. Besonders wichtig ist auch eine sichere, positive Bindung, zumindest zu einem Elternteil. Großen Einfluss besitzt generell die Qualität der Beziehung der Eltern untereinander. Beziehungen, in denen ein wertschätzender Umgang miteinander gepflegt wird, wirken sich positiv aus. Förderlich ist es aber auch, wenn Kinder und Jugendliche bei Konflikten zwischen den Eltern erleben, dass diese konstruktiv gelöst werden können. Hilfreich für eine positive Entwicklung des Nachwuchses ist sicherlich auch ein Erziehungsstil, bei dem – auf Basis einer positiven Beziehung - klare Regeln aufgestellt und diese auch konsequent eingehalten werden. Grundsätzlich lässt sich sagen, dass ein positives Familienklima, das sowohl den Zusammenhalt fördert als auch genug Raum zur eigenen Entfaltung lässt, der Entwicklung von Kindern förderlich ist. Eine gesellschaftlich wichtige Aufgabe besteht in diesem Zusammenhang darin, für Familien Bedingungen zu schaffen und ihnen Unterstützungsangebote zur Hand zu geben, die es ihnen ermöglichen, schützende Faktoren unter gefährdenden Lebensbedingungen zu realisieren.

Das richtige Umfeld

Als dritter Eckpfeiler in der Entwicklung von Schutzfaktoren gilt die soziale Ebene. Hier geht es unter anderem um soziale Unterstützungs- und Anbindungsmöglichkeiten, insbesondere dort, wo familiäre Schutzfaktoren nicht greifen. Zu den sozialen Schutzfaktoren zählt auch die so genannte „Mentorentätigkeit“. Darunter versteht man die gute Beziehung eines Kindes bzw. Jugendlichen zu einem Erwachsenen außerhalb der (engeren) Familie. Denn eine gute Beziehungsqualität eröffnet die Chance auf positive Einflussnahme der erwachsenen Person. Bei Gleichaltrigen stellt vor allem der Kontakt zu pro-sozialen (d.h. mit gesellschaftlich akzeptierten Verhaltensweisen) Gruppen einen Schutzfaktor dar. Im Gegensatz dazu kann der Kontakt zu Risikogruppen negative Effekte hervorrufen. Einen weiteren Bereich der sozialen Ebene stellen die Bildungsinstitutionen dar. Hier haben sich allgemein eine gute Schulqualität sowie ein positives Schulklima mit positiven Beziehungen und einer angemessenen Ausstattung und Sicherheit als förderlich herausgestellt.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es äußerst wichtig ist, wie Kinder und Jugendliche in Beziehungen eingebunden sind und diese erleben. Eine gute Beziehung zu den Eltern hat sich als dauerhafter Schutzfaktor erwiesen. Wichtig ist aber auch, die genannten Schutzfaktoren, die in unterschiedlichen Bereichen entstehen, nicht isoliert voneinander zu betrachten, da sie nicht unabhängig voneinander wirken und sich gegenseitig beeinflussen.

Nähere Informationen

Auf seinen beiden Internet-Seiten stellt das Institut Suchtprävention Informationen über Sucht, Suchtvorbeugung, legale und illegale Drogen zur Verfügung, ebenso ein Verzeichnis von Beratungsstellen rund um das Thema Sucht.

www.praevention.at und speziell für Jugendliche www.1-2-free.at