

Prävention und
Intervention in der
DLRG-Jugend

ARBEITSHILFE

RISPEKT - Respekt vor Risiko

Umgang mit Alkohol und anderen Drogen





INHALT

Einleitung	4
Warum eine Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und anderen Drogen?	4
Zum Aufbau und Gebrauch der Arbeitshilfe	5
In Kürze	6
Präventionsansatz RISPEKT – Respekt vor Risiko	6
RISPEKT - Respekt vor Risiko	6
Ansatz und Hintergrund	7
Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen	7
Was wissen wir über den Substanzkonsum von Kindern und Jugendlichen?	7
Wie entsteht Sucht?	9
Entwicklungsaufgaben und Risikoverhalten	10
Was sind die Funktionen des Risikoverhaltens?	11
Aufgewachsen in der heutigen Gesellschaft	11
RISPEKT ist auf dem neusten Stand von Wissenschaft und Praxis	12
Wie hat sich Suchtprävention entwickelt?	12
Resilienz und Lebenskompetenz	13
Risikokompetenz umzugehen	14
RISPEKT ist dem Jugendschutzgesetz (JuSchG) konform	16
RISPEKT ergibt sich aus dem Leitbild der DLRG-Jugend	16
Zusammenfassung	17
Jugendschutzgesetz (JuSchG)	18
Legale und illegale Substanzen - das Betäubungsmittelgesetz (BtmG)	22
Typen von Veranstaltungen in der DLRG-Jugend und deren Teilnehmer/innenstruktur	23
Geschlossene bzw. Kleinveranstaltungen	23
Offene bzw. Großveranstaltungen	23
Checkliste für Veranstaltungen	24
Alkohol und Drogenvertrag (A + D Vertrag)	28
Die Rolle des/der Jugendleiter/in – Stärken erkenne und fördern	30
Verantwortung - „Für mich selbst zuständig sein“	30
Selbst- und Fremdwahrnehmung - „Genau hinschauen“	30
Spaß, Lust und Unlust - „Länger Spaß haben“	31
Selbstwert und Prestige - „Mich gut finden und andere gut sein lassen“	31
Beziehungen - „Mit guten Leuten verbunden sein“	31
Orientierung und Sinn - „Sich Durchblick verschaffen“	31
Wann wird der Gebrauch von psychoaktiven Substanzen riskant?	31
Kurzinformationen zu Alkohol und anderen Drogen	33

Risikokommunikation – wie können wir über Drogen und Risiken reden	36
Zusammenfassung: Worauf sollte man in der Risikokommunikation achten?	37
Die Wirklichkeit ist selten schwarzweiss:	
Wie wende ich Regeln und Sanktionen an?	39
Situation 1: Rauchen auf einer Jugendveranstaltung mit Minderjährigen	39
Situation 2: Alkohol im Rahmen einer Kleingruppenveranstaltung	40
Situation 3: Alkoholkonsum bei regionalen oder überregionalen Großveranstaltungen	41
Situation 4: Trinken und Fremdverantwortung	43
Situation 5: Konsum von illegalen Substanzen in einer Wettkampfsituation	43
Situation 6: Konsum von illegalen Substanzen in einer Jugendgruppe	44
Notfallplan	46
Erste Hilfe bei Überdosierung von Alkohol und anderen Drogen	46
Aufputschende Mittel „Uppers“	46
Beruhigende und dämpfende Mittel „Downers“	47
Regel n für den/die Helfer/in	47
Bewusstlose Personen	47
Wache oder stark erregte Personen	49
Übungen	50
Spiele und Übungen für Jugendgruppen	50
Übung 1: Was ist ein richtiges Fest?	50
Übung 2: „Das Rad der Motive“	52
Übung 3: „Bootsmodell“	54
Übung 4: „Bestandsaufnahme“	55
Übung 5: „Planspiel Vereinsfest“	56
Übung 6: „Gruppenbewertung/Vorbildfunktion“	58
Übung 7: „Risikoplaner“	59
Übung 8: „Das schmeckt!“	60
Literatur und Materialtipps	61
Links und Adressen	63
Bildnachweis	63
Copyright	64
Impressum	64

Das Projekt „RISPEKT- Respekt vor Risiko“ wurde gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend aus den Mitteln des Kinder- und Jugendplans





EINLEITUNG

WARUM EINE ARBEITSHILFE ZUM UMGANG MIT ALKOHOL UND ANDEREN DROGEN?

Der Konsum von Alkohol ist in unserer Gesellschaft fest eingebettet und damit ein Teil unserer Alltagskultur. Der Umgang mit diesem potentiellen Suchtstoff reicht von Genuss bis Missbrauch. Viele Menschen kennen und schätzen die enthemmende und euphorisierende Wirkung des Alkohols. Sie leben der heranwachsenden Generation wie selbstverständlich eine Kultur des Trinkens vor. Damit ist Alkohol nicht mehr nur ein reines Rauschmittel, sondern sein Konsum wird zum Symbol des Erwachsenwerdens. Er markiert Zugehörigkeiten zu Gruppen und verspricht – so jedenfalls die Werbung – Freiheit, Spaß und Geselligkeit. Dass Jugendliche Alkohol trinken, ist weder neu noch verwunderlich. Sie sind in ihrem Verhalten ein Spiegel der Gesellschaft. **Ausmaß, Häufigkeit und die Motivationen** für den Konsum haben sich jedoch über die Jahre geändert.

Kinder- und Jugendgruppenabende, Vorstandssitzungen, Nachtwanderungen, Feriencamps, Weihnachtsfeiern sowie Bundes-, Landeskinder- und Jugendtreffen oder Meisterschaften im Rettungsschwimmen: vielfältige Veranstaltungen gehören in der Jugendverbandsarbeit einfach dazu. Der Konsum von Alkohol und anderen Drogen¹ kann und wird dabei immer auch eine Rolle spielen. Schließlich ist die Neigung zu Regelübertretungen ein wichtiges Merkmal der Jugendphase.

¹ Wir benutzen den Begriff „Alkohol und andere Drogen“ (ähnlich wie die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme www.sfa-isp.ch), um darauf hinzuweisen, dass Alkohol mit anderen Drogen mehr Gemeinsamkeiten als Unterschiede hat.

