

# PSYCHOSOZIALE GESUNDHEITSFÖRDERUNG DURCH RESSOURCEN UND BEZIEHUNG STÄRKEN

## IM FOKUS: ALLES OKAY - BROSCHÜRE

Der optimale Zeitpunkt um mit Suchtprävention zu beginnen, ist im Kindesalter. Auch wenn dies ungewöhnlich klingen mag, so ist das Ziel, problematisches Suchtverhalten gar nicht erst entstehen zu lassen. Die Beziehung zwischen Bezugsperson und Kind spielt hierfür eine tragende Rolle. Respekt, Wertschätzung, einfühlsame Begleitung sowie Offenheit gegenüber den Interessen und Bedürfnissen des Kindes sind essenziell, um eine tragfähige Beziehung zu entwickeln. So können sich wichtige Lebenskompetenzen entwickeln – beispielsweise der Umgang mit Gefühlen und Bedürfnissen.

Kinder bringen ihre Gefühle meist ungefiltert zum Ausdruck. Und genau dann sollten sie nicht von ihren Gefühlen und Emotionen abgelenkt werden. Stattdessen benötigen sie ehrliches Interesse an ihren Empfindungen. Sie müssen sich auseinandersetzen dürfen, andernfalls können keine Bewältigungsstrategien erlernt werden und Gefühle/Empfindungen werden ausgeklammert oder verdrängt. Auf Dauer kann dies in späteren Jahren eine Abhängigkeitserkrankung begünstigen.

Die Broschüre „Alles Okay?“ soll Eltern, Bezugspersonen aber auch Interessierten als Unterstützung und auch Orientierung dienen. Mit Inhalten von „Suchtvorbeugung im Kindesalter“, über „Spielerisch lebenskompetent werden“ bis hin zu „Kaufverhalten“ und „Digitale Medien“, gibt die Broschüre einen komprimierten Überblick, in welchen Lebensbereichen suchpräventiv gehandelt werden kann.

Die Broschüre ist kostenfrei auf der Homepage der Fachstelle Suchtprävention Burgenland als Download verfügbar.



QR-Code:  
**Alles Okay - Broschüre**



**Fachstelle Suchtprävention:**  
<https://www.soziale-dienste-burgenland.at/suchtpraevention/>

*Kinder machen nicht das, was wir sagen, sondern das, was wir tun.*  
*Jesper Juul*

