

ZEITUNG

Die Zeitung für Suchtprävention

EDITORIAL

Liebe Leserin,
lieber Leser,

der Leitartikel der 50. Ausgabe (!) der ZEITUNG für Suchtprävention greift ein heikles Thema auf: den überproportional hohen Substanzmittelkonsum von Kindern und Jugendlichen in der Heimerziehung im Vergleich zu Kindern und Jugendlichen in der Allgemeinbevölkerung. Es besteht also Handlungsbedarf!

Im Schwerpunkt dieser Ausgabe versuchen wir dann, den Dschungel rund um neue Trends beim Rauchen und Dampfen zu lichten. Wir erklären, was es mittlerweile überhaupt alles gibt, wie was funktioniert und welche Risiken damit verbunden sind. Tipps für Schulen und Eltern ergänzen das Informationsangebot.

Des Weiteren berichten wir über die erfolgreich verlaufene Fachtagung zur Prävention und Intervention bei exzessivem Medienkonsum, über neue Angebote im Internet rund um die Hamburger Suchthilfe und über den aktuellen Stand beim Basiscurriculum Jugend und Sucht. In unserer Interview-Reihe haben wir dieses Mal die Kolleg*innen von Lukas Suchthilfezentrum Hamburg-West zu ihrer Arbeit und ihren Schwerpunkten befragt.

Viel Spaß beim Lesen!

Gabi Dobusch
SUCHT.HAMBURG

► KINDER- UND JUGENDHILFE

Suchtprävention in der stationären Kinder- und Jugendhilfe

Kinder und Jugendliche aus sozial belastetem Umfeld, Familien mit konfliktären Beziehungsmustern oder Suchtbelastung stehen im Fokus der Hilfen zur Erziehung, aber auch der Suchtprävention, denn die Entstehung suchthafter Verhaltensweisen im Jugend- und jungen Erwachsenenalter ist in hohem Maße auf problematische Entwicklungsverläufe zurückzuführen.

Substanzkonsum und vor allem der Konsum illegaler Drogen wie zum Beispiel Cannabis ist epidemiologisch betrachtet eng mit dem Jugendalter verknüpft. Aus entwicklungspsychologischer Perspektive kann Substanzkonsum als aktiver Versuch verstanden werden, alterstypische Entwicklungsaufgaben und -probleme zu bewältigen.

Entwicklungsverläufe

Einige Jugendliche haben jedoch Schwierigkeiten, diese Entwicklungsaufgaben zu meistern. Entstehen in diesem Kontext suchthafter Verhaltensweisen im Jugend- und jungen Erwachsenenalter, so ist dies in hohem Maße auf problematische Entwicklungsverläufe, Erlebnisse und Er-

fahrungen zurückzuführen, die meist bereits im frühen Kindesalter stattgefunden haben. Seit den späten 1990er und den frühen 2000er Jahren konnten wissenschaftliche Erkenntnisse bestätigt werden, die den Einfluss von familiären Faktoren sowie von Einflüssen der nahen Umgebung eines Kindes auf dessen Suchtverhalten belegen. Dabei handelt es sich um Faktoren wie:

- konflikthafte familiäre Beziehungsmuster,
- Substanzkonsum der Eltern und insbesondere deren (positive) Einstellung zum Konsum,
- erlebte Gewalt/traumatische Erfahrungen,
- (fehlende) emotionale, soziale und kognitive Anregungen und
- das Freizeitverhalten.

In aktuellen Entwicklungsmodellen werden problematische Entwicklungen von Kindern und Jugendlichen identifiziert, die zu Substanzkonsum und Delinquenz führen können. Sie beginnen mit problematischen Konstellationen dreier verschiedener Einflussfaktoren im frühen Kindesalter: kind-, erziehungs- und umweltbezo-

[Fortsetzung auf Seite 2]



Alterstypische Entwicklungsaufgaben gilt es zu bewältigen. Das gelingt im problematischen Umfeld nicht immer gut.

**Zocken, chatten, posten:
Fachtagung rund um
exzessiven Medienkonsum**

**Kursbuch Sucht, Rauschbarometer,
Lina-net: Neue Webangebote rund
um die Hamburger Suchthilfe**



SEITE 3



SEITE 6

gene Faktoren. Bei den so genannten problematischen Konstellationen muss es sich nicht um besonders belastende Situationen handeln. Bereits die dauerhafte Inkongruenz von Verhalten und Erwartungen zwischen Eltern und Kindern können grundlegende Folgen haben, wenn diese zu Verhaltensmustern werden, die beispielsweise den Bindungsaufbau zwischen Mutter und Kind beeinträchtigen und die weitere Beziehung und soziale Entwicklung beeinträchtigen.

Auch die Bedeutung der sozialen Lage und des Milieus für die Entwicklungschancen von Kindern und Jugendlichen ist hinlänglich beforscht worden. Die Ergebnisse weisen für Kinder, die in sozial belasteten Umfeldern aufwachsen, eindeutig höhere Risiken zur Entstehung von Entwicklungsstörungen, körperlichen und seelischen Erkrankungen sowie Unfällen nach.

Suchtbelastete Lebensgemeinschaften

Eine weitere besonders wichtige Zielgruppe für die sogenannte selektive Suchtprävention wie auch die Jugendhilfe stellen Kinder aus suchtbelasteten Familien dar.

Das Risiko für Kinder aus einer suchtbelasteten Lebensgemeinschaft, selbst dysfunktionale und schädliche Konsummuster oder eine andere psychosoziale Störung zu entwickeln, ist im Verhältnis zu anderen Kindern signifikant erhöht. Dieses Risiko ist bei der Zielgruppe jedoch unterschiedlich stark ausgeprägt. Es ist umso geringer, je weniger die Lebenssituation und die Alltagsrealität in der Familie auf die betroffene Person ausgerichtet ist und durch das Suchtverhalten geprägt wird. Auch eine anregende Atmosphäre für die Kinder, eine positive unabhängige Lebensorientierung beispielsweise mit eigenem Freizeitverhalten und Kontakten außerhalb der belasteten Familie verringern das Risiko. Für beide Geschlechter gilt jedoch gleichermaßen: wenn beide Eltern betroffen sind, ist die Wahrscheinlichkeit eine Suchterkrankung zu entwickeln am höchsten.