Wie aber muss man sich als Teilnehmer/in oder Verantwortliche/r verhalten? Sollte das Mitbringen, Ausschchenken oder Konsumieren von Alkohol prinzipiell verboten werden? Oder sollte eher nach dem Motto gehandelt werden: Augen zu und durch?

Die Arbeitshilfe **„RISPEKT – Respekt vor Risiko“** gibt Antworten zwischen den Extremen. Sie soll sensibilisieren und nicht vereinfachend in Schwarz und Weiß zeichnen, was tatsächlich viele Schattierungen hat. **„RISPEKT – Respekt vor Risiko“** stellt damit einen anwendungsorientierten Leitfaden für den Umgang mit dem Konsum von Alkohol und anderen Drogen in fast allen Bereichen der DLRG-Jugend dar. Es geht um die Interessen und den Schutz von Kindern und Jugendlichen. Daher möchten wir zum einen eine respektvolle Haltung gegenüber Kindern und Jugendlichen fördern, die sich im Ausprobieren ihren Grenzen nähern und zum anderen eine risikobewusste Haltung gegenüber Gefahren fördern. So scheint es uns möglich, die Entwicklung von **Risikokompetenz** zu unterstützen. Es gibt keine abschließende Garantie für die gänzliche Vermeidung von Exzessen. Die Arbeitshilfe möchte aber durch Auseinandersetzung mit dem Thema Hilfestellungen für solche Situationen bieten. Die Themen „Sucht und Risiko“ verlangen die Bereitschaft, sich mit mehrdeutigen und oft ganz unklaren Situationen auseinanderzusetzen. Die einfachen und radikalen Antworten („hör einfach auf zu saufen“, „wir schmeißen die Leute einfach raus aus unserer Jugendgruppe“) sind wirklichkeitsfern. Jugendliche und Erwachsene ändern ihre Konsummuster nicht ohne Grund. Wir wollen dir mit dem Material dieser Arbeitshilfe eine Argumentationshilfe gegenüber den Beratungsresistenten geben, Gedankenanstöße für deine eigene Entwicklung anregen, Hilfen für die Situationen, in denen du keine eigenen Lösungen siehst und eine Aufarbeitung eines allgegenwärtigen Themas aus der Lebenswelt der Jugendlichen, für die du mit die Verantwortung trägst, ermöglichen.

ZUM AUFBAU UND GEBRAUCH DER ARBEITSHILFE

Die Arbeitshilfe „**RISPEKT – Respekt vor Risiko**“ gliedert sich in drei Teile, die zur leichteren Benutzung optisch unterschieden sind. So kannst du die Arbeitshilfe der DLRG-Jugend sowohl von vorne nach hinten durchlesen als auch schnell auf das für dich Wichtigste zugreifen, je nachdem, ob du eine Veranstaltung planst oder eine knifflige Situation vor Ort lösen musst. Die Navigationskreise am rechten Rand der Broschüre verraten dir immer, in welchem Kapitel du dich gerade befindest.

Im ersten Teil wird die **Rahmenkonzeption: „RISPEKT – Respekt vor Risiko“** erläutert. Sie dient als Grundlage für alle weiteren Bestimmungen und Praxishinweise. Dieser Teil ist etwas abstrakter und theoretischer als die beiden anderen. Wir schildern, wie sich unser Konzept für die DLRG-Jugend aus den Entwicklungen in Wissenschaft und Gesellschaft begründen lässt.

Im zweiten Teil werden **Hinweise zur Planung und Realisierung von Veranstaltungen** gegeben. Worauf muss geachtet werden? Wie kann durch die Gestaltung der Rahmenbedingungen der Umgang mit Alkohol und anderen Drogen sinnvoll beeinflusst bzw. gesteuert werden?

Im dritten Teil **Was tun?** werden **Hinweise für Einzelfälle und schwierige Situationen** gegeben. Die wichtigsten Informationen werden zusammenfassend aufgeführt und sollen dir helfen, in kniffligen Situationen kompetent und verantwortungsvoll zu handeln. Dabei können schnelle Reaktionen genauso gefragt sein wie längerfristige Begleitung und Gespräche.

Ergänzt wird dieser Teil durch eine **Spielesammlung** mit Anleitungen.

Die Arbeitshilfe soll leicht verständlich, einfach und schnell zu benutzen sein, deshalb haben wir uns auf die wesentlichsten Informationen beschränkt. Je nach den Bedürfnissen und Ansprüchen deiner Jugendgruppe ist es möglich, Tei-

le der Arbeitshilfe mehr oder weniger intensiv zu diskutieren (z.B. den Theorieteil). Damit du dein Wissen vertiefen und dein Methodenrepertoire erweitern kannst, haben wir im **Anhang Literaturtipps** und **hilfreiche Adressen** zusammengestellt.

In den entsprechenden Kapiteln der Arbeitshilfe finden sich auch die **wichtigsten Dokumente zum Kopieren** (Kurzfassung des Jugendschutzgesetzes, Checklisten für Klein- und Großveranstaltungen sowie ein Notfallplan).

Diese Broschüre wurde als Gemeinschaftsprojekt der DLRG-Jugend und des Instituts für Medizinische Psychologie der Universität Heidelberg verfasst. Autoren seitens der DLRG-Jugend sind Michael Ganter und Dr. med. Christoph Mauer; die Autoren des Instituts für Medizinische Psychologie sind Dipl.-Psych. Ede Nagy, Dr. Henrik Jungaberle und Prof. Dr. Rolf Verres. Besonderer Dank gilt Anne Staufenbiel (Bundesjugendsekretariat der DLRG-Jugend) für die Betreuung der Korrektur.

Viel Spaß beim Lesen!

Wünscht euer Bundesjugendvorstand





IN KÜRZE

PRÄVENTIONSANSATZ RISPEKT – RESPEKT VOR RISIKO

Die DLRG-Jugend richtet ihre präventiven und interventiven Bemühungen nach folgendem Ansatz aus:

RISPEKT - RESPEKT VOR RISIKO

RISPEKT vor Risiko kann dabei auf zwei Arten gelesen werden:

1. Der Ansatz bezieht sich einerseits auf den Respekt vor dem Verlangen nach Risiko und Rausch und den damit verbundenen Entwicklungsaufgaben Jugendlicher.
2. Genauso geht es andererseits aber um den notwendigen Respekt vor den Gefahren von Rausch und Konsum. Ein (eigen-)verantwortlicher und möglichst risikoarmer Umgang mit Alkohol und anderen Drogen soll gefördert werden.

