sucht- und jugendberatung
INGELHEIM

Suchtmittel-Verteufelung oder Verharmlosung

Welche Orientierung brauchen Kinder und Jugendliche ?

Was können Eltern tun ?

Suchtpräventionsveranstaltung für weiterführende Schulen

sucht- und jugendberatung
INGELHEIM

Georg-Rückert-Str. 24

sucht- und jugendberatung
INGELHEIM

Das Beraterteam

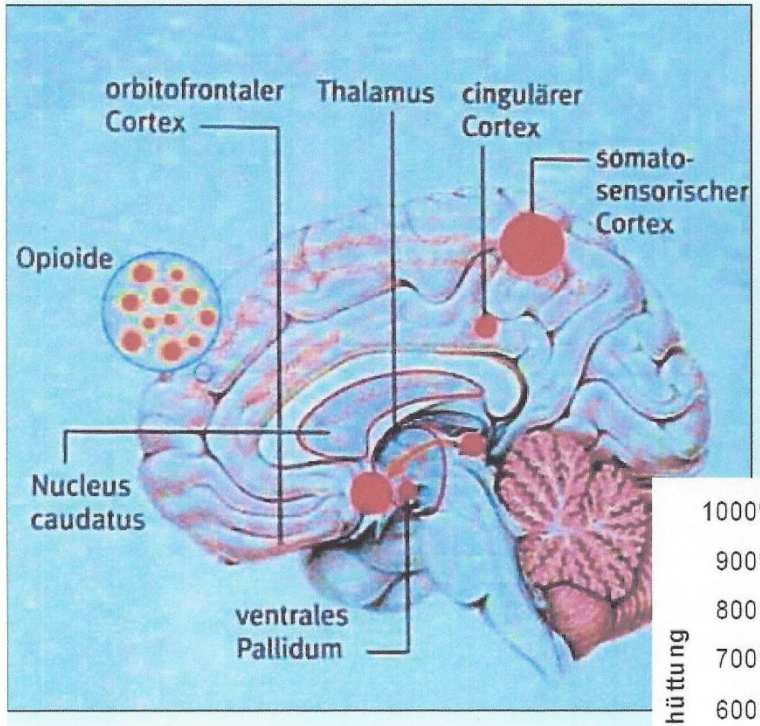
- **Matthias Trost (Leitung)**
  - **Dipl.-Sozialpädagoge**
  - **Systemischer Berater/Therapeut**

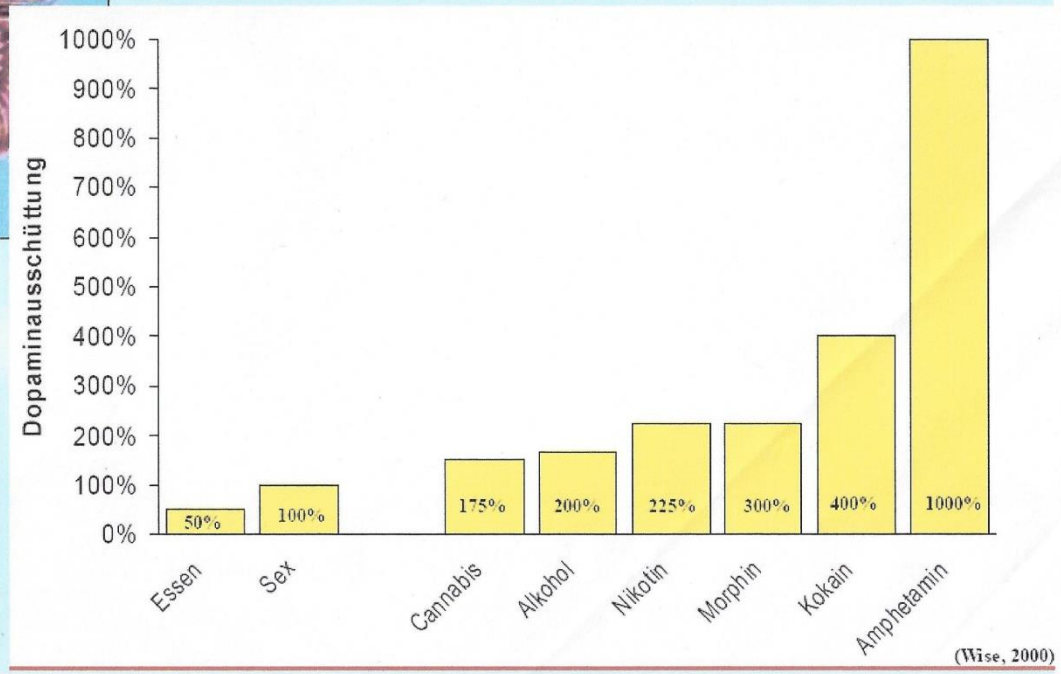
- **Barbara Tillmann**
  - **Dipl.-Pädagogin / Paar- und Familientherapeutin**