So stammen in Hamburg rund 50 Prozent der Suchtkranken selbst aus einer suchtbelasteten Familie. Der Anteil suchtbelasteter Familien in der Gesamtbevölkerung beträgt etwa fünf Prozent.

Jugendliche in Jugendhilfemaßnahmen

Die oben genannten problematischen Konstellationen und Einflussfaktoren treffen auf Kinder und Jugendliche aus Familien, die Hilfen zur Erziehung erhalten, besonders häufig zu, weshalb sie eine wichtige Zielgruppe für die Suchtprävention sind. Die Hamburger Basisdokumentation im Suchtbereich (BADO) belegt, dass zwischen 12 Prozent (Alkohol) und 24 Prozent (illegale Drogen) der Menschen im Suchthilfesystem als Kinder und Jugendliche in öffentlicher Erziehung waren. Der Blick auf die Gesamtbevölkerung zeigt, dass etwa drei bis vier Prozent der Kinder in einer Großstadt wie Hamburg Hilfen zur Erziehung erhalten.

Leider liegen für Hamburg keine belastbaren Informationen über das Substanzkonsumverhalten von Jugendlichen in Jugendhilfemaßnahmen vor. Studien aus Nordrhein-Westfalen zeigen jedoch sehr deutlich, wie überproportional hoch der Substanzmittelkonsum von Kindern und Jugendlichen in der Heimerziehung im Vergleich zu Kindern und Jugendlichen in der Allgemeinbevölkerung ist.

Eine weitere besonders hohe Belastung stellen für die Jugendlichen Gewalterfahrungen dar. Zwischen 40 und 70 Prozent waren schon einmal Opfer von Körperverletzung oder Misshandlung. Zwischen 30 und 40 Prozent der Jugendlichen berichteten von Gewalt in der Familie, 60 bis 70 Prozent haben bereits selbst Gewalt ausgeübt. Und zwischen 30 bis 47 Prozent der Befragten sind auch schon einmal mit dem Gesetz in Konflikt geraten.

14 Prozent der Jugendlichen, die wegen einer Alkoholintoxikation im Krankenhaus 2018 von HaLT-Berater*innen erreicht wurden, waren beziehungsweise sind in stationärer Unterbringung (Sozialgesetzbuch – SGB VIII §34).

2018 waren in der *jugend.drogen.beratung.kö* 137 der jungen Klient*innen in einer stationären Jugendhilfeeinrichtung untergebracht – davon 105 männlich (m) und 32 weiblich (w). Im gleichen Zeitraum hatte die *kö* 710 Klient*innen (543 m und 167 w) mit einer eigenständigen Suchtproblematik. Damit befindet sich etwa jeder fünfte junge Mensch, der in bei *jugend.*

drogen.beratung.kö Hilfe sucht, in der ambulanten Jugendhilfe.

Diese Jugendlichen benötigen aus Sicht der Suchtprävention und Suchthilfe spezifische Interventionen, die soziale Kompetenzen stärken. Diese sind aufgrund ihrer teilweise multiplen Problematiken oftmals einer Diskontinuität in Betreuungsprozessen ausgesetzt. Universelle Präventionsmaßnahmen, wie sie zum Beispiel in der Schule stattfinden, sind hierfür nicht ausreichend.

Das klassische Suchthilfesystem, zum Beispiel eine Jugendsuchtberatungsstelle, erreicht Jugendliche nur bedingt und dann sehr spät. Erfolgversprechend sind spezifische selektive und indizierte suchtpreventive Maßnahmen, die in den Einrichtungen der stationären Jugendhilfe stattfinden – bestenfalls als Handlungsmethodik des Begleitungsprozesses.

Good Practice

Um solche Maßnahmen für die stationäre Jugendhilfe zu identifizieren, neu zu entwickeln und deren Wirksamkeit zu überprüfen, wurde 2016 bis 2018 das Bundesmodellprojekt QuaSiE – Qualifizierte Suchtprävention in Einrichtungen der stationären Jugendhilfe – gefördert. Im Rahmen des Projekts wurde in den beteiligten Einrichtungen der stationären Jugendhilfe die Entwicklung von verhältnispräventiven Strukturen angestoßen, die für einen qualifizierten Umgang mit Substanzkonsum notwendig sind. Hierzu zählen die Entwicklung von Regelwerken, Konzeptionen, die Arbeit an einer einheitlichen pädagogischen Haltung oder eine Qualifizierung der Fachkräfte in Grundlagen zu Sucht und (jugendlichem) Substanzkonsum sowie Gesprächsführung.

Das erfolgreiche Projekt geht nun in die zweite Förderphase QuaSiE 2.0, in der die beteiligten Träger bei der Umsetzung und Weiterentwicklung verhältnispräventiver Strukturen weiter beraten werden sowie die Vernetzung mit der regionalen Suchthilfe verstetigt wird.

Aktivitäten in Hamburg

Sowohl der Träger Therapiehilfe e.V. als auch das Deutsche Zentrum für Suchtfragen des Kindes und Jugendalters (DZSKJ) haben in den letzten

Jahren Programme entwickelt beziehungsweise angeboten, die im Arbeitsfeld der Jugendhilfe erfolgreich getestet wurden. Mit der aus dem anglo-amerikanischen Bereich übertragenen Multidimensionalen Familientherapie (MDFT) ist ein systemischer Ansatz für das pädagogische Handeln in der Familie geschaffen worden.

Auch *Familien Stärken* bietet Familien in einem Trainingsprogramm Ansätze zum besseren und sicheren Umgang miteinander. Beide Akteur*innen wünschen sich mehr Akzeptanz und Bereitschaft zur Implementierung seitens der Jugendhilfe. Die Studien zeigen, dass diese Programme erfolgsversprechend sind.



Christiane Lieb
SUCHT.HAMBURG



Sven Kammerahl
Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz (BGV)

WEITERE INFOS

- ▶ Wegweiser für die Praxis: *Nah dran*, www.lwl-ks.de/de/publikationen-der-lwl-koordinationsstelle-sucht/
- ▶ *Entwicklungsmodell von Webster-Stratton und Taylor* (2001, in Mayer, Heim, Scheithauer 2007)
- ▶ *Gesundheitliche Ungleichheiten bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland*. T. Lampert, C. Hagen, B. Heizmann, 2010
- ▶ www.bado.de



► FACHTAGUNG

Zocken, chatten, posten...

