



Die folgenden Abschnitte bieten Ideen für die weiterführende Arbeit mit den KiB-Fragenbögen. Veranstaltungen über Sucht und Drogen dürfen nicht auf der Ebene reiner Informationsvermittlung stehen bleiben. Es geht darum, die Verbindung zur Lebenswelt der Teilnehmer herzustellen und Diskussionen über die unterschiedlichen und miteinander verbundenen Aspekte des Themas anzuregen. Unsere Erläuterungen setzen an diesem Punkt an. Für eine einfache und übersichtliche Bearbeitung unterscheiden wir vier Schwerpunkte:

- (1) Sucht und Abhängigkeit
- (2) Legale Drogen
- (3) Illegale Drogen
- (4) Stoffungebundene Süchte

Grundsätzliches Ziel der Diskussionen ist es jeweils, bereits vorhandenes Wissen gemeinsam aufzuarbeiten und gegebenenfalls zu korrigieren. Weiterhin sollen die Jugendlichen angeregt werden, das eigene Konsumverhalten zu reflektieren. So wird einem schädlichen Missbrauch am nachhaltigsten entgegengewirkt.

(1) Sucht und Abhängigkeit

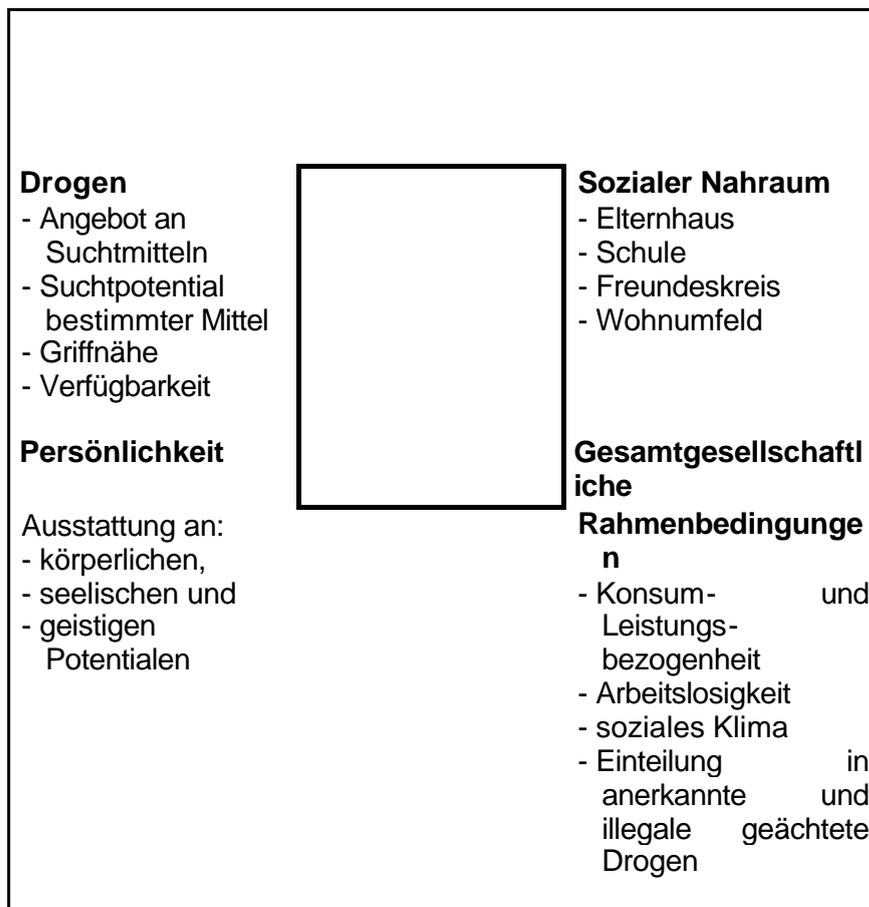
Die Thematik *Sucht und Abhängigkeit* bietet den allgemeinen und vielschichtigen Rahmen für alle Fragebögen.

Anhand der Materialien werden verschiedene Themen behandelt:

- (a) Grenze Genuss – Missbrauch – Abhängigkeit
- (b) Wege in eine Sucht
- (c) Abgrenzung verschiedener Süchte

