

## Erste Hilfe für's erste Gespräch

Für viele Eltern ist schon die Vorstellung ein Schock: Ein Anruf von der Schule oder der Ausbildungsstätte, dass das eigene Kind beim Kiffen erwischt wurde. Oder Sie entdecken selbst verdächtige Substanzen oder Konsumutensilien (Longpapes, Bong, Vaporizer...) bei Ihrem Kind. Keine Frage, das Thema muss angesprochen werden. Aber wie?

Das Gespräch vorbereiten	Das Gespräch führen
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Planen Sie das Gespräch mit Ihrem Kind genau. In einer akuten Situation müssen Sie zwar gegebenenfalls einschreiten und reagieren. Bedenken Sie aber, dass sowohl Sie als auch Ihr Kind in der Situation emotional aufgewühlt sind. Kündigen Sie also direkt an, dass Sie das Thema zeitnah mit dem Kind aufarbeiten möchten. Dafür können Sie mit Ihrem Kind auch direkt einen geeigneten Zeitpunkt vereinbaren.</li> <li>✓ Informieren Sie sich über die Wirkung von Cannabis, die Konsumgründe und die Risiken. Gehen Sie auch gängige Argumente durch, die den Konsum verharmlosen (z.B. Vergleiche mit Alkohol, Herunterspielen der gesundheitlichen Risiken, Einsatz von Cannabis in der Medizin...) und überlegen Sie sich, wie sie selbst dazu stehen.</li> <li>✓ Überlegen Sie sich, was Sie mit dem Gespräch erreichen wollen. Welche Ziele haben Sie mit dem Gespräch und welche Veränderungen möchten Sie bei Ihrem Kind erreichen? Wo sind Sie selbst Kompromissbereit, was sind Ihre „roten Linien“?</li> <li>✓ Sorgen Sie für das Gespräch für eine geschützte, ungestörte Umgebung (Smartphones ausschalten, keine Unbeteiligten mithören lassen...) und planen Sie ausreichend Zeit ein.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bleiben Sie in dem Gespräch ruhig und positiv und wenden Sie ihre volle Aufmerksamkeit Ihrem Kind zu.</li> <li>✓ Senden Sie „Ich-Botschaften“. Sprechen Sie Ihre Beobachtungen und Sorgen möglichst konkret an.</li> <li>✓ Erfragen Sie die Motivation ihres Kindes zu kiffen. Stellen Sie keine Mutmaßungen an, sondern hören Sie Ihrem Kind zu.</li> <li>✓ Stellen Sie offene Fragen, die nicht nur mit Ja und Nein beantwortet werden können.</li> <li>✓ Seien Sie auch ehrlich, wenn Ihr Kind Sie zu Ihrer Meinung und Ihrer eigenen Beziehung zu Cannabis befragt.</li> <li>✓ Bleiben Sie beim Thema, auch wenn Ihr Kind ausweicht und bagatellisiert. Räumen Sie besser den Raum ein, im Anschluss an das Gespräch auch andere Themen noch zu besprechen.</li> <li>✓ Vereinbaren Sie am besten schriftlich mit ihrem Kind konkrete Ziele. Erarbeiten Sie auch gemeinsam, was Sie und ihr Kind zum Erreichen der Ziele brauchen.</li> </ul> <p><b>Nicht hilfreich sind Schuldzuweisungen, Unterstellungen, Predigten, willkürliche Strafen oder Ultimaten. Drohen Sie ihrem Kind nicht mit der Polizei oder mit anderen Autoritäten. Auch der Besuch einer Beratungsstelle sollte als Angebot formuliert werden, nicht als Strafe.</b></p>

Unterstützung für die Vorbereitung eines Gesprächs mit Ihrem Kind erhalten Sie auch in den **Drogenberatungsstellen in Halle und im Saalekreis:**

[AWO Suchtberatungsstelle Halle-Saalekreis](#)

Trakehnerstr. 20  
06124 Halle (Saale)  
Tel: 0345-8057066

⇒ mit weiteren Standorten in Merseburg und Querfurt, Mücheln und Bad Dürrenberg

[drobs Halle](#)

Moritzzwinger 17  
06108 Halle (Saale)  
Tel: 0345-5170401

⇒ mit Außenstelle in Merseburg

[Evangelische Stadtmission Halle e.V. – Suchtberatungsstelle](#)

Weidenplan 4  
06108 Halle (Saale)  
Tel: 0345-2178138

⇒ mit Außenstellen in Wettin und Landsberg

**Weiterführende Links:**

- [https://www.suchtschweiz.ch/fileadmin/user\\_upload/DocUpload/Cannabis\\_jugendlichen\\_sp\\_rechen.pdf](https://www.suchtschweiz.ch/fileadmin/user_upload/DocUpload/Cannabis_jugendlichen_sp_rechen.pdf)
- <http://dierauchmelder.de/cannabis-tipps-fuer-eltern/>
- <https://www.cannabispraevention.de/eltern/tipps-und-hilfe/ueber-cannabis-reden-auf-augenhoehe/>