- **Sandra Rösel**
  - **Dipl.-Sozialpädagogin / Sozialtherapeutin**

- **Daniel Fauth**
  - **Dipl.-Sozialpädagoge / Systemischer Berater**

Dopaminausschüttung im Belohnungssystem





Alkohol

- Deutschland: 1,3 Mill. Alkoholabhängigkeit
- 74.000 sterben jährlich (DHS 2017)
- Alle Gesellschaftsschichten
- Verlust des Arbeitsplatzes
- Psych. Belastungen der Familienmitglieder/ Freunden
- Schädigung des Ungeborenen/ Kindes

Absehbar gesundheitsschädlich

- für Frauen ab etwa 13g reinem Alkohol/täglich
- für Männer ab etwa 25g reinem Alkohol/täglich

Alkohol

- Rückgang des regelmäßigen Alkoholkonsums bei Jugendlichen (12-17 J.)
- 14,2 %: Anteil der Jugendlichen, die regelmäßig – also mindestens einmal pro Woche – Alkohol konsumieren
- Erster Alkoholrausch mit 15,9 J.

Quelle: BZgA 2010/2011

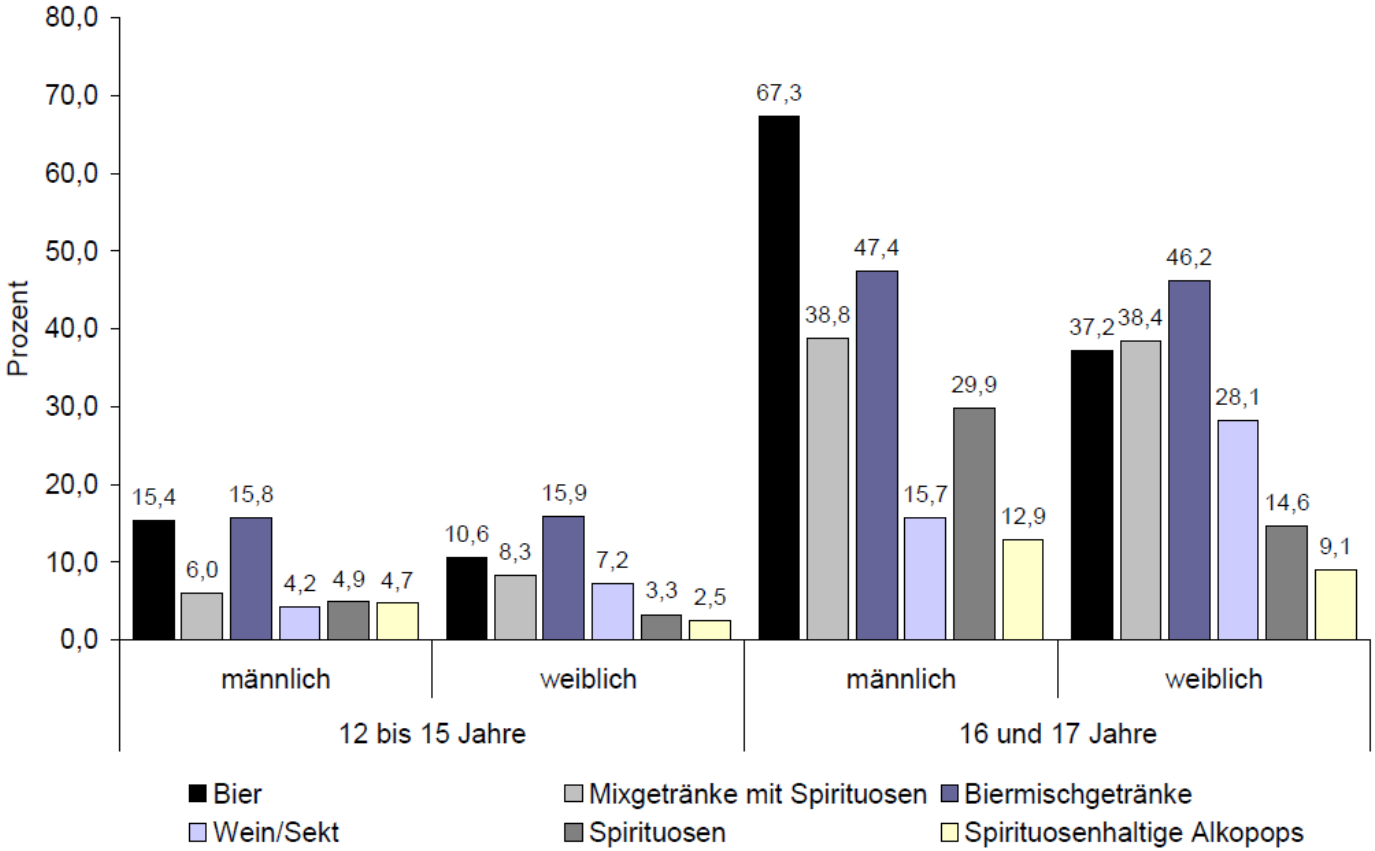
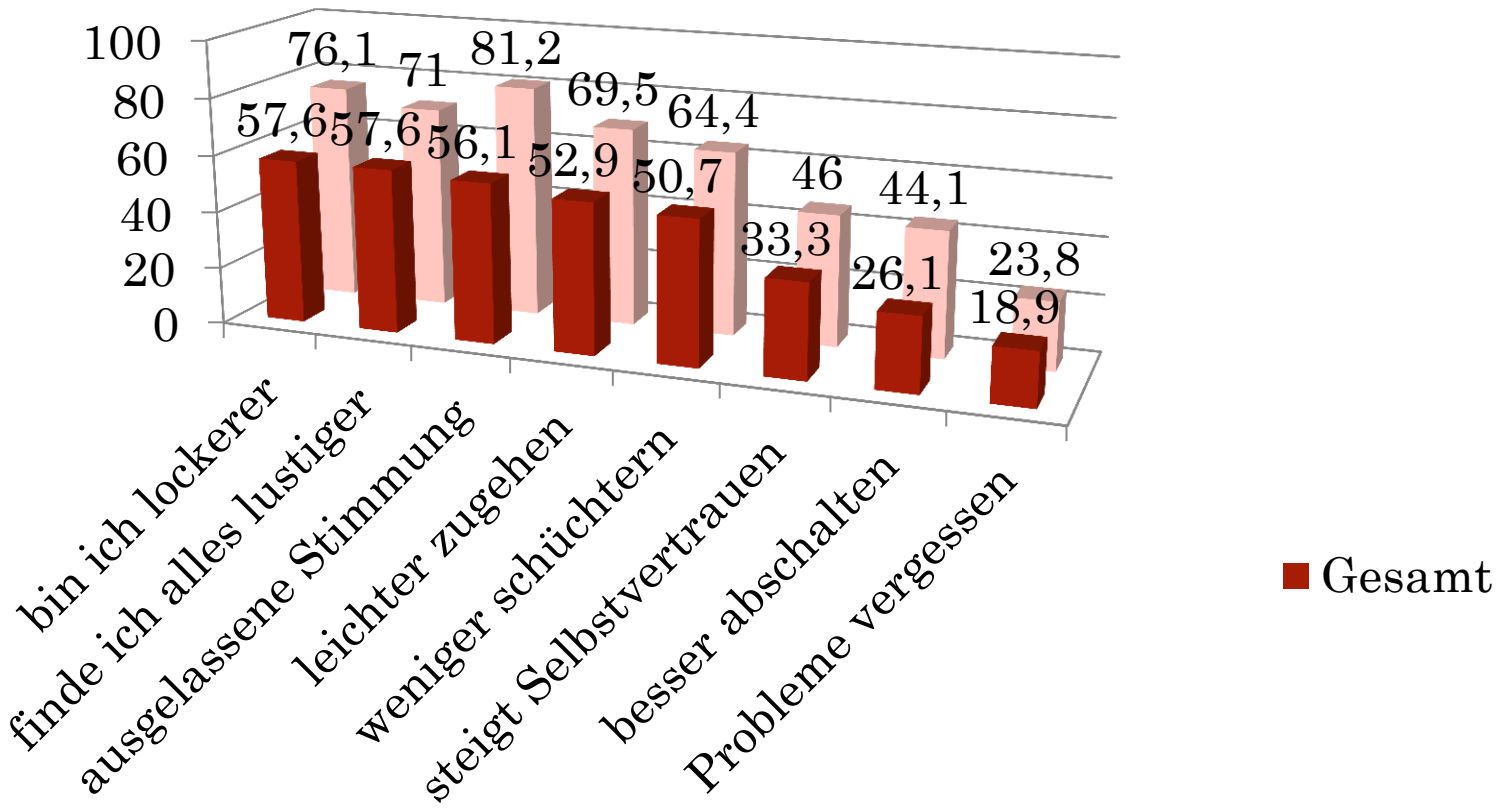


