

Elterncoaching / -beratung

Dieses Angebot richtet sich an Eltern von jugendlichen Suchtmittelkonsumenten und – konsumentinnen, die noch zur Schule gehen oder in Ausbildung sind.

Ausgangslage

Immer mehr Eltern machen sich Sorgen um ihre Kinder wegen deren Cannabis-, Alkohol- oder Tabakkonsums. Nicht selten kommen Schulschwierigkeiten, erschwerte Lehrstellensuche, Lehrabbruch und andere Probleme dazu, die die Beziehung der Eltern zu ihren Kindern stark belasten. Jugendliche in diesem Alter haben oft ein grosses Autonomiebedürfnis und treten in offenen Widerstand zu den Anweisungen der Eltern. Die daraus folgenden Auseinandersetzungen können begleitet sein von Gefühlen der Wut, Ohnmacht, Hilflosigkeit und Resignation.

Beratungsziele

Sie sind informiert bezüglich den entsprechenden Substanzen und deren Wirkungsweise. Sie kennen die wichtigsten Gesprächsregeln um mit ihrem Kind konstruktiv über sein Konsumverhalten und seine allgemeine Lebenssituation zu sprechen. Sie können ihm Risiken aufzeigen, es motivieren, den Konsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder ganz aufzuhören. Sie kennen das Beratungsangebot für Jugendliche.

Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten auf, wie Sie eine eskalierende Situation entschärfen, wie Sie ruhig und beharrlich bleiben und wie Sie trotz erschwerten Bedingungen die Beziehung zu Ihrem Kind aufrechterhalten und intensivieren können. Sie erhalten Impulse, wie Sie ohne Gewaltanwendung (verbal, psychisch, physisch) elterliche Autorität bewahren und elterliche Präsenz zeigen können.

Sie fühlen sich als Eltern gestärkt, handlungsfähig und nicht allein. Elterncoaching ist lösungsorientiert und sucht nicht nach Fehlern und Schwächen.

Kosten / Zeitaufwand

Die Beratungen sind unentgeltlich. In einem Erstgespräch analysieren wir mit Ihnen die Situation, geben Empfehlungen und Sie entscheiden, was Sie als Unterstützung sinnvoll finden. Gemäss einer individuellen Vereinbarung planen wir das weitere Vorgehen. Wir gehen in der Regel von einer Beratungssequenz von 3 bis 8 Terminen aus.

Kontakt

Andreas Krauer: 052 304 26 66
andreas.krauer@ajb.zh.ch

Caroline Lipp: 052 304 26 65
caroline.lipp@ajb.zh.ch