Manchmal sind sie ein Seelentröster in der Not: Gummibärchen. (Fotos: günther gumhold / pixelio.de, privat)

Vom Gummibärchen zum Heroin?

Frühkindlich gelerntes Ausweichverhalten begünstigt Suchtentwicklung

Vom Gummibärchen zum Heroin? Eine zugegebenermaßen ziemlich zugespitzte Formulierung. „Doch frühkindlich gelerntes Ausweichverhalten kann eine Suchtentwicklung begünstigen", erklärt Werner Hübner, Psychologe und Spezialist für Suchtfragen aus Köln. Man sei sich heute darüber einig, dass Drogengefährdung nicht zwangsläufig die Folge einer bestimmten Ursache sei, sondern durch ein Zusammenwirken verschiedener Faktoren ausgelöst werden könne. „Das Thema Suchtgefährdung gewinnt nicht erst an Bedeutung, wenn das jugendliche Probieralter angebrochen ist", sagt Hübner. „Die Weichen für eine derartige Gefährdung werden schon viel früher gestellt – und die Zeichen sind erkennbar."

Werner Hübner.

Das verdeutlicht er seinen Zuhörern im Bonner Kulturbistro „Pauke" mit Geschichten aus dem Alltag, wie sie so oder so ähnlich jeder schon erlebt hat: Ein Kind fällt auf der Treppe, verletzt sich und weint. Mögliche Reaktionen: Man könne das Kind aufheben und in den Arm nehmen. Man könne aber auch sagen „Ist nicht so schlimm" und ihm ein paar Süßigkeiten geben – ein klassisches Ausweichverhalten.

„Die Formen des Ausweichens sind im jeweiligen Lebens- und Entwicklungsalter andere", sagt Hübner. 32 Prozent aller Eltern in Nordrhein-Westfalen würden ihren Kindern bei Schulschwierigkeiten Medikamente geben. Nach den wahren Ursachen – falsche Schulform, zu hohe Erwartungshaltung, Über- oder Unterforderung – frage keiner. Das Gleiche gelte für Erwachsene, die ihre Kopfschmerzen mit Tabletten bekämpfen.

Die Haltung ist entscheidend

Putzen, wenn man sich eigentlich auf eine Prüfung vorbereiten müsste? Einkaufen gehen anstatt die Steuererklärung zu machen? Solches Verhalten kennt wohl jeder. „Die Haltung, mit Schwierigkeiten umzugehen, ist in der Suchtprävention ausschlaggebend", erklärt Hübner.

Der nächste Schritt ist dann die Gewohnheit: das Glas Bier am Abend oder die Zigarettezum Kaffee am Morgen. Darauf folgt im dritten Schritt die Abhängigkeit, und von dort ist es nur noch ein schmaler Grat zur Sucht. „In Schritt drei kann ich das, was mich steuert, noch zeitlich positionieren. Ich kann mit dem Suchtmittel noch arbeiten", erklärt Hübner. Das gehe im Stadium der Abhängigkeit nicht mehr. „Da habe ich keine Kontrolle mehr über das Suchtmittel." Sucht entsteht also nicht plötzlich, sondern „unauffällig und banal". Wann die Abhängigkeit in Sucht umschlägt, sei nicht voraussehbar.

Eltern könnten jedoch eine ganze Menge dafür tun, um ihre Kinder stark zu machen, sagt Hübner. Wenn sie konsequent seien und beispielsweise im Supermarkt nicht jedem Quengeln nachgeben, lernt das Kind, auch einmal Frust auszuhalten. Aber auch, wenn es um die tägliche Zeit vor dem Computer geht oder wenn Kinder unbedingt neue Turnschuhe haben möchten, weil sie meinen, sonst in der Schule als Außenseiter zu gelten, sollten Eltern sich diesen Diskussionen stellen. „Ob sie die Schuhe dann kaufen, ist sekundär." Das Kind wird auf diese Weise konfliktfähig, es lernt Formen der Auseinandersetzung kennen und erfährt, wie es ist, auch mal eine Niederlage einzustecken. „Das ist etwas, was Ihr Kind stark macht", sagt Hübner. Und das sei schließlich auch ein Bollwerk gegen Suchtmittel. ALMUD SCHRICKE