Abbildung 3: Getränkespezifische Anteile derjenigen, die das jeweilige Getränk mindestens monatlich konsumieren bei 12- bis 15-jährigen und 16- und 17-jährigen Jugendlichen nach Geschlecht im Jahr 2010

Quelle: BZgA 2010

Positive Wirkerwartung



(BZGA Studie 2010)

Aussagen von Jugendlichen

- … da bin ich wer!
- … da kann ich Befehle geben!
- … da bekomme ich Aufmerksamkeit!
- … da ist wenigstens jemand!
- … da kann ich alles kontrollieren / bestimmen!
- … da passiert wenigstens etwas, das ist nicht so langweilig!
- … da vergesse ich den Ärger!
- … da kann ich abtauchen / abschalten!
- … da kann ich meine Wut / meinen Frust abbauen!

Alkohol: Fakten

- Alkohol ist ein Zellgift, schädigt bereits in geringen mengen Körperorgane und Nervenzellen
- Jugendliche anfällig, da Reifung des Gehirns
- Beeinträchtigung von: Sehvermögen, Gehörsinn, Geruchssinn, Bewegungskoordination, Reaktionsgeschwindigkeit
- Widerstand gegen weiteren Konsum sinkt und Risikobereitschaft steigt
- Ermüdungserscheinungen und Konzentrationsstörungen treten auf

Modedroge Spice

- Synthetisch hergestelltes Cannabinoid (Chemikalie JWHO18)
- Substanz wird vor allem in der Arzneimittelbranche eingesetzt
- Räuchermischung/ Räucherstäbchen
- Mögliche Folgen:
  - Kreislaufprobleme, Herzrasen, Halluzinationen, Angst
- Fällt unter Betäubungsmittelgesetz

Shisha-Rauchen

- Deutliche Zunahme unter Jugendlichen
- 38% der 12-17 J. mindestens 1x geraucht
- 14 % in den letzten 30 Tagen