Am 29. und 30. März 2019 fand am Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) die Veranstaltung *Zocken, chatten, posten ... Fachtagung zur Prävention und Intervention bei exzessivem Medienkonsum* statt. Sie wurde durch das SuchtPräventionsZentrum (SPZ) des LI durchgeführt. Vielfältige Vorträge, Workshops und eine Podiumsdiskussion boten der bunten Teilnehmerschaft einen umfassenden Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten der Medienwelt und damit verbundene Herausforderungen in der Begleitung von Kindern und Jugendlichen. Dass die Tagung schon Wochen vor dem Anmeldeschluss mit 300 Teilnehmer*innen ausgebucht war, zeigt, wie sehr die Fragestellungen rund um die Digitalisierung interdisziplinär unter den Nägeln brennen.

Im Mittelpunkt der beiden Tage stand die Frage, wie Kinder und Jugendliche dabei unterstützt werden können, gut und gesund mit den digitalen Medien umzugehen – und auch die Frage, was zu tun ist, wenn es Anlass zur Sorge gibt. An diesem Prozess der Unterstützung sind alle beteiligt, die den Erziehungsprozess gestalten: Elternhaus, Schule, Jugendarbeit, Jugendhilfeeinrichtungen und Beratungsstellen. Daher war die Besonderheit der Tagung, dass Menschen aus all diesen Systemen eingeladen waren: Eltern, Lehrkräfte, Pädagog*innen, Therapeut*innen ... Sie konnten sich zwei Tage ausführlich informieren. Ebenso gab es Raum, um sich über Ängste und Sorgen gleichermaßen wie positive Erfahrungen, neue Entdeckungen und konstruktive Hilfestellungen bei Problemen auszutauschen. Der Titel der Podiumsdiskussion *Laufend kontrollieren oder laufen lassen – gibt es den richtigen Weg zur gesunden Mediennutzung?* fasst die beiden Pole der Diskussion gut zusammen.

Expert*innen aus Schule, Suchtforschung, Medienpädagogik, Lehrkräftefortbildung und Beratung sowie Eltern und Schüler*innen machten den Teilnehmenden ein vielfältiges Angebot.

Die Eingangsvorträge am Freitag öffneten die Thematik breit: ein Impulsvortrag zum Thema *YouTube* vermittelte die komplexen Möglichkeiten des Mediums und die damit einhergehende Faszination. Der anschließende Vortrag zu therapeutischen Angeboten für spielsüchtige junge Menschen zeigte Möglichkeiten auf, mit den Schattenseiten des digitalen Lebens umzugehen. Eine *Fortnite-Tanz-Übung* mit 300 Menschen in der Aula des Landesinstituts zwischen den Vorträgen sorgte für Spaß und Bewegung.

Elf verschiedene Workshops mit einer breiten Themenvielfalt bildeten die Vielschichtigkeit des Themas ab: Es gab Angebote zu Unterrichtsideen von Klasse 1 bis zur Beruflichen Schule, zum Umgang mit Sexting oder Cybermobbing, zu Gesprächstechniken mit Betroffenen, zu Glücksspiel oder zu der speziellen Mediennutzung von Mädchen oder Jungen. Manche Teilnehmer*innen suchten vor allem Informationen, andere konkrete Hilfestellungen für ihren beruflichen oder familiären Alltag. Die Rückmeldungen der Teilnehmenden (natürlich digital!) waren durchweg positiv.

Es wurde deutlich, dass es einen großen Bedarf gibt, sowohl sachlich über die Chancen der digitalen Medien informiert zu sein als auch die Schattenseiten des Worldwideweb für die Heranwachsenden zu beleuchten. Durch die rasante Entwicklung des Themas fühlen sich doch viele verunsichert, wie sie die Kinder richtig begleiten – sowohl zuhause als auch professionell. Und schon während der Tagung fragten viele, wann denn die nächste Tagung zum Thema stattfinden soll ... Es bleibt viel zu tun!

Susanne Giese und Andrea Rodiek
SuchtPräventionsZentrum des LI

► [Weitere Infos unter li.hamburg.de/spz](http://li.hamburg.de/spz)



Foto: Nina Smith

► PRAXIS SUCHTPRÄVENTION

E-Shishas, E-Zigaretten, Verdampfer und HeatSticks...

Die neue Unübersichtlichkeit führt auch zu Unsicherheit im Umgang mit den neuen Produkten, die zunehmend den Markt überschwemmen und um (junge) Kund*innen kämpfen. Wir versuchen hier, einen Überblick zum modernen Zigarettenwettbewerb sowie Antworten auf die drängendsten Fragen und Tipps für den (pädagogischen) Alltag zu geben.

E-Zigaretten

E-Zigaretten bestehen aus Mundstück, Akku, elektrischem Vernebler und Wechselkartusche, in der sich eine Flüssigkeit (Liquid) befindet. Diese wird beim Ziehen am Mundstück vernebelt und als Dampf inhaliert. Der Konsum wird als *Dampfen* bezeichnet. Hauptbestandteile der Liquids sind Vernebelungsmittel (zum Beispiel Propylenglykol, Glycerin), Wasser, Ethanol, Nikotin und meist Aromastoffe. Liquids ohne Nikotin sind ebenfalls erhältlich. Der Nikotingehalt variiert. Er reicht von drei Milligramm je Milli-

liter nach Hersteller und Batteriestärke variieren, aber teils in genauso hoher oder höherer Konzentration wie in Tabakzigaretten vorkommen. Die wissenschaftliche Datenlage zur Sicherheit und Wirksamkeit von E-Zigaretten bei der Rauchentwöhnung ist noch unzureichend, jedoch ist davon auszugehen, dass die körperliche Abhängigkeit durch Nikotin und die Rauchgewohnheit bei E-Zigaretten erhalten bleiben, weswegen sie nicht als Mittel zum Rauchstopp empfohlen werden.

Zusätzlich erhöht sich bei E-Zigaretten-Nutzer*innen das Risiko des Ein-

Dürfen Jugendliche E-Produkte kaufen und dampfen?

Nach dem Jugendschutzgesetz (JuSchG) ist Tabakverkauf und Rauchen in der Öffentlichkeit erst ab 18 Jahren erlaubt. Das gilt auch für (E-)Shishas und E-Zigaretten – egal, ob mit Nikotin oder ohne. Jugendlichen ist es verboten, in Gaststätten, Verkaufsstellen oder sonst in der Öffentlichkeit zu dampfen beziehungsweise E-Produkte in Geschäften oder online zu kaufen.