(a) Die Grenzen zwischen **positivem Genuss und gefährdendem Missbrauch** sind fließend. Um eine Ordnung in die Begriffe zu bekommen, lassen sich eigene Definitionen für Genuss, Missbrauch und Abhängigkeit erarbeiten. Zur Veranschaulichung kann der Diskussionsleiter anschließend ausgedachte Situationen mit den Teilnehmern erörtern: *Eine Frau (55 Jahre) raucht seit 35 Jahren und behauptet, jederzeit mit dem Rauchen aufhören zu können. / Eine 14jährige Schülerin zählt alle Kalorien, die sie zu sich nimmt und passt auf, dass sie täglich nicht über 1000 Kalorien kommt.* In einem Gesprächskreis, in dem sich die Teilnehmer gut kennen, ist es auch möglich, selbst erlebte Situationen zu beschreiben und einzuschätzen. Hierbei soll gelernt werden, nicht jeden gleich abzustempeln. Gerade an den fünf Trinkertypen (nach Jellenik) wird deutlich, dass nicht Abhängigkeit gleich Abhängigkeit ist. Es muss eben nicht so sein, dass ein Alkoholiker jeden Tag völlig betrunken ist. Zur Erarbeitung des Begriffes **Abhängigkeit** muss physische und psychische Abhängigkeit voneinander abgrenzen werden. Auch die Co- Abhängigkeit sollte nicht vergessen werden. Häufig unterstützt das Verhalten des sozialen Umfelds die Sucht eines Freundes oder Familienangehörigen durch das Erfinden von Ausreden oder die Leugnung der Abhängigkeit. Diese Diskussion leitet zu der Frage über, wie Menschen mit ihrem eigenen Verhalten suchtkranke Menschen unterstützen.

(b) Der **Weg in eine Sucht** hat viele Ursachen. Vier verschiedene Ebenen können im Zusammenspiel Suchtverhalten auslösen: die Droge, die Persönlichkeit des Individuums, das soziale Milieu und die gesamtgesellschaftlichen Rahmenbedingungen. In der Diskussion muss sowohl die Vielschichtigkeit innerhalb der einzelnen Kategorien sowie ihre gegenseitige Vernetzung veranschaulicht werden. In anderen Worten: Wenn Zigaretten in der elterlichen Wohnung liegen, muss das Kind nicht anfangen zu rauchen. Sieht das Kind bei den Eltern aber entsprechendes Verhalten (Vorbildwirkung), so erhöht sich die Wahrscheinlichkeit eines späteren Konsums. Um die Praxis in das Gespräch einfließen zu lassen, können Situationen zusammengetragen, in denen sich die Jugendlichen befunden haben, als ihnen Suchtmittel angeboten wurden, bzw. in denen sie Suchtmittel konsumiert haben. *Welche Gründe hatten die Jugendlichen, die Stoffe abzulehnen bzw. anzunehmen? Würden sie sich rückblickend heute wieder so entscheiden?*



(c) Als drittes hat sich bewährt, die **verschiedenen Süchte** voneinander abzugrenzen. Sie lassen sich in stoffgebundene und stoffungebundene Süchte unterscheiden. Um die Vielfältigkeit zu verdeutlichen, kann eine Ideensammlung an die Tafel gebracht werden. Ebenso bieten spielerische Elemente einen Weg, die große Anzahl der verschiedenen Süchte zu erarbeiten. Zu Beginn der Stunde lassen sich beispielsweise Klebezettel an die Teilnehmer verteilen, die erraten werden müssen. Die Kinder und Jugendlichen versuchen dann, „ihre Sucht“ durch Frage- und Antwortspiele herauszufinden.

(2) Legale Drogen

Legalität darf nicht mit Gefahrlosigkeit verwechselt werden. Aus diesem Grund muss den legalen Drogen genauso ernsthaft begegnet werden, wie den illegalen Drogen.

Verschiedene Fragestellungen bieten einen Ansatzpunkt, um

- (a) stoffkundliche Grundlagen zu vermitteln,
- (b) die Gefahren der legalen Droge zu verdeutlichen und
- (c) die Gründe für den Konsum legaler Drogen herauszustellen.

(a) Wird über legale Drogen gesprochen, werden meist Alkohol und Nikotin genannt. Medikamente, Koffein, sowie Schnüffelstoffe werden dagegen oft außer Acht gelassen. Bevor auf die **stofflichen Grundlagen** eingegangen wird, lohnt sich auch hier eine Aufstellung aller legalen Drogen.

In den Diskussionen sollte der Schwerpunkt auf Alkohol und Nikotin liegen. Das Thema Rauchen bietet außerdem die Gelegenheit, auf weitere Schadstoffe einer Zigarette, sowie deren Wirkungsweise auf den Körper einzugehen. Hier sind vor allem die Teerstoffe und das Kohlenstoffmonoxid zu berücksichtigen. Auch beim Thema Alkohol darf die Wirkungsweise auf den Körper nicht vernachlässigt werden. Vor allem die Frage nach einer risikoarmen Alkoholmenge ist in dem Sachverhalt interessant. *Wo liegt die risikoarme Menge bei Erwachsenen? Gibt es überhaupt eine risikoarme Alkoholmenge bei Kindern?* Zu berücksichtigen sind hier sowohl die Entwicklung von Kindern wie auch die altersspezifische Auswirkung des Alkohol-Konsums. Es bietet sich auch die Möglichkeit, über die immer populärer werdenden „Alcopops“ zu diskutieren.