- Inhalt:
  - Tabak, Melasse, Glycerin ,Aromastoffe

- Schadstoffe:
  - Arsen, Chrom, Kobalt, Blei, Teer, Nickel

Shisha

Wirkungsweise

- Macht träge und müde
- Leichte Rauschzustände
- Schwindel und Übelkeit, da
- Unterversorgung mit Sauerstoff

Gesundheitliche Folgen

- 69 von 4000 Bestandteile des Shishatabaks krebsauslösend
- Verschlechterung der Lungenfunktion
- Durch Kühlung tieferes Inhalieren, dadurch
- Schädigung tieferer Lungenbereiche
- Suchtpotenzial durch Nikotin
- Übertragungsgefahr durch Herpes, Hepatitis, Tuberkulose, Heliobacter-pylori (Geschwüre im Magen-Darmtrakt)

Was ist Cannabis ?

- Hanfpflanze: Cannabis Sativa
- Weibliche Hanfpflanze
  - Gepresstes Harz = Haschisch (5-15 % THC-Gehalt)
  - Getrocknete Zweigspitzen und Blüten = Marihuana oder auch Gras (1-7 % THC-Gehalt)
- Wirkstoff THC = Tetrahydrocannabinol

Cannabis-Pflanze

Haschisch

Marihuana

Cannabis

Haschischplatte
in Leinenbeutel
mit Stempel
Cannabis
Hanfsamen
Marihuana
-brocken
Haschisch-
-kugeln
-stangen

Zahlen Cannabis

- Von 1984 - 2004 stetiger Anstieg (12-17 J.)
- Ab 2004 - 2011 deutlicher Rückgang
- 0,8% regelmäßiger Konsum
- 1,9 % mindestens 1x in den letzten 30Tagen
- Konstanter Anteil von Jugendlichen, die regelmäßig Cannabis konsumieren

(BZGA Studie 2011)

Konsumformen von Cannabis

- Häufigste Konsumform ist das Rauchen von Cannabis mit Tabak vermischt als sog. „Joint“ oder „Tüte“
- Rauchen in speziellen Pfeifen (Wasserpfeifen etc.)
- Seltene Konsumform ist die Zugabe zu Getränken (z.B. Tee) und Speisen (z.B. Kekse oder Kuchen)

Wie wirkt Cannabis ?

- Entspannend, Euphorisierend, Sensibilisierend
- Wirkungsbeginn: nach einigen Minuten
- Wirkungsdauer je nach Dosierung 1-4 Stunden
- Nachweisbarkeit: bis zu 30 Tagen und länger

Cannabis-bezogene Störungen

- Wahrnehmungs- und Konzentrationsstörungen
- Antriebsminderung
- Angst , Panik, Orientierungsverlust
- Alptraumhafte halluzinationsähnliche Erlebnisse
- Flashbacks

Typische Entzugssymptome

- Schlafprobleme und wirre Träume
- Appetitminderung
- Schwitzen, Muskelzittern, erhöhte Temperatur, Kopfschmerzen
- Nervosität, Unruhe
- Angst, Depressionen
- Durchfall, Magenprobleme, Übelkeit, Erbrechen
- Aggressivität

Gefahren des Cannabiskonsum

- Psychische Abhängigkeit
- Depressiver Rückzug
- Große Antriebsschwäche
- Gleichgültigkeit gegenüber sich und seiner Umwelt
- „Flash-Back“ Phänomene
- Psychiatrische Erkrankungen (Drogeninduzierte Psychosen)

Juristische Aspekte / Cannabis

- Umgang mit Cannabis ist grundsätzlich illegal, d.h. strafbar
- Verfahren wird eingeleitet, wenn jemand mit Cannabis angetroffen wird

- Staatsanwaltschaft stellt in der Regel das Verfahren ein

  (§ 31a BtMG) bei :
  - Geringe Menge (10 g)
  - Eigenbedarf
  - Keine Fremdgefährdung