Das Gesetz wurde in puncto Rauchen in den letzten Jahren mehrfach verändert. 2007 wurde die Altersgrenze für den Verkauf von Tabakwaren und das Rauchen in der Öffentlichkeit von 16 auf 18 Jahre angehoben. 2016 wurde das Gesetz verschärft und umfasst seitdem neben klassischen nikotinhaltenen Tabakwaren auch E-Zigaretten und E-Shishas inklusive nikotinfreier Erzeugnisse.

liter (mg/ml) Nikotin (entspricht ultra-leichten Tabakzigaretten) bis zu 18 mg/ml Nikotin, was sehr starken Tabakzigaretten entspricht.

Kurzfristig können E-Zigaretten Atemwegsirritationen und bronchiale Entzündungen hervorrufen. Die langfristigen Schäden sind noch nicht ausreichend untersucht. Im Vergleich zu Tabakzigaretten sind E-Zigaretten vermutlich weniger gesundheitsschädlich. Untersuchungen zeigen aber, dass auch der Dampf der E-Zigarette krebserregende Substanzen enthält, die je

stiegs in den Tabakkonsum sowie des *Dual Use*, was dazu führen kann, dass insgesamt mehr Giftstoffe aufgenommen werden. Zudem erhöht sich durch süße Aromastoffe die Attraktivität der E-Zigarette für Kinder und Jugendliche, so dass diese eher mit dem Konsum von Tabakzigaretten beginnen.

Juul

Juul ist eine E-Zigarette, die von der Optik aussieht wie ein USB-Stick und besteht wie andere E-Zigaretten aus Batterie, Erhitzer und einer kleinen

Dürfen Jugendliche ab 18 Jahren in der Schule dampfen?

Seit 2005 gilt in Hamburg das schulische Rauchverbot. Danach ist das Rauchen in der Schule, auf dem Schulgelände und auf allen schulischen Veranstaltungen außerhalb des Gebäudes generell – unabhängig vom Alter – für alle verboten.

Rechtliche Grundlage ist das Hamburgische Passivraucherschutzgesetz (HmbPSchG) von 2007. Dies regelt nicht den Umgang mit E-Produkten. Deshalb wird Schulen empfohlen, neben den genannten rechtlichen Grundlagen zusätzlich über ihr Hausrecht das Rauchverbot auch auf alle E-Produkte auszuweiten und damit auch allen erwachsenen Schulbeteiligten generell das Dampfen zu untersagen.

Kapsel mit Flüssigkeit. Aufgeladen wird sie über einen USB-Anschluss. Befüllt wird der Verdampfer mit Kapseln (Pods), in denen die Flüssigkeiten stecken. Juul wird auf dem deutschen Markt mit fünf Geschmacksrichtungen und einem Nikotingehalt von 20 mg/ml angeboten. In den USA liegen die verkaufüblichen Kapseln bei 59 mg/ml Nikotin – diese sind in Europa nicht zulässig.

Mit der Einführung der E-Zigarette Juul hat die Zahl der Nutzer*innen an amerikanischen Highschools innerhalb eines Jahres um 78 Prozent zugenommen (jede*r fünfte Schüler*in raucht E-Zigarette). In Deutschland kam Juul im Dezember 2018 in den Handel. Die deutsche Tochtergesellschaft hat ihren Sitz in Hamburg.

E-Shishas

Eine E-Shisha ist eine elektrische Wasserpfeife. Der Aufbau einer E-Shisha ist meist identisch zur E-Zigarette, unterscheidet sich aber etwas im Design: Sie werden häufig als Einwegprodukte konzipiert und nach dem Gebrauch entsorgt. Auch die Funktionsweise ist identisch zur E-Zigarette. Hauptbestandteile der Liquids sind

Vernebelungsmittel wie Propylenglykol oder Glycerin sowie Wasser, Ethanol und Aromastoffe. Im Gegensatz zur E-Zigarette ist das Liquid einer E-Shisha aber meist nikotinfrei. Das Aroma lässt sich durch die Wahl des Aromastoffes beliebig variieren (zum Beispiel Erdbeere, Pfefferminze, Kaffee).

Die gesundheitlichen Risiken sind mit denen der E-Zigaretten zu vergleichen (Reizung der Atemwege, eventuelle krebserregende Wirkung einiger Liquids). Außerdem können einige der

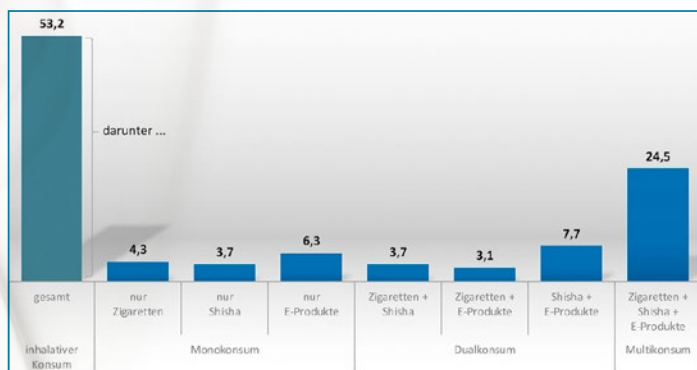
Wie können Schulen...

Aus Paragraph 5 des Hamburgischen Schulgesetzes ist Suchtprävention ein integraler und verbindlicher Bestandteil der Schulpflicht. Suchtprävention an Gymnasien, Grund- und Berufsschulen ist gesetzlich verankert und wird in nach strukturierten, vorgegebenen Inhalten und Methoden durchgeführt. Suchtprävention soll Suchtprävention kontinuierlich in den verschiedenen Schulstufen eingebettet werden und Schulleitung, Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter, Schulärztliche Personal, Eltern und sonstige Bezugspersonen einbeziehen.

- Entwicklung eines Gesamtkonzeptes inkl. Suchtprävention
- Lebenskompetenztraining zur Stärkung der Persönlichkeitsentwicklung
- Klare Regeln im Umgang mit Rauchen und E-Zigaretten
- Projekte wie BE SMART – DON'T START
- Alternativen schaffen zur Raucherpause

Was können Eltern tun?