Hieraus ergibt sich, dass die DLRG-Jugend weder absolute Abstinenz fordert, noch eine gleichgültige Haltung des „Laissez-Faire“². Vielmehr möchte die DLRG-Jugend den Jugendlichen und jungen Erwachsenen in ihren jeweiligen Positionen und ihrer jeweiligen Entwicklung zur Seite stehen und **Möglichkeiten der Reflexion und Orientierung** geben. Leitziel ist es, Jugendliche bei der Entwicklung selbstbestimmter Entscheidungen zu unterstützen und sie in ihrer Autonomie zu stärken, sodass sie sich nicht selbst schaden.

Oberstes suchtpreventives Ziel der DLRG-Jugend ist eine risikokompetente und verantwortungsbewusste Haltung gegenüber Suchtmitteln und insbesondere Alkohol.

Ziel ist es folglich...

...weder
ABSTINENZ
zu verabsolutieren oder zu diskriminieren

...noch das gedankenlose
ÜBER-DIE-STRÄNGE-SCHLAGEN
einfach hinzunehmen

...sondern sowohl
für **RISIKEN** und **CHANCEN**
zu sensibilisieren

...als auch den
VERANTWORTUNGSVOLLEN UMGANG
zu fordern und fördern

...sowie
GRENZEN sinnvoll zu setzen,

...um
Resilienz und **RISIKOKOMPETENZ**
zu ermöglichen und zu fördern.

² Laissez-faire (französisch) heißt „einfach laufen lassen“.

ANSATZ UND HINTERGRUND

Die DLRG-Jugend orientiert sich bezüglich des Umgangs mit Alkohol im Rahmen ihrer Veranstaltungen:

1. an der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen
2. am neuesten Stand der Wissenschaft und Praxis bezüglich Rauschmitteln, Sucht
3. Prävention und Gesundheitsförderung
4. am Jugendschutzgesetz (JuSchG)
5. am Leitbild der DLRG-Jugend.

Diese vier Bereiche werden nachfolgend erläutert.

LEBENSWELT VON KINDERN UND JUGENDLICHEN

Jugendarbeit muss sich immer mit der tatsächlichen Realität junger Menschen beschäftigen und nicht nur mit einer Idealvorstellung von Jugend. Die Lebenswelten von Jugendlichen haben sich in den vergangenen Jahrzehnten sehr unterschiedlich entwickelt. Es gibt immer mehr Subkulturen und regionale Unterschiede, auf die sich junge Menschen in ihrer Entwicklung beziehen. Jugendliche werden mit vielen Entwicklungsaufgaben gleichzeitig konfrontiert. Zu diesen Aufgaben gehört es, eine gesunde Haltung gegenüber Alkohol und anderen Drogen zu finden.

In der Jugendarbeit tauchen dementsprechend vielfältige Fragen und Problemstellungen zu diesem Thema auf.

Das Konzept der DLRG-Jugend im Umgang mit Alkohol und anderen Drogen zielt darauf ab, die Risikokompetenz von Jugendlichen zu fördern. Dies bedeutet einerseits, dass Jugendliche die Fä-

higkeit erlernen sollen, sich vor den Gefahren von Alkohol und anderen Drogen zu schützen – andererseits aber auch ein Wissen über Rauscherfahrungen gewinnen, die als positiv empfunden werden.

WAS WISSEN WIR ÜBER DEN SUBSTANZKONSUM VON KINDERN UND JUGENDLICHEN?

Jugendliche können und müssen lernen mit den Gefahren umzugehen, die von Alkohol und anderen Drogen ausgehen. Dazu brauchen nicht alle, aber viele Jugendliche Unterstützung und Vorbilder. Zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass suchtpräventive Maßnahmen notwendig sind, um gefährliche Entwicklungen wie z.B. Sucht und Ausgrenzung rechtzeitig zu stoppen. Je früher sie einsetzen, desto wirksamer sind sie. Diese Studien liefern allerdings ein komplexes, manchmal widersprüchliches Bild vom Alkohol- und Drogenkonsum Jugendlicher.³

Die am häufigsten gebrauchten Drogen im Jugendalter sind Alkohol und Nikotin, gefolgt von der illegalen Droge Cannabis. Das durchschnittliche Erstkonsumalter liegt beim Rauchen derzeit bei unter 13 Jahren und beim Cannabiskonsum („Kiffen“) bei ca. 16 Jahren. Der Trend zeigt: Das Durchschnittsalter beim Erstkonsum ist in den vergangenen Jahrzehnten kontinuierlich gefallen.

Jugendliche in Deutschland machen ihre ersten Erfahrungen mit Alkohol durchschnittlich im Alter von 14 Jahren - also lange vor dem gesetzlich erlaubten Mindestalter.⁴ Unter den 18 bis 20-Jährigen sind 5% alkoholabhängig

³ Bühler und Kröger 2006: Expertise zur Wirksamkeit suchtpräventiver Maßnahmen (herausgegeben von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung).

⁴ Europäische Schülerstudie zu Alkohol und anderen Drogen (ESPAD) 2008.





und 9% weisen einen Alkoholmissbrauch auf.⁵ Aus der Drogenaffinitätsstudie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)⁶ geht weiterhin hervor, dass 89% der Jugendlichen zwischen 14 und 25 Jahren⁷ in ihrem Leben mindestens einmal Alkohol getrunken haben. Dabei ergaben sich keine bedeutsamen Geschlechterunterschiede (Mädchen = 88%, Jungen = 89%). Mädchen haben also auch beim Alkoholkonsum aufgeholt.

Laut einer nationalen Erhebung betrinkt sich derzeit jeder vierte junge Mensch im Alter zwischen 12 und 17 Jahren mindestens einmal im Monat mit fünf oder mehr Gläsern alkoholischer Getränke.⁸ Dies wird von Experten als Rauschtrinken bezeichnet. Je früher die Ersterfahrung mit Alkohol liegt, desto größer ist das Risiko für Alkoholprobleme im weiteren Leben.