Suchtmerkmale

- Starker, übermächtiger Wunsch/ Zwang Suchtmittel zu konsumieren
- Verminderte Kontrollfähigkeit bezüglich Beginn, Beendigung, Menge des Konsums
- Körperliches, psychisches Entzugssyndrom bei Reduktion oder Beendigung des Konsums
- Toleranzentwicklung
- Vernachlässigung anderer Interessen
- Konzentration ausschließlich auf den Konsum
- Fortgesetzter Konsum trotz negativer Folgen

Jugendliche Entwicklungsaufgaben
wenn Kinder anders werden …

- Ablösung vom Elternhaus
- Neuer Umgang mit Grenzen
- Finden einer sexuellen Identität
- Partnerfindung, Anerkennung
- Schulische und berufliche Orientierung
- Kluger Umgang mit Suchtmitteln
- Orientierung an Gleichaltrigen und erwachsenen Rollenmodellen

Risikofaktoren

- Geringes Selbstwertgefühl, Stressbewältigung, Frustrationstoleranz, Konfliktlösefähigkeiten
- Einsamkeit, fehlendes Urvertrauen, Trauma
- Familiäre Konflikte, emotionale Kälte der Eltern
- Zu wenig, zu harte, unklare Grenzziehung
- Abhängigkeit, psych. Erkrankung der Eltern
- Zerrüttetes Elternhaus, Armut
- Konsumierende Vorbilder z.B. Eltern, Freunde, Stars
- Gruppendruck, Schulversagen, Schulangst
- Unklare Lebensperspektiven, Zukunftsängste

Resilienzfaktoren

- Wertschätzung und Anerkennung durch die Eltern
- Gute Beziehungs-Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit
- Positives Selbstwertgefühl, Vertrauen in die Selbstwirksamkeit
- Gute Problemlösefähigkeit, Wertebewusstsein
- Risikobewusstsein, Frustrationstoleranz
- Genussfähigkeit, gute Stressbewältigung
- Erfolgserlebnisse, Anerkennung
- Soziale Netzwerke

Was können Eltern tun?

- Suche des Heranwachsenden nach:
- Bindung, Autonomie, Zugehörigkeit, Verlässlichkeit, Respekt und elterliche Autorität
- Eltern als Vorbilder, die sich Problemen stellen und lösen
- Eltern als achtsame und geduldige Begleiter
- Eltern, die Fehler eingestehen

Was können Eltern tun?

- Eltern, die Konflikte und Disharmonie aushalten
- Eltern, die in Kontakt bleiben
- Eltern, die loben, ermutigen und wertschätzen
- Eltern, die erlauben Dinge auszutesten
- Eltern, die verbunden bleiben, aber keine Verbündete sind

Was können Eltern tun?

- Eltern, die realistische Ziele verfolgen
- Eltern, die Ausdauer und Frustrationstoleranz einfordern
- Eltern, die Kinder ermutigen Probleme zu lösen
- Eltern, die Grenzen setzen
- Eltern, die konsequent ihre Erziehungsziele im Auge behalten und verfolgen

G.U.T.E.S. T.U.N.

Was Eltern vorbeugend tun können…

- **G.** Gesprächsfaden halten
- **U.** Unabhängigkeit unterstützen
- **T.** Teilnehmen lassen
- **E.** Erfolge herausstellen
- **S.** Selbstwertgefühl fördern

- **T.** Toleranzgrenzen zeigen
- **U.** Unternehmungen fördern
- **N.** Nähe-Distanz balancieren

(Kaufmann, Berlin)

Kontakt

sucht- und jugendberatung
INGELHEIM

Sucht- und Jugendberatung Ingelheim
Georg-Rückert-Str. 24
55218 Ingelheim

Tel.: 06132 - 622002-0
Fax : 06132 - 622002-22

www.sucht-undjugendberatung.de
b.tillmann@sucht-undjugendberatung.de