- ▶ Sprechen Sie mit Ihrem Kind über das Rauchen/Dampfen!
- ▶ Hören Sie Ihrem Kind zu, um zu erfahren, welche Einstellung es zum Rauchen/Dampfen hat, und verteilen Sie Ihr Kind nicht.
- ▶ Reden Sie mit Ihrem Kind über Wirkungen und Gefahren und bieten Sie ihm Fakten an, damit Ihr Kind eigene Schlüsse ziehen kann.
- ▶ Setzen Sie Grenzen und versuchen Sie mit Ihrem Kind gemeinsame Wege zum Nichtdampfen zu entwickeln.
- ▶ Seien Sie konsequent! Dulden Sie auch nicht, dass Freund*innen Ihres Kindes in Ihrem Umfeld anders handeln.
- ▶ Reagieren Sie klar und konsequent bei Regelverletzung!
- ▶ Machen Sie es Ihrem Kind möglichst unbequem – durch Nachfragen und Diskussionen.
- ▶ Unterstützen Sie Ihr Kind durch Anreize oder Belohnungen, wenn es nicht raucht/dampft.
- ▶ Holen Sie sich bei Problemen rechtzeitig Hilfe und Unterstützung von außen!
- ▶ Wenn Sie selbst rauchen oder dampfen, schränken Sie dies ein und rauchen sie nicht in geschlossenen Räumen (Wohnzimmer, Küche, Auto...) oder in Gegenwart Ihrer Kinder.



Lebenszeit-Prävalenz des Zigarettenkonsums, der Shisha-Nutzung, und des Dampfens unter 14-17-jährigen Jugendlichen in Hamburg (Baumgärtner, 2015)

verwendeten Aromastoffe Allergien auslösen. Die langfristigen Schäden sind noch nicht ausreichend untersucht, da E-Shishas erst seit wenigen Jahren zugelassen sind. Wie bei der E-Zigarette wird vermutet, dass der Dampf krebserregende Substanzen enthält und die Lungenfunktion beeinträchtigt. Ebenso erhöht sich durch die

süßen Aromastoffe die Attraktivität der E-Shisha für Kinder und Jugendliche und führt dazu, dass ein Einstieg in den Tabakkonsum erleichtert wird.

HeatSticks

Bei HeatSticks beziehungsweise IQOS-Geräten (IQOS = I quit ordinary smoking) handelt es sich um ein Tabakprodukt mit ähnlicher Funktionsweise wie bei E-Zigaretten. Es können aber keine Liquids hinzugegeben werden.

Eine Heizspirale erhitzt die Tabakstäbchen mit ihrem stark komprimierten Tabak auf Knopfdruck auf eine Temperatur von etwa 350 Grad Celsius (im Vergleich: herkömmliche Zigaretten liegen bei Temperaturen von etwa 800 Grad Celsius). Sie werden erhitzt, nicht verbrannt. Das Gas, welches bei der Erhitzung entsteht, kann über das Gerät inhaliert oder gepafft werden. Der Nikotingehalt ist ähnlich wie bei einer Zigarette. Laut zurzeit einzigem Hersteller in dem Bereich (Philipp Morris) ist die Menge an Schadstoffen

(Formaldehyd, Acetaldehyd oder Benzopyren) um 80 Prozent verringert. Expert*innen vertreten aber die Meinung, dass auch bei dieser Art des Erhitzens des Tabaks krebserregende Stoffe entstehen können. Denn auch das Konsumieren von Schnupf- und Kautabak ist stark krebserregend. Durch den gleichen Nikotingehalt ist das Suchtpotenzial genauso hoch wie bei herkömmlichen Zigaretten. Aktuell existieren kaum Studien, die sich mit der Thematik beschäftigen. Davis & Kolleg*innen (2019) fanden heraus,

direkt mit dem Kraut in Berührung, bei der Konvektion erfolgt die Verdampfung indirekt. Die erwärmte Luft wird durch die Kräuter mittels Lungenkraft, einer Membran Pumpe oder durch ein Gebläse in die Kräuterkammer gefördert. Die Kräuter werden von heißem Luftstrom durchströmt und dabei so weit erwärmt, dass sich die Wirkstoffe lösen und inhaliert werden können. In den USA sind die Vaporizer bekannter als in Europa. Es bleiben die gleichen Argumente in Bezug auf die gesundheitsschädigen Aspekte.

Begünstigen E-Produkte den Einstieg ins Tabakrauchen?

E-Zigaretten und E-Shishas sind aufgrund ihrer süßen Geschmacksvarianten und ihrer stylischen Aufmachung attraktiv für Jugendliche. Verschiedene Studien weisen darauf hin, dass der Konsum von E-Zigaretten Jugendliche zum Experimentieren mit Tabakzigaretten anregen kann (BZgA 2018).

Unter den Jugendlichen, die sowohl rauchen als auch dampfen, ist der Anteil derjenigen, die zunächst gedampft und dann mit dem Rauchen begonnen haben, mehr als doppelt so hoch wie der Anteil derer, die erst geraucht und dann zu dampfen begonnen haben. Das Dampfen scheint insbesondere den jüngeren Jugendlichen den Einstieg in das Rauchen zu erleichtern (Baumgärtner 2019).

dass bei nicht ausreichender Reinigung der Tabakstopfen verkohlt. Dadurch wird mehr des auch in geringer Konzentration hochgiftigen Formaldehyd Cyanhydrin freigesetzt.



Maja Brandt
Deutsches Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ)



Sophie Schiller
DZSKJ



Kristina Wille
DZSKJ



Deborah Stämmler
SuchtPräventions-Zentrum des LI



Nicola Vogel
SuchtPräventions-Zentrum des LI

Vaporizer

Ein Vaporizer ist ein Verdampfer. Die Hauptfunktion liegt darin, Kräuter aller Art (beispielsweise Pfefferminz, Thymian, Melisse), vorrangig Tabak, aber auch Cannabis zu verdampfen und zu rauchen. Zu den Bestandteilen eines Vaporizers gehören der Stift und der Temperaturregler sowie der Dampfsammler und die Stromversorgung. Je nach Hersteller und Typ gibt es hier Variationen. So wird bei stationären Vaporizern Dampf durch einen Silikon Schlauch oder Ballon konsumiert, während bei mobilen Vaporisierern der Dampf direkt aus dem Mundstück konsumiert werden kann.