Sowohl bei jungen Menschen als auch in der Gesamtbevölkerung steigt die Abhängigkeitsrate an. Die Zahl der alkoholbedingten Todesfälle beträgt etwa 6% der Gesamtbevölkerung – mehr als 40.000 Menschen sterben jährlich an den Folgen des Alkoholkonsums. Mehr als 110.000 Menschen kommen in jedem Jahr durch die Spätfolgen des Rauchens ums Leben. Darunter mehr als 3.000 Passivraucher/innen. Es besteht also Handlungsbedarf von Seiten der Gesellschaft und insbesondere von Jugendorganisationen, die im Alltag Orientierungshilfen geben können. Seit 1995 werden Jugendliche auch in der Europäischen Schülerstudie zu Alkohol und anderen Drogen befragt.

Im Jahr 2009 gaben 60% der 15- bis 16-Jährigen an, in den vergangenen 30 Tagen gelegentlich (1 bis 9 Mal) Alkohol konsumiert zu haben. Etwa

ein Viertel der Jugendlichen hatte nach eigenen Angaben regelmäßig (10 Mal oder öfter im Monat) konsumiert. Nur 18% der Befragten in dieser Altersgruppe waren nach eigenen Angaben noch abstinent (Mädchen = 19%, Jungen = 17%). Ein größerer Anteil der 15- bis 16-jährigen Mädchen (66%) trank demnach nur gelegentlich. Bei den Jungen war dies etwas weniger (54%). Ein Drittel der Jungen wiederum trank doppelt so häufig regelmäßig Alkohol wie die Mädchen (15%).

Und wie steht es mit den illegalen Drogen? Im Vergleich zu Cannabis werden alle anderen illegalen Drogen von Jugendlichen viel weniger konsumiert. Cannabis aber kann als illegale Alltagsdroge vieler Jugendlicher betrachtet werden. 14% der 14 bis 17-Jährigen und 40% der 18- bis 25-Jährigen gaben an, in ihrem Leben schon einmal Erfahrungen mit Cannabis gemacht zu haben. Im Gegensatz zu Alkohol findet man bei Cannabis jedoch etwas klarere Geschlechterunterschiede: 32% der männlichen Befragten, aber nur 25% der weiblichen Befragten haben im Alter zwischen 12 und 25 Jahren bereits einmal Cannabis konsumiert. Unter den Jugendlichen, die häufiger als einmal am Tag Cannabis konsumieren, sind dann aber vor allem Jungen zu finden.⁹ Insgesamt 2 bis 6% der Jugendlichen weisen ein riskantes Konsummuster von Cannabis auf.¹⁰

Nach dem Jugendschutzgesetz dürfen unter 16-Jährige weder Alkohol erwerben noch ihn in der Öffentlichkeit konsumieren. Diese gesetzliche Regelung wird jedoch kaum durchgesetzt.

Unser Wissen über den Umgang von Jugendlichen mit Alkohol und anderen Drogen weist darauf hin, dass es bei jungen Menschen als eine altersspezifische und (im statistischen Sinne tatsächlich auch) „normale“ Verhaltensweise angesehen werden kann, einige dieser Substanzen kennen zu lernen und einen Umgang mit ihnen zu erlernen. Dies gilt auch, wenn Teile der Gesell-

⁵ Europäische Schülerstudie zu Alkohol und anderen Drogen (ESPAD) 2008.

⁶ BZgA 2008.

⁷ Es kann natürlich enorme Unterschiede zwischen 14 und 25-jährigen Jugendlichen geben.

⁸ Drogen und Suchtbericht 2009 - Bundesministerium für Gesundheit - Drogenbeauftragte.

⁹ BZgA 2008.

¹⁰ Die Konsumzahlen für viele weitere Substanzen sind u.a. hier einsehbar: www.dhs.de.

schaft andere Normen aufstellen und Jugendliche unter 16 Jahren gerne abstinent sähen.

Wegen der hohen Konsumhäufigkeit unter Jugendlichen sprechen manche Autoren eben deshalb von *Alltagsdrogen*: „Der Begriff soll unterstreichen, wie selbstverständlich die Existenz, die Bekanntheit und die Nutzung dieser Stoffe für viele Jugendliche in ihrem täglichen Verhalten und bei der Auseinandersetzung mit ihren altersspezifischen Entwicklungsaufgaben ist“¹¹. Das heißt nicht, dass auch ein regelmäßiger Gebrauch dieser Substanzen „normal“ wäre. Nur eine kleine Gruppe Jugendlicher konsumiert illegale Drogen regelmäßig. Jeder gewohnheitsmäßige Konsum bedeutet ein erhöhtes Risiko für eine Suchtentwicklung.

WIE ENTSTEHT SUCHT?

Abhängigkeit hat immer eine körperliche und psychische Komponente. Einige Substanzen – wie Alkohol, Methamphetamin oder Nikotin – lösen starke Anpassungsprozesse im Gehirn aus, die zu Entzugssymptomen wie z.B. Reizbarkeit, Depressivität, Angstzuständen, Albträumen, Zittern usw. führen. Andere Substanzen wie Cannabis können eine psychische Abhängigkeit auslösen. Drogen, wie Alkohol, Cannabis oder Nikotin gelangen über das Blut ins Gehirn, wo sie dann unterschiedliche Wirkungen erzeugen. Für die angenehme Wirkung von Drogen ist vor allem ein bestimmter Teil des Gehirns verantwortlich: nämlich das Belohnungssystem, das in der „Mitte“ des Gehirns liegt und mit anderen Teilen des Gehirns verbunden ist.

Viele Drogen führen dazu, dass angenehme Gefühle (wie „etwas mögen“) entstehen aber auch unangenehme Gefühle wie Angst und Traurigkeit unterdrückt werden. Das ist auch der Grund, warum Drogen abhängig machen können: Wir

möchten Gefühle von Glück, Lockerheit und Angstfreiheit nochmal erleben: „Alkohol macht mich entspannter, also möchte ich wieder etwas trinken. Dann fällt es mir leichter, jemanden anzusprechen“. Das Gehirn lernt dabei, dass eine chemische Substanz (die Droge) angenehme Gefühle erzeugen kann. Tabelle 1 gibt eine Übersicht über Merkmale für die Feststellung einer Abhängigkeitserkrankung (Sucht).

