

Themenelternabend: Suchtprävention

In Angst- und „Unwohl-Situationen“ können Süßigkeiten helfen, die Situation besser zu ertragen. Wenn häufig Nahrungs- und Genussmittel dazu benutzt werden, unangenehme Situationen, z.B. die Abwesenheit der Bezugsperson besser ertragen zu können, so kann dies zur Gewohnheit, sprich zur Sucht werden.

Alles, was dazu benutzt wird, negative Gefühle abzuwenden, etwas, das man nicht bekommen kann, zu ersetzen, kann zur Sucht werden.

Es kann sich dabei um den Ersatz von Zuwendung, von Geliebt- oder Verstanden werden, von Gefühlen, Körperbewusstsein oder Selbstwertgefühl handeln.

Auch wenn es oft nicht so aussieht: Die tiefere Ursache von süchtigem und auch von aggressivem Verhalten ist das Gefühl der Ohnmacht, dessen Entstehung nach neuesten Erkenntnissen schon in der Säuglingszeit geprägt wird.

Ort: in Ihrer Kita

Zeitfenster: 1 ½ Stunden

Themen:

1. Input:
2. Selbstwirksamkeit
3. Handlungsfähigkeit
4. Nahrungsaufnahme
5. Welche Suchtmittel gibt es im kindlichen Alltag?
6. Woran erkennt man eine Suchtgefährdung?
7. Vorbildfunktion von Erwachsenen
8. Erziehungsstile von Eltern und Erzieher/innen
9. Belastungen, Konflikte