Die Erhitzung des Krauts bis zum Verdampfungspunkt variiert. Es liegt in der Regel zwischen 150 und 230 Grad. Man unterscheidet zwischen zwei Verdampfungsarten: Leitung oder Konvektion. Der Unterschied liegt in der Lage der Heizelemente. Bei dem leitenden Verfahren ist das Heizelement

erbeugen?

es geht hervor, dass die universelle Sucht- und Teil der Bildungspläne für alle Schulfor- und Stadtteilschulen ist im Themenbereich halfall in den verschiedenen Klassenstufen Themenschwerpunkten behandelt. Dabei iedenen Jahrgängen fachübergreifend , Beratungslehrer*innen, das sozialpädagog- onen beispielsweise aus der Jugendhilfe mit

ie Rauch- und Dampfprävention
selbstbewusstsein und Selbststachtung
mpfen an der Schule

n Beispiel Entspannungsräume

► HILFE IM NETZ

Neue Webportale rund um die Hamburger Suchthilfe

In 2018 wurde die Überarbeitung von drei der von SUCHT.HAMBURG betriebenen Webportale fertiggestellt. Bei zwei dieser Portale handelt es sich um Angebote für Fachkräfte, ein Portal richtet sich an Hilfesuchende.

Fachkräfteportal Kursbuch Sucht

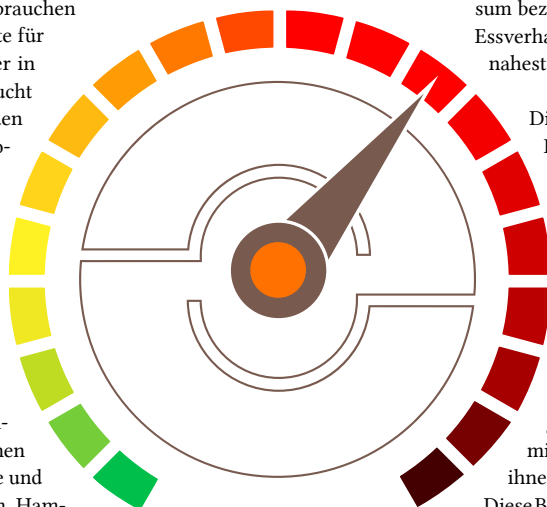
Das Kursbuch Sucht bietet einen Überblick aller Angebote, die es in Hamburg für suchtfgefährdete und suchtkranke Menschen gibt – von der Beratung über Behandlung, Therapie und Teilhabe bis hin zu Selbsthilfegruppen. Das Webportal wurde 2018 an aktuelle Bedarfe von Fachkräften angepasst: Ganz gleich, ob Jugendliche vor Ort Unterstützung brauchen oder therapeutische Angebote für bestimmte Zielgruppen oder in einer bestimmten Region gesucht werden – im Kursbuch finden sich dazu jetzt Informationen über Leistungen, Aufnahmebedingungen und Kosten der einzelnen Angebote sowie zu Lage, Öffnungszeiten und Erreichbarkeit der über das gesamte Stadtgebiet verteilten Einrichtungen.

Sucht gehört zu den am weitesten verbreiteten psychischen Erkrankungen. Für Betroffene und ihre Angehörigen gibt es in Hamburg ein umfassendes und differenziertes Hilfeangebot. Das Kursbuch Sucht dient dabei als Wegweiser für Fachkräfte aus Gesundheit, Soziales, Familie und angrenzenden Bereichen, die in ihrer Arbeit in unterschiedlichster Weise von Sucht betroffenen Frauen und Männern, Kindern und Jugendlichen begegnen. Für diese gilt es, genau den jeweils passenden Weg zu finden, um aus der Sucht herauszufinden oder stabilisiert zu werden.

Fachkräfteportal Lina-net

Lina-net richtet sich an Fachkräfte, die mit suchtblasteten Schwangeren und jungen Eltern zu tun haben. Das auf der Rahmenvereinbarung zur

Kooperation für suchtfgefährdete und suchtblastete schwangere Frauen und Mütter mit Kindern bis zu einem Jahr basierende Projekt dient der Information und der Vernetzung. Spezifische Ziele sind: Zusammenarbeit der beteiligten Arbeitsfelder, eine Kultur des Hinschauens zu fördern, frühzeitigere und effizientere Hilfestellungen, den Wissensstand fördern und eine Vernetzung des Hilfesystems



Der Alkoholselbsttest kann jetzt in mehreren Sprachen aufgerufen werden.

und Weiterentwicklung der Qualität zu erreichen. Das Portal Lina-net, das nach eingehenden Usability-Tests grundlegend überarbeitet wurde, bündelt Informationen zu Ressourcen und Hilfen für Fachkräfte aus den Hilfesystemen rund um Schwangerschaft, Geburt, junge Familie und Sucht.

Rauschbarometer

Dieses Portal wurde entwickelt, um Menschen mit riskanten Konsummustern früher zu erreichen und dieser Zielgruppe den Zugang zum

Hamburger Suchthilfesystem zu erleichtern. Noch immer dauert es viel zu lange, bis sich Menschen mit einer ausgeprägten Suchtproblematik Hilfe suchen. Zielgruppe sind daher insbesondere Personen, die noch keine Berührung mit dem Suchthilfesystem hatten und sich entweder nicht sicher sind, ob sie ein Problem mit Alkohol, Cannabis, mit anderen Drogen oder mit Verhaltenssüchten haben, oder aber sich Sorgen machen um den Konsum beziehungsweise das Spiel- oder Essverhalten einer Person, die ihnen nahesteht.

Dieser Zielgruppe bietet das Portal unter www.rauschbarometer.de Rat und Hilfe rund um Alkohol, Drogen und Sucht. Es konzentriert sich auf ambulante und allgemeine, suchtmittelübergreifend arbeitende Suchtberatungsstellen in Hamburg, die in ihrer Region gut vernetzt sind und gegebenenfalls weitere Schritte mit den Betroffenen planen und ihnen bei der Umsetzung helfen.

Diese Beratungsstellen, die ohne weitere Voraussetzungen zugänglich sind, werden den Nutzer*innen je nach eingegebenem Stadtteil oder Postleitzahl angezeigt. Die Detailseiten informieren zu Ressourcen, Zielen und eventuellen Aufnahmebedingungen einzelner Angebote sowie Ausrichtung und Erreichbarkeit der Einrichtungen. Auch hier wird über Kosten Lage, Öffnungszeiten und Erreichbarkeit informiert.