Tabelle 1: Sieben Kriterien für eine Abhängigkeitserkrankung (Sucht) DSM-IV-TR¹²

Um eine Abhängigkeitserkrankung zu diagnostizieren, müssen mindestens drei der folgenden Kriterien innerhalb von 12 Monaten erfüllt sein:		
1	Toleranzentwicklung	Jemand braucht immer mehr, um die gleiche Wirkung zu erzielen.
2	Entzugerscheinungen	Wenn jemand eine Substanz nicht mehr konsumiert, entstehen unangenehme Effekte wie extreme Nervosität, Kopf- und Gliederschmerzen, Zittern, usw.
3	Kontrollverlust	Man konsumiert mehr und öfter als man will.
4	Erfolgreiche Versuche zur Reduktion	Man möchte eigentlich aufhören, schafft es aber nicht.
5	Zeitaufwand	Es wird viel Zeit darauf verwendet, die Substanz zu beschaffen.
6	Absorption	Wichtige soziale Kontakte und Aktivitäten werden vernachlässigt, man konzentriert sich ganz auf den Konsum.
7	Fortgesetzter Gebrauch trotz Problemen	Obwohl man merkt, dass es einem nicht gut tut, konsumiert man weiter.

Bei jungen Menschen kommt noch ein weiterer Aspekt hinzu: Wie der gesamte Körper, so befindet sich auch das Gehirn im Jugendalter noch im Wachstum. Welche Effekte der Konsum von Drogen in dieser Entwicklungsphase des Gehirns hat, ist bisher kaum erforscht. Sicher ist nur: Wer früh anfängt, geht ein höheres Risiko ein, abhän-

¹² DSM-IV: Saß, H. et al.: Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen - Textrevision - DSM-IV-TR. Hogrefe, Göttingen 2003.

¹¹ Freitag & Hurrelmann 1999.





gig zu werden und das Gehirn ernsthaft und dauerhaft zu schädigen. Im Fall einer Suchtentwicklung entstehen schwer kontrollierbare Gefühle von „etwas haben wollen“ und „etwas mögen“ und diese führen dazu, dass ein starker Konsumwunsch entsteht. Das ist bei einem nichtsuchtigen Menschen nicht der Fall. Jeder Konsum von Alkohol oder anderen Drogen beinhaltet ein Risiko. Logische Konsequenz: Wer gar nicht konsumiert, begibt sich auch nicht in Gefahr. Wer jedoch beispielsweise Alkohol trinkt, sollte gut darauf achten, Pausen einzulegen – um sich selbst zu beobachten und einer möglichen Sucht vorzubeugen.

ENTWICKLUNGSAUFGABEN UND RISIKOVERHALTEN

Unter Entwicklungsaufgaben versteht man Erwartungen und Anforderungen, die an Menschen gestellt werden. Sie definieren Anpassungserfordernisse, denen man sich im Leben stellen muss.¹³ Eine erfolgreiche Bewältigung erlaubt dann die Weiterentwicklung, während eine Nichtbewältigung zu Problemen auch bei zukünftigen Aufgaben führt. Die Entwicklungsaufgaben im Kindes- und Jugendalter haben drei Quellen: körperliche Veränderungen (z.B. Pubertät), gesellschaftliche Faktoren (z.B. die Entwicklung von Autonomie) und individuelle Zielsetzungen. In Tabelle 2 sind die wichtigsten allgemeinen Entwicklungsaufgaben zusammengefasst. Bei der Lösung von Entwicklungsaufgaben können Alkohol und andere Drogen eine Funktion übernehmen. Sie können diese Lösung aber auch verlangsamen oder verhindern. So rauchen Kinder und Jugendliche manchmal um „erwachsen zu wirken“ (Autonomie), sie kiffen um „anders zu sein“ (Identität, Autonomie) und trinken um „dabei zu sein“ (Identität und Intimität). Alkohol und andere Drogen werden dann im Sinne eines Lösungsmusters pro-

biert. Schwierigkeiten können entstehen, wenn:

1. der Konsum von Alkohol und anderen Drogen das einzige oder überwiegend gewählte Lösungsmuster wird (*Verhaltensbeschränkung*)
2. Alkohol und andere Drogen nicht nur zur Lösung einer, sondern vieler verschiedener Entwicklungsaufgaben benutzt werden, etwa Anschluss zu Gleichaltrigen, Stressbewältigung oder Identitätssuche (*Funktionale Expansion*¹⁴)
3. der Gewohnheitsgebrauch zur Abhängigkeitsentwicklung führt (besonders dann, wenn Drogengebrauch als alleinige Strategie zur Bewältigung von Stress und Problemen vorliegt).

Tabelle 2¹⁵ Entwicklungsaufgaben im Kindes- und Jugendalter

Identität	<ul style="list-style-type: none"> • Geschlechterrolle definieren • Akzeptieren des eigenen Körpers • Moral- und Wertvorstellungen aufbauen
Autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • Teil einer Peergroup (Gleichaltrigen) sein • Ablösung vom Elternhaus erreichen • Selbständigkeit gewinnen
Intimität	<ul style="list-style-type: none"> • Anderen vertrauen • Nähe und Distanz meistern • Fähigkeiten entwickeln, seine Bedürfnisse mit anderen abzustimmen
Selbststeuerung/Selbstkontrolle	<ul style="list-style-type: none"> • Bewusstsein für moralisches Verhalten entwickeln • Impulskontrolle (innehalten und nachdenken vor einer Handlung) • Gesundheitskompetenz (Fähigkeit zur Erhaltung des eigenen Körpers)
Zukunftsperspektive entwickeln	<ul style="list-style-type: none"> • Lebensentwürfe machen • Partnerschaften eingehen • Schul- und Berufswahl treffen
Selbstwert	<ul style="list-style-type: none"> • Erfahrung eigener Kompetenz • Akzeptanz der eigenen Person

¹⁴ Expansion heißt Ausweitung.

¹⁵ Havighurst 1948, Erikson 1959, Gingelmaier 2008.

¹³ Havighurst 1948, Erikson 1959, Gingelmaier 2008.

Zusammenfassend ist der Umgang mit psychoaktiven Substanzen immer ein Risiko. Folglich müssen Kompetenzen entwickelt werden, um mit diesem Risiko umgehen zu können. Die Entscheidung, nicht zu konsumieren (und wenn doch dann nur gelegentlich und kontrolliert) sollte unterstützt werden.

Risikoverhaltensweisen sind laut Raithel (2004) solche Verhaltensweisen, welche ein Schädigungspotenzial gegenüber dem eigenen Leben oder der Umwelt aufweisen. Insbesondere im Jugendalter können sie als Versuch zur Bewältigung entwicklungspezifischer Aufgaben zum Erwachsenwerden eingesetzt werden.

WAS SIND DIE FUNKTIONEN DES RISIKOVERHALTENS

Gefährliche Verhaltensweisen sind nicht nur irrational. Das so genannte „Risikoverhalten“ (gefährliche Sportarten, ungeschützter Geschlechtsverkehr, U-Bahn-Surfen) hat meist eine Funktion:

1. Es erleichtert die Integration in die Peergroup (Bindung, Selbstwert, Identität)
2. Es erlaubt Selbstdarstellung: „Seht her, so bin ich“ und Abgrenzung „Seht her, so bin ich nicht“ (Identität, Autonomie, Risikoverhalten hilft manchmal beim Umgang mit Gefühlen und Problemen, etwa um Ängste aktiv zu bewältigen oder zu überspielen (Bewältigungsstrategie)
3. Es dient der Suche nach Sinn, z.B. wenn Grenzerfahrungen gesucht und als „Urteil des Schicksals“ verstanden werden (Identität und Sinnsuche)
4. Risikoverhalten dient außerdem oft dem Erleben von „Flow“¹⁶ und „Kicks“¹⁷, das so genannte „sensation seeking“ - also das Suchen nach Abwechslung und neuen, intensiven Erlebnissen, um eine ständige Spannung zu erleben - verführt viele Jugendliche dazu,

¹⁶ Jessort, 1998; Silbereisen 2001

¹⁷ Flow (englisch: fließen, rinnen, strömen) ist das glückhafte Gefühl des völligen Aufgehens in einer Tätigkeit.

Grenzen zu überschreiten und immer neue Reize zu suchen.

Im Riskoverhalten zeigen sich die Ideale, Wünsche und Ziele von Jugendlichen: sich stärker fühlen, intensiver leben und weiter gehen als Erwachsene und gleichaltrige Jugendliche. Da der Alltag von Jugendlichen aber oft weniger spannend und herausfordernd ist, als sie es wünschen, entstehen unangenehme Gefühle wie Ärger, Frust und Langeweile, mit denen Jugendliche durch Risikoverhalten umzugehen versuchen.

AUFGEWACHSEN IN DER HEUTIGEN GESELLSCHAFT

Die heutige Gesellschaft ist durch Vielfalt, Mehrdeutigkeit und viele nebeneinanderstehende Werte gekennzeichnet. Trotz der scheinbar vielfältigen Möglichkeiten entsprechen die Entfaltungsmöglichkeiten von jungen Menschen oft nicht ihren individuellen Idealvorstellungen, Wünschen und Zielen. Dies wirkt sich auf die Sinnfindung und Orientiertheit aus. Die heutige Gesellschaftsform zeichnet sich laut dem Kinder- und Jugendpsychiater Resch¹⁸ durch die folgenden sieben Merkmale aus. Sie können alle eine kritische Rolle in der Entwicklung spielen.

Informationsvielfalt: Menschen werden durch das Internet und die weltweiten Nachrichtendienste mit einer großen Menge von Informationen und manipulativer Werbung überflutet. Es fällt immer schwerer, zwischen Entwicklungsförderndem und Bereicherndem zu unterscheiden.

Erfolgsorientierung: Insbesondere im Arbeitsleben, aber auch im schulischen Kontext, ist die Fähigkeit, sich an Leitungskriterien und perfekti-

¹⁸ Resch 2008, Adoleszenz und die Postmoderne.





onierten Leitlinien zu orientieren, eine wichtige Voraussetzung für Erfolg. Dies führt zur Ökonomisierung des Alltagslebens („was sich nicht auszahlt, muss weg“).

Komplexität gesellschaftlicher Probleme: Führt zu einer Unüberschaubarkeit der Gesellschaft.

Vielfalt der Wertmaßstäbe: Unterschiedliche Werte in Religion, Ökonomie und Ästhetik erschweren Urteile über richtig und falsch.

Kulturelle Vielfalt: Kann interessante Begegnungen ermöglichen, aber auch Angst vor und Unsicherheit im Umgang mit Menschen aus anderen Kulturen erzeugen.

Mobilität: Für ihre Karriere verzichten viele Menschen auf ihre Sesshaftigkeit. Dies kann zu familiären Trennungen und zum Verlust eines Gefühls des „Zu-Hause-Seins“ führen.

Flexibilität des Denkens, der sozialen Rollen/verschiedener Lebensphasen: Durch viele Rollen- und Ortswechsel entsteht die Gefahr der Beliebigkeit und der sozialen Haltlosigkeit. Diese Herausforderungen kommen zu den allgemeinen Entwicklungsaufgaben junger Menschen hinzu und können in ihrem Zusammenwirken die Identitätsfindung und das Erlangen eines stabilen Selbstwerts erschweren. Um diese Anforderungskanon bewältigen zu können, müssen Jugendliche gut ausgebildet sein, ein hohes Reflektionsvermögen besitzen, sich selbst gut steuern können sowie ihre eigenen Gefühle – und die anderer – gut wahrnehmen und unterscheiden können.

Außerdem müssen Jugendliche noch eine zuverlässige kommunikative Fähigkeit besitzen. Das sind eine Menge Fähigkeiten, die viele nicht so einfach mitbringen. Entscheidungsunsicherheit in Risikosituationen geht dem gegenüber oft einher mit niedrigem Selbstwert, Identitätsunsicherheit,

einer geringen Hoffnung auf sozialen Erfolg und einer niedrigen Erwartung, etwas im eigenen Leben bewegen zu können (Selbstwirksamkeitserwartung¹⁹).

In diesem Fall hat Substanzkonsum die Funktion, den Anforderungen zu entfliehen und sich von der Belastung gefühlsmäßig zu distanzieren. Bei diesen Jugendlichen besteht dann eine erhöhte Suchtgefährdung. Dem kann mit der Förderung ihrer Kompetenz im Umgang mit Gefahr, Rausch und Risiken entgegengewirkt werden.

RISPEKT IST AUF DEM NEUESTEN STAND VON WISSENSCHAFT UND PRAXIS

WIE HAT SICH SUCHTPRÄVENTION ENTWICKELT?

Die ersten zielgerichteten Präventionsansätze entstanden erst Anfang des 20. Jahrhunderts und waren stark von einem christlichen Umfeld beeinflusst. Alkohol wurde hier im Wesentlichen „verteufelt“ und als direkte Ursache des Alkoholismus betrachtet – ohne die sozialen Gründe und Auslöser für Missbrauch zu berücksichtigen. Später, in den 1960er und 1970er Jahren, hatte die Suchtprävention fast ausschließlich Abstinenz zum Ziel. Bezüglich illegaler Drogen waren die Hauptstrategien damals Strafverfolgung, Verurteilung und Stigmatisierung der Konsument/innen. Ab Mitte der 70er Jahre rückte langsam das Vorbeugen des Missbrauchs von *legalen* Alltagsdrogen in den Vordergrund. Weder rein wissens-

¹⁹ So bezeichnet man die Einstellung zu den eigenen Fähigkeiten (allein der Glaube etwas bewegen zu können, also eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung, führt zu Erfolgen und Selbstsicherheit, wogegen eine niedrige Erwartung Antriebslosigkeit und Misserfolg wahrscheinlicher werden lässt). Vgl. Bandura 1994.

bezogene Aufklärung noch die „Zeigefinger-Pädagogik“ (Unterrichtung über Negativfolgen und Furchtappelle) waren sehr erfolgreich. Erst ab Anfang der achtziger Jahre richtete sich die Aufmerksamkeit stärker auf individuelle und soziale Ursachen sowie auf die Motive der Konsument/innen. Somit wurde nicht der Drogenkonsum an sich, sondern die Suchtvorbeugung zum Hauptziel der Prävention. Aus „Drogenprävention“ wurde „Suchtprävention“. Abhängigkeit von Alkohol, Tabak und Medikamenten sowie Verhaltenssuchte wie Spielsucht oder Essstörungen wurden auch Gegenstand der Suchtprävention. Ein Wechsel von einer eher krankheitsfixierten zu einer mehr gesundheitsbezogenen („saluto-genetischen“) Perspektive vollzog sich in Deutschland gegen Ende der achtziger Jahre. Seit den 1990er Jahren wurden in Deutschland und international zahlreiche innovative Präventionsprogramme entwickelt (z.B. Lions Quest, Klasse 2000, Die gläserne Schule, Unplugged, REBOUND²⁰). Viele von diesen Programmen orientieren sich an „Ressourcen“, also Fähigkeiten, die Menschen haben sollten, um mit Lebensproblemen umzugehen. Neuere Ansätze basieren auf den Grundsätzen der positiven Psychologie. Sie suchen nicht nach Störungen, Beeinträchtigungen und Problemen, die eine Suchtentwicklung möglicherweise begünstigen, sondern versuchen eher die psychische Widerstandskraft (Resilienz), Risiko- und Lebenskompetenz zu fördern. Solche suchtpräventiven Maßnahmen sind suchtmittelspezifisch, d.h. ihr Ziel ist es nicht, gegen eine bestimmte Droge zu „impfen“. Ihre Zielgruppe sind nicht nur Jugendliche, sondern auch Kinder (universelle Prävention), um möglichst frühzeitig Suchtgefahren vorzubeugen. Substanzgebrauch wird als Bewältigungsversuch aufgefasst, mit dem Jugendliche ihre Entwicklungsaufgaben lösen wollen. Da die gesellschaftliche Aufmerksamkeit häufig bei Kindern und Jugendlichen liegt, muss be-

tont werden, dass Substanzmissbrauch ebenso ein Problem von Erwachsenen ist – und nicht selten dann erst zum Problem von Kindern wird. Der Konsum wird vorgelebt und scheint im Zusammenhang mit dem Erwachsenwerden und Erwachsensein dazuzugehören.

RESILIENZ UND LEBENSKOMPETENZ

Durch die Förderung von Resilienz zielen moderne Präventionsprogramme darauf ab, Menschen zu stärken, um so der Gefahr von Missbrauch und Sucht entgegenzuwirken. **Unter Resilienz versteht man eine allgemeine psychische Widerstandsfähigkeit**, das heißt das Vermögen, auf chronische Belastungen oder alltägliche Stressfaktoren flexibel zu reagieren.²¹ Sie ist eine Bewältigungsfähigkeit. Resiliente Menschen sind in der Lage, sich in schwierigen Situationen auf die eigenen Stärken zu besinnen und zu mobilisieren. Sie können sich trotz widriger Umstände entwickeln (Erhaltung von Fähigkeiten), sich von traumatischen Ereignissen schnell erholen (Erholung von Fähigkeiten) und durch Herausforderungen lernen (Erweiterung von Fähigkeiten). Resilienz wird auch bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben gebraucht, sie trägt dazu bei, dauerhafte Schäden zu vermeiden oder zu minimieren.

Wichtigste Faktoren der Resilienz sind:

- Ich-Perspektive: Ein *positives Bild von sich selbst*, über eigene Fähigkeiten und die Zukunft aufbauen.
- Ich-und-Du-Perspektive: *Unterstützende Beziehungen finden und bewahren können*.
- Gemeinschaftsperspektive: Die Bindungen zu gut funktionierenden *sozialen Netzwerken* nutzen können.

Ein Weg zur Förderung von Resilienz ist die Vergegenwärtigung von Ressourcen in der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Das geschieht

²⁰ www.lions-quest.de; www.klasse2000.de; Raschke & Blake, 2002; www.doping-praevention.de; www.my-rebound.de

²¹ Wustmann 2004.





durch die Beobachtung von positiven Modellen (Vorbildern), Erzählungen darüber, wie andere Menschen Herausforderungen bewältigt haben, durch Visualisierung von positiven Verhaltensweisen (z.B. anhand von Filmen), durch Rollenspiele und durch soziale Beeinflussung.

Die American Psychological Association (APA)²² empfiehlt folgende Strategien zur Förderung von Resilienz:

1. Kontakte zu anderen Menschen knüpfen und soziale Netzwerke aufbauen
2. Krisen nicht als unüberwindbare Probleme betrachten, sondern als Herausforderungen
3. Veränderungen als einen Teil des Lebens akzeptieren
4. Realistische Ziele entwickeln und verfolgen
5. Für sich selbst Entscheidungen treffen, aktiv werden und Probleme in die Hand nehmen
6. Sich selbst besser kennen lernen
7. Den eigenen positiven Seiten Beachtung schenken
8. Stressreiche Ereignisse in einem breiten Kontext bewerten und eine Langzeitperspektive einnehmen
9. Positiv in die Zukunft schauen
10. Auf sich selbst aufpassen.

