



AMT FÜR SOZIALE DIENSTE  
FÜRSTENTUM LIECHTENSTEIN

# WIE SCHÜTZE ICH MEIN KIND VOR SUCHT

EIN HANDBUCH FÜR ELTERN



**DU**  
sescht  
**wia!**

[www.duseschtwia.li](http://www.duseschtwia.li)

FL X 8367 A

LIECHTENSTEIN

# INHALT |

VORWORT	7
SUCHTMITTELKONSUM IN LIECHTENSTEIN – ZAHLEN UND FAKTEN	8–11
SÜCHTIG – SCHAUT ABER GAR NICHT SO AUS!	12
Erkennungsmerkmale von Sucht	13
DIE QUAL DER WAHL – WONACH KÖNNEN WIR ÜBERHAUPT SÜCHTIG WERDEN?	14
DIE DROGEN	15–16
LEGALE DROGEN	17
→ Alkohol	18–20
→ Nikotin	21–24
→ Medikamente	24–26
→ Schnüffelstoffe	26–27
→ Natural Drugs   Smart Drugs	28
ILLEGALE DROGEN	29
→ Amphetamine   „Speed“	30
→ Ecstasy	31–32
→ Cannabis   Haschisch   Marihuana	33–35
→ LSD	35–36
→ Kokain	36
→ Heroin [Opiate]	37
→ Im Namen des Gesetzes	38
OHNE DROGEN SÜCHTIG? – VERHALTEN ALS SUCHT	39
→ Fernsehen	40–42
→ Computer   Internet	42–43
→ Essstörungen	43–46
WIE KANN SUCHT ENTSTEHEN?	47
→ Der Gebrauch	48–49
→ Das Ausweichen	49–50
→ Die Sucht	51
SUCHT HAT VIELE GESICHTER – SUCHTVORBEUGUNG AUCH	52
→ Voraussetzungen für eine wirksame Suchtvorbeugung	53
→ Suchtvorbeugung beginnt im Kindesalter	54
→ Kampf den Drogen	54
→ Abschreckung kann das Gegenteil bewirken	54



<b>WAS BRAUCHT IHR KIND ZUM SCHUTZ VOR SUCHT?</b>	55
→ Selbstvertrauen – „Ich-Stärke“	56–59
→ Raum für Gefühle und Bedürfnisse	59–60
→ Grenzen und Regeln	60–61
→ Misserfolge und Enttäuschungen	61–62
→ Konflikte	62–63
→ Kreativität und Fantasie	64–65
→ Genuss	65–66
→ Eine attraktive Umwelt	66–67
<b>ERZIEHUNG BEGINNT BEIM ERZIEHER – SUCHTVORBEUGUNG AUCH!</b>	68–69
→ „Erziehungsratschläge“ eines Kindes	69
→ Vorbild sein	70
→ Ein Leben ohne Sucht – Tipps für Ihre Erziehung	70
<b>SIND JUGENDLICHE BESONDERS GEFÄHRDET?</b>	71
→ Entwicklungsaufgaben im Jugendalter	72–73
→ Warum greifen Jugendliche zu Drogen? Motive für Drogenkonsum bei Jugendlichen	73–74
→ Mein Kind hat sich verändert – besteht Suchtgefahr?	74
→ Woran erkenne ich, dass mein Kind Drogen nimmt?	75
→ Wie verhalte ich mich, wenn ich den Verdacht habe, dass mein Kind Drogen nimmt?	75–77
→ „Mein Kind nimmt Drogen – was kann ich tun?“	77
<b>KENNEN SIE IHR KIND? – EIN FRAGEBOGEN</b>	78–82
<b>„AUFTANKEN“ MIT DEM TANKMODELL</b>	83–86
<b>WAS SIE SCHON IMMER WISSEN WOLLTEN!</b>	87–93
<b>EMPFOHLENE LITERATUR</b>	94
<b>EMPFOHLENE INTERNET-ADRESSEN</b>	95
<b>DIE SUCHTPRÄVENTIONSKAMPAGNE „DU SEHST WIA!“</b>	96–97
<b>DORTHIN KÖNNEN SIE SICH WENDEN!</b>	99