Des Weiteren verweist Rauschbarometer auf drei Beratungsstellen, die überregional arbeiten:

- Kajal – die Anlaufstelle speziell für Mädchen und
- die Beratungsstelle Frauenperspektiven – die richtige Adresse für Frauen mit Suchtproblemen im Zusammenhang mit frauenspezifischen Lebensbedingungen oder Gewalterfahrungen.

Ganz zentral ist weiterhin der Selbsttest Alkohol, der auch bisher schon rege genutzt wurde. Neu ist die Möglichkeit, den Test in den Sprachen Englisch, Französisch, Polnisch, Russisch und Türkisch zu machen und entsprechendes Feedback zu erhalten!



Gabi Dobusch
SUCHT.HAMBURG

- www.kursbuch-sucht.de
- www.rauschbarometer.de
- www.lina-net.de

- die jugend.drogen.beratung.ko – DIE Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche in Hamburg



► AUS DER PRAXIS

LUKAS

Interview mit Lukas, Suchthilfzentrum Hamburg-West

ZEITUNG für Suchtprävention:
Seit wann gibt es Eure Einrichtung?

Lukas Suchthilfzentrum:

Wir feiern in diesem Jahr mit unserer Einrichtung unser 40-jähriges Jubiläum und blicken so auf eine langjährige Erfahrung in der Suchthilfe.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Wer kann sich an Euch wenden?

ZEITUNG für Suchtprävention:
Wie klappt die Vernetzung und Kooperation?

Lukas Suchthilfzentrum:

Suchtprobleme stehen oft in Verbindung mit vielen anderen Problemen. Hier unterstützen wir und arbeiten mit wichtigen anderen Stellen gemeinsam mit den Klient*innen zusammen.

Wunsch gern auch mit Familienangehörigen oder anderen Personen.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Gibt es neue Angebote, auf die Ihr besonders hinweisen möchtet?

Lukas Suchthilfzentrum:

Das Lukas Suchthilfzentrum ist im Hamburger Westen für den Bereich digitale Medien und Glücksspiel zuständig. Spezielle Fachkräfte beraten, informieren und klären, welche Möglichkeiten der Unterstützung sinnvoll wären. Besonders ist, dass im Lukas Suchthilfzentrum ambulante Rehabilitationsbehandlungen sowohl zur Abhängigkeit vom Glücksspiel als auch zum problematischen Medienkonsum durchgeführt werden.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Habt Ihr Wünsche für Eure Arbeit?

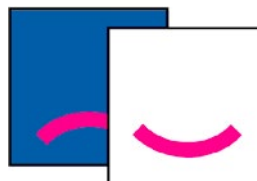
Lukas Suchthilfzentrum:

Die gesellschaftlichen Verhältnisse verändern sich, zum Teil in rasantem Tempo. Einhergehend nehmen die Suchtverhaltensweisen nicht ab – vielmehr verändern sich Suchtmittel und Suchtkonsummuster. Wir wünschen uns, dass wir weiterhin die Arbeit fachgerecht und hilfreich auf die Menschen mit Suchtproblemen ausrichten können.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Vielen Dank für das Gespräch!

Kontakt:

Lukas Suchthilfzentrum Hamburg-West
Luruper Hauptstr. 138, 22547 Hamburg
Tel. (040) 970 77 0
www.lukas-suchthilfzentrum.de



Das Suchthilfzentrum der Diakonie in Lurup

Lukas Suchthilfzentrum:

Erwachsene mit Suchtproblemen, vor allem, wenn es um Alkohol, Medikamente, Cannabis, Kokain und andere illegale Drogen geht, oder bei Problemen mit Glücksspiel. Des Weiteren beraten wir Menschen, die Probleme durch intensiven Medienkonsum bekommen haben. Und natürlich beraten wir auch Angehörige und Freund*innen.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Was genau bietet Ihr an? Was ist das Besondere an Eurem Angebot?

Lukas Suchthilfzentrum:

Wir holen die Menschen da ab, wo sie mit Ihren Problemen stehen und suchen gemeinsam nach hilfreichen Lösungswegen. Wir unterliegen der Schweigepflicht, so dass sich die Menschen, die sich an uns wenden, sicher fühlen können.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Wie erreicht Ihr Betroffene?

Lukas Suchthilfzentrum:

Immer mehr Menschen finden uns über unsere Webseite im Netz oder über unsere Flyer. Zu uns kann man schnell und auch ohne Anmeldung in die Beratung kommen. Wir bieten dreimal in der Woche eine *Beratung sofort*, wo keine Anmeldung erforderlich ist, und wir vergeben viele Terminsprechstunden in der Woche zu unterschiedlichen Zeiten.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Was erwartet Ratsuchende, wenn sie zu Euch in die Beratung kommen?

Lukas Suchthilfzentrum:

In einer annehmenden und freundlichen Atmosphäre führt eine Fachkraft ein vertrauliches Gespräch mit der/dem Betroffenen allein oder auf

► NEUER DURCHGANG

Basiscurriculum Jugend + Sucht

Im Juni 2018 fand die Auftaktveranstaltung für den aktuellen Durchgang des Basiscurriculum Jugend und Sucht (BC) statt. Von den 47 Teilnehmenden hatten sich im Anschluss 31 für eine Teilnahme am Curriculum entschieden. Jeweils vier Fortbildungen der Module 1 – Theorie-Information-Grundwissen und 2 – Praxisansätze-Interventionen, davon eine Fortbildung zum Thema Kinder aus suchtbelasteten Familien, müssen Teilnehmende absolvieren, um sich für das Abschlusskolloquium im Juni 2020 zu qualifizieren. Nach erfolgreicher Teilnahme winkt dann das Abschlusszertifikat. Bereits 51 Hamburger Fachkräfte aus Jugendhilfe, Schule und angrenzender Bereiche haben seit dem Start des ersten Durchgangs in 2014 ein Zertifikat erhalten.

Das BC wurde nach Ablauf der Modellphase in 2017, Auswertung der Evaluation und Diskussion in der Koordinationsgruppe des BC sowie der Ständigen Arbeitsgruppe Suchtprävention (STAGS) der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz (BGV) überarbeitet. Auftakt und Start eines neuen Durchgangs finden nun alle zwei Jahre statt. Innerhalb dieser Zeitspanne können Fortbildungsangebote belegt werden, um sich für den Abschluss zu qualifizieren. Kosten: 50 Euro Verwaltungsgebühr (zuzüglich möglicher Gebühren einzelner Angebote).

Interessierte sollten sich den Termin des nächsten Auftakts vormerken, denn die Teilnahme daran ist obligatorisch!

Gabi Dobusch

► Nächster Auftakt:

8. Mai 2020, 14:00 – 17:00 Uhr

► Anmeldung:

Über die Fortbildungswiese unter www.suchtpraevention-fortbildung.de ab Mitte Dezember 2019

► FACHTAGUNG DZSKJ
Gaming, Gambling, Social Media
23. September 2019



Problematischer Mediengebrauch im Jugendalter

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 12 bis 24 Jahren repräsentieren die größte demographische Nutzer*innengruppe digitaler Spiele und sozialer Medien. Unter ihnen ist eine besorgniserregend hohe Anzahl von einer internetbezogenen Störung betroffen. Schlafdefizit, sozialer Rückzug aus dem realen Leben, Konzentrationsprobleme und Leistungseinbußen sind häufiger vorhanden. Vor diesem Hintergrund will das DZSKJ den Fokus der diesjährigen Fachtagung auf das Thema *Gaming, Gambling und Social Media* legen und über den aktuellen Forschungsstand zum problematischen Mediengebrauch im Jugendalter berichten.

► Veranstaltungsort
Campus-Lehre (N55), Ian K. Karan-Hörsaal, UKE, Martinistraße 52, 20246 Hamburg

► Weitere Infos: www.dzskj.de

► SCHULPROJEKT
Die Sport- und Körperwahrnehmung in der Suchtprävention

Ein Angebot für Hamburger Schulen im Rahmen von Projektwochen. Begleitend zur Arbeit mit Unterrichtsmaterialien zum Thema Suchtprävention in einer Projektwoche bietet das SPZ das Projekt *Riskier was!* an. Dabei können Schüler*innen der Jahrgangsstufen 7 bis 10 unter Anleitung externer Trainer*innen grenzwertige Bewegungserfahrungen ma-



chen und damit mögliche Alternativen zu Rauscherlebnissen durch Suchtmittelkonsum kennen lernen.

► Kontakt
LI Hamburg, SuchtPräventionsZentrum, Deborah Stämmeler und Cosima Teuffer, Tel. (040) 42 88 42-911 oder -916, spz@bsb.hamburg.de

► Weitere Infos: <https://li.hamburg.de/contentblob/6448718/67d98f9f40f4b1ede7902651350c458c/data/pdf-info-riskier-was.pdf>

► SAVE THE DATE
SUCHT.HAMBURG
Jahrestagung
13. November 2019, 9:00 – 16:00 Uhr

Im Mittelpunkt der Tagung werden *Partizipative Ansätze in der Suchtprävention und Suchtkrankenhilfe* stehen.

► Veranstaltungsort
Barmbek BASCH, Wohldorfer Str. 30, 22081 Hamburg

► Anmeldung
www.suchtpraevention-fortbildung.de

► SAVE THE DATE
Im November startet der nächste Durchgang des bundesweiten Nicht-raucherwettbewerbs **BE SMART – DON'T START** für Schulklassen ab Jahrgang 6. Ziele des Wettbewerbs sind die Verzögerung beziehungsweise Verhinderung des Einstiegs in das Rauchen, die Motivierung zur Reduktion und Einstellung des Konsums bei Schüler*innen, die bereits mit dem Rauchen experimentieren, sowie die Durchführung gesundheitsfördernder Maßnahmen.

► Weitere Infos
<https://www.besmart.info/be-smart/>
Koordination in Hamburg: LI Hamburg, SuchtPräventionsZentrum (SPZ), Nicola Vogel und Deborah Stämmeler, Tel. (040) 42 88 42-915 oder -916, spz@bsb.hamburg.de

Einführungsveranstaltung am LI:
22. Oktober 2019; 16:00 – 18:00 Uhr

► Anmeldung
http://tis.li-hamburg.de/web/guest/catalog/detail?tspi=49780_
(Veranstaltungsnummer 1932P3201)

► AKTIONSTAG GLÜCKSSPIELSUCHT
25. September 2019

Anlässlich des Aktionstags am 25. September 2019 findet bei SUCHT.HAMBURG eine Fortbildung für Suchtberater*innen zu aktuellen Computerspiele- und Glücksspielgerätetrends statt.

► NEUE MATERIALIEN
SUCHT.HAMBURG hat neue Infocards zu den Themen Alkohol, Cannabis, Medikamente und Rauchen in den Sprachen Arabisch, Deutsch, Farsi, Kurdisch und Türkisch herausgebracht. Die Infocards wurden mit freundlicher Genehmigung von der Berliner Fachstelle für Suchtprävention gGmbH adaptiert.



► Bestellung
www.sucht-hamburg.de/shop

Zeitung für Suchtprävention
Nr. 50/19

Herausgeber:



Sucht.Hamburg gGmbH
Information.Prävention.Hilfe.
Netzwerk.
Repsoldstraße 4
20097 Hamburg
Tel. (040) 284 99 18-0
service@sucht-hamburg.de
www.sucht-hamburg.de

in Kooperation mit dem SPZ



Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Abteilung LIB: Beratung Vielfalt, Gesundheit, Prävention
Felix-Dahn-Straße 3
20259 Hamburg
Tel. (040) 42 88 42-911
Fax (040) 427 31-42 69
spz@bsb.hamburg.de

und mit dem DZSKJ



Deutsches Zentrum für Suchtforschung des Kindes- und Jugendalters
c/o Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Martinistraße 52
20246 Hamburg
Tel. (040) 74 10-593 07
Fax (040) 74 10-565 71
sekretariat.dzskj@uke.de

Verantwortliche Redakteurin:

Gabi Dobusch, SUCHT.HAMBURG
Redaktion: Christiane Baldus, DZSKJ; Andrea Rodiek, SPZ; Christiane Lieb, SUCHT.HAMBURG
Layout: Gabi Dobusch, SUCHT.HAMBURG
Druck: Druckerei Siepman GmbH
100% Recyclingpapier
Nachdruck nur mit Quellenangabe und Belegexemplar
Erscheinungsweise: 2x jährlich
Auflage dieser Ausgabe: 3.000
Teilen der Auflage liegt das Fortbildungsangebot Suchtprävention in Hamburg bei.