(b) Die körperlichen Konsequenzen des Konsums sind eng mit den weiterführenden Folgen verknüpft. Als Einstieg können hier beispielsweise Statistiken herangezogen werden, die im „Jahrbuch Sucht“ dargestellt sind. In unseren Veranstaltungen haben wir die Zahlen auch oft zunächst erraten bzw. zuordnen lassen. Die **Gefahren legaler Drogen** werden von den Schülerinnen und Schülern meist unterschätzt.

Als Folge sind vor allem körperliche Schäden zu nennen. Hier ist die Einteilung in kurzfristige und langfristige Schädigungen sinnvoll. Darüber hinaus kann nochmals die Abgrenzung zwischen Genuss, Missbrauch und Abhängigkeit besprochen werden.

Neben den körperlichen Konsequenzen, sollen sich die Jugendlichen mit den finanziellen sowie juristischen Folgen auseinandersetzen. Vor allem bei Zigaretten kann das Gespräch auf die Tabaksteuern und deren ständige Erhöhung gelenkt werden. Diese Debatte wird von Jugendlichen gerne aufgenommen und führt zu weiteren Fragen: *Ab wann sagt jemand, dass er aufhört zu rauchen? Könnte die Person aufhören? Bräuchte sie Hilfsmittel?* Juristisch gesehen, können aktuelle Fälle aus den Medien heran gezogen werden, so z. B. die abgewiesene Klage auf Schadensersatz vom November 2003, die Wolfgang Heine gegen den Reemtsma-Konzern eingereicht hatte.

(c) **Gründe für den Konsum legaler Drogen** gibt es viele. Schon allein das heutige Bild unserer Spaßgesellschaft bietet einen Ansatzpunkt für Diskussionen. *In wieweit spielt Alkohol bei Feiern eine Rolle? Warum gehören Alkohol und Zigaretten zu unserem Alltag? Was sind Gründe mit dem Rauchen anzufangen?* Möglicherweise können Jugendliche von Gleichaltrigen berichten, die keinen Alkohol trinken und welche Gründe sie dafür angeführt haben. Interessant ist hier die Stellung der Jugendlichen untereinander. Die einen schätzen den „Abstinenzler“ möglicherweise als Außenseiter ein, die anderen verstehen seine Gründe.

(3) Illegale Drogen

Über illegale Drogen liest, hört und sieht man fast täglich kritische Berichte in den Medien. Doch anstatt aufzuklären, wird oftmals Angst und Schrecken verbreitet. Mit Hilfe der Fragebögen kann das breite aber oftmals nur oberflächliche Wissen der Jugendlichen sachgerecht vertieft werden.

Es werden:

- (a) stoffkundliche Grundlagen
- (b) Folgen des illegalen Drogenkonsums sowie
- (c) indirekte Gefahren, die nach dem Drogenkonsum auftreten können, erarbeitet.

(a) Die Zahl der illegalen Drogen ist groß. Für den gleichen Stoff lassen sich oft verschiedene Synonyme finden. Mit Hilfe einer Tafelsammlung können Bezeichnungen zusammengetragen und entsprechend geordnet werden. Zur Diskussion der **stoffkundlichen Grundlagen** bietet es sich an, die Stoffe entweder nach ihrer Wirkungsweise (Sedativa, Halluzinogene, Analeptika) oder nach ihrer Entstehung (synthetisch / halbsynthetisch / nichtsynthetisch) zu gliedern. Vor allem beim Cannabis müssen die verschiedenen Begrifflichkeiten geklärt werden, da hier erfahrungsgemäß die meisten Synonyme im Umlauf sind.

Ausgehend vom Stoff, wird gemeinsam mit den Jugendlichen das Aussehen erarbeitet bzw. aus dem Vorwissen / den Erfahrungen der Jugendlichen berichtet. Im Mittelpunkt stehen außerdem die Abhängigkeitsgefahren einzelner illegaler Drogen und deren negative bzw. positive Wirkungen.

(b) Wie auch bei den legalen Suchtmitteln sind Wirkung und **Folgen des illegalen Drogenkonsums** eng miteinander verknüpft und lassen sich nur schwer trennen. Das trifft besonders auf die körperlichen Folgen zu. An diesem Punkt schließt die Diskussion um die gefährlichen Konsequenzen der Abhängigkeit an. Meist besteht außerdem Klärungsbedarf in Bezug auf die Arten der Abhängigkeit (physisch / psychisch), die illegale Drogen erzeugen und den möglichen Therapieverlauf. Weiterhin sind Gefährdungen durch Folgekrankheit zu benennen.

Diese körperlichen Folgen lassen sich gegenüber finanziellen, sozialen sowie juristischen Aspekten abgrenzen: *Was bedeutet es z. B. für einen Heroinabhängigen, finanziell und sozial, seinen Stoff zu beschaffen? Oftmals ist mit einer Abhängigkeit ein sozialer Abstieg verbunden. Kann man sich selbst vorstellen, in eine solche Lebenslage zu kommen? Welche Gründe können dafür verantwortlich sein? Warum muss der kiffende Beifahrer auch mit einem Entzug des Führerscheins rechnen? Welche rechtlichen Ansichten liegen dieser Entscheidung zu Grunde?* (Vgl.: Betäubungsmittelgesetz / BtmG § 29 ff.)

(c) **Begleitende Gefahren** geraten – ähnlich wie die Co-Abhängigkeit – schnell aus dem Blick. Sie entstehen u. a. aus dem Mischkonsum mehrerer Drogen (illegal \neq illegal, legal \neq illegal) bzw. der mehrmaligen Einnahme eines Stoffes innerhalb kurzer Zeitabstände (Ecstasy, Cannabisekse). So verstärken bspw. mehrere Ecstasy- Pillen nicht die erhoffte Wirkung. Andererseits besteht die Gefahr einer Überdosierung bei Cannabiseksen. *Welche biologischen Vorgänge im Körper eines Menschen sind dafür verantwortlich?* Weitere Gefahren sind der so genannte „Flashback“ beim Konsum von LSD, aber auch die Wirkungen einzelner halluzinogener Drogen. Die Gründe dafür geben eine gute Diskussionsgrundlage ab. Aber auch Beschaffungskriminalität, Psychosen bzw. psychische Erkrankungen, Suizidgefahr und der Verlust des sozialen Nahraumes müssen diskutiert werden.

(4) Stoffungebundene Süchte

Stoffungebundene Süchte sind auf den ersten Blick oft „unsichtbar“. Sie begegnen uns aber genau wie die stoffgebundenen Süchte im Alltag. Nur werden die Augen vor der Wahrheit oft verschlossen.

Viele Suchtkranke bzw. Suchtgefährdete sind aber auch bestrebt ihre Probleme zu verschleiern. Das wird einem Spielsüchtigen wahrscheinlich leichter fallen als einem Regeltrinker. Wichtig ist

Im Verlauf der Diskussion sollen

- (a) der Begriff stoffungebundene Süchte definiert,
- (b) versteckte Gefahren herausgearbeitet und
- (c) das eigene Verhalten / der eigenen Konsum reflektiert werden.

(a) Auf Grund der großen Zahl stoffungebundener Süchte, ist es schwer einen **einheitlichen Begriff zu definieren**. Die Vielfalt kann wieder spielerisch oder diskutierend mit den Jugendlichen gemeinsam erarbeitet werden. Auf diesen Wegen gelingt es, einen Überblick zu vermitteln, ohne die Perspektive der Teilnehmer vorschnell einzuengen.

(b) Auch die **begleitenden Gefahren**, die mit stoffungebundenen Süchten einhergehen, werden oft übersehen. Abgesehen von diversen Essstörungen werden solche Süchte vielerorts nicht als Krankheit anerkannt. Umso bedeutsamer sind die Fragen: *Wie sieht es mit Arbeitssucht, Spielsucht etc. aus? Welche Gefahren gehen von diesem unbekanntem Teil unseres Lebens aus? Welche Folgen haben sie auf das Leben eines Menschen?*

Bei diesem Thema sollen vor allem Esssüchte mit all ihren Erscheinungsformen angesprochen werden. Gemeinsam mit den Jugendlichen arbeitet man verschiedene Anzeichen dieser Krankheiten. Auch hier lassen sich Fragen anschließen: *Was sind Erkennungsmerkmale einer Bulimie? Ist jeder dünne Mensch auch magersüchtig? Mit welchen Mitteln verstecken Menschen ihre Krankheit vor der Außenwelt?* Im Laufe der Diskussion wird es viele überraschen, dass jährlich mehr Tote durch Magersucht zu verzeichnen sind, als durch illegale Drogen.

(c) Alles kann süchtig machen. Im Zusammenhang der **Reflexion des eigenen Verhaltens** kann auf Erfahrungen aus dem Leben des Jugendlichen eingegangen werden. *Was ist ihnen besonders wichtig? Wie stehen sie zu ihrem Handy? Sind es erste Anzeichen eines „süchtigen Verhaltens“, ständig auf den Tasten herumzudrücken? Welche Konsequenzen können daraus entstehen?* In den Zeitungen liest man oft Artikel, dass sich immer mehr Jugendliche auf Grund der „Handyfalle“ verschulden. Meinen die Jugendlichen vor solchen Gefahren gefeit zu sein? Aber auch andere Verhaltensweisen, wie zum Beispiel das geliebte Computerspiel, können an dieser Stelle gemeinsam diskutiert werden.