Ein Teil der Resilienz ist genetisch vorausgesetzt und kann nicht direkt beeinflusst werden. Interessant ist aber, dass die individuellen und sozialen Anteile der Widerstandsfähigkeit erlernt und verbessert werden können. Resilienz beinhaltet laut WHO (1994) auch sehr allgemeine Fähigkeiten von Menschen: „Lebenskompetenzen sind diejenigen Fähigkeiten, die einen angemessenen Umgang sowohl mit unseren Mitmenschen als auch mit Problemen und Stresssituationen im alltäglichen Leben ermöglichen. Solche Fähigkeiten sind bedeutsam für die Stärkung der psychosozialen Kompetenz“. Dazu gehört:

1. sich selbst kennen und einfühlsam sein

2. sorgfältig kommunizieren und Beziehungen aktiv gestalten
3. kritisch und kreativ denken
4. durchdachte Entscheidungen treffen
5. Gefühle und Stress bewältigen lernen.

Daher ist das Unterstützen von Stärken ein wichtiger Bestandteil der Suchtprävention.

RISIKOKOMPETENZ – DIE FÄHIGKEIT, MIT MÖGLICHEN GEFAHREN VON ALKOHOL UND ANDEREN DROGEN UMZUGEHEN

Risikoverhalten ist im Kinder- und Jugendalter häufig. Es entspringt Bedürfnissen nach sozialer Anerkennung, Genuss, Lust und Abenteuer. Aus diesem Grund ist es sinnvoll die Förderung von Risikokompetenz als zentrale Aufgabe zu sehen. Bezüglich der Rauschmittel soll keine unrealistische Totalabstinenz für alle angestrebt werden, sondern die Verhinderung eines längerfristigen Missbrauchs. Risikokompetenz kann erlernt werden. Aber auch eine sehr weit ausgeprägte Risikokompetenz kann nicht völlig vor Gefahren schützen. Ein Vergleich zum Veranschaulichen: auch der/die beste Schwimmer/in kann ertrinken, da Wasser ein für Menschen riskantes Element darstellt. Risikokompetenz bedeutet hier, die Gefahren des Elementes sowie die eigenen Fähigkeiten richtig einzuschätzen. Ein Restrisiko bleibt aber immer bestehen. Gerade auch bei dem oft als harmlos betrachteten Alkoholkonsum.

Während man unter Resilienz eine allgemeine psychische Widerstandskraft versteht, stellt Risikokompetenz im Zusammenhang mit Alkohol und anderen Drogen eine spezifische Stärke dar: die Fähigkeit, mit Rausch und den damit verbundenen Risiken verantwortungsvoll umzugehen. Risikokompetenz setzt sich aus den folgenden vier Komponenten zusammen. Auf diese Komponenten wird bei den entsprechenden Teilen der

²² American Psychological Association (APA 2008); www.apa.org

Arbeitshilfe am Textrand hingewiesen.

1. Risikokompetente Menschen sind in der Lage, die Substanz, sich selbst und die Rolle von Sozial- und Umweltfaktoren kritisch

REFLEKTIERTHEIT

zu reflektieren. Wer gut mit Alkohol umgehen kann, denkt über sich nach. Es geht auch darum, die vorhandenen Informationen über positive und negative Wirkungen tatsächlich auf sich selbst, d.h. auf die eigenen Stärken und Schwächen beziehen zu können. („Vertrage ich es, am Abend vor einer Klassenarbeit oder Prüfung Wodka zu trinken?“ usw.). Die Normen einer Peergroup²³ werden oft unbewusst übernommen. Ein risikokompetenter Mensch kann über solche Gruppennormen²⁴ nachdenken und sich gegebenenfalls davon abgrenzen.

2. Risikokompetente Menschen sind über Nutzen, Wirkungen und Nebenwirkungen von psychoaktiven Substanzen informiert. Sie kennen

INFORMIERTHEIT

persönliche Handicaps und Erkrankungen, die einen Konsum von Alkohol und anderen Drogen gefährlich machen. Auch kennen sie die Funktion von Umweltgegebenheiten beim Konsum, z.B. wird die Erwartung von Menschen an ein Rauscherlebnis stark von ihren Bezugsgruppen (Peergroups) beeinflusst.

3. Risikokompetenz bedeutet aber auch erfolgreiche Kontrolle über die Konsumhäufigkeit, die verträgliche Menge und die Konsumumstände („Was? Wo? Mit wem?“). Bei den legalen Drogen ist dies relativ unstrittig. Und falls jemand trotz der Illegalität mit anderen Rauschmitteln experimentiert, dann gilt das auch bei diesen – falls es eben nicht gelingt, ihn/sie von Abstinenz zu überzeugen.

KONTROLLIERTHEIT

²³ Peergroup: gleichaltrige Bezugspersonen.

²⁴ Gruppennormen: was eine Gruppe für wichtig, wertvoll und anstrengenswert hält.

Allein durch die Überschreitung einer gesetzlichen Regelung kommen in so einem Fall neue Gefahren hinzu (z.B. Geld- und Haftstrafen, unter Umständen auch soziale Isolation).

ORIENTIERTHEIT

4. Schließlich gehört zur Risikokompetenz auch die Fähigkeit, den persönlichen Konsum mit den eigenen, längerfristigen Zielen in Zusammenhang zu bringen. Eine solche Orientierung in Bezug auf die Zukunft entwickelt sich bei Jugendlichen mit den Jahren und kann in der Jugendarbeit gefördert werden.

Risikokompetente Entscheidungen bedeuten also entweder, „Nein“ zu sagen (das ist die sicherste Möglichkeit) oder bei einer Konsumententscheidung alle risikorelevanten Faktoren zu kennen und schadensminimierend zu handeln. Risikokompetenz zu unterstützen ist weniger eindeutig als das Ziel vorzugeben, „abstinente“ zu sein. Es erfordert die Auseinandersetzung mit der konfliktreichen Realität von Menschen. Suchtpräventionsmaßnahmen, die auf die Förderung von Resilienz und Lebenskompetenz zielen, wurden durch systematische Forschung untersucht und ihre Wirksamkeit wurde nachgewiesen²⁵. Dabei darf man sich allerdings nicht vorstellen, dass solche