

# Angebote für Eltern

## Information und Beratung

Wenn Sie sich Sorgen um Ihr Kind machen und Fragen zum Suchtmittelkonsum oder zur Computernutzung oder zum Essverhalten haben und wenn Sie unsicher sind, wie Sie sich verhalten sollen, helfen wir durch:

- vertrauliche Beratung am Telefon.
- persönliche Beratungsgespräche, gern auch gemeinsam mit Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn.

## Stufen-Elternabende z.B. zu folgenden Fragen:

- Welche Drogen sind „in“?
- Was sind Shishas, Bongs, was bedeutet Binge-Drinking?
- Was ist der Unterschied zwischen Konsum und Sucht?
- Wie viele Stunden am Tag darf mein Kind Computerspielen?
- Ab wann sollte ich mir Sorgen machen und wie verhalte ich mich richtig?
- Was können Eltern vorbeugend tun?

Diese Elternabende werden in der Regel gemeinsam mit Elternvertretern vorbereitet.

## Anlassbezogene Klassen-Elternabende

Bei akuten Vorfällen mit Suchtmitteln/  
Drogen in der Schule/auf Klassenreisen bieten wir Unterstützung durch die zeitnahe Durchführung eines Elternabends an.



## Systemisches Elterncoaching

Rückzugsverhalten, provokantes und aggressives Auftreten von Kindern und Jugendlichen im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum und übermäßiger Mediennutzung können Eltern an ihre Grenzen bringen. Daraus entstehen nicht selten dauerhafte Machtkämpfe, die zu Erschöpfung, Hilf- und Ratlosigkeit führen.

Durch Erarbeitung konkreter Handlungsschritte werden Eltern darin unterstützt, aus den zunehmenden häuslichen Streitereien auszusteigen und die Beziehung zum eigenen Kind wieder zu verbessern.

## Monatlich stattfindende Elterngruppe

Wenn Eltern nicht mehr weiter wissen, den Austausch mit anderen Eltern suchen und Hilfe zur Selbsthilfe möchten, unterstützt Sie das SPZ mit einer angeleiteten Elterngruppe.



Alle Angebote sind kostenlos.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf.  
Per Telefon: 040-42 88 42-911 oder per  
E-Mail unter: [spz@bsb.hamburg.de](mailto:spz@bsb.hamburg.de)

Beachten Sie auch unsere weiteren  
Angebote unter [www.li.hamburg.de/spz](http://www.li.hamburg.de/spz)



**SuchtpräventionsZentrum SPZ**

Abteilung Beratung am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung  
Besucheradresse: Hohe Weide 16, 2. Stock, 20259 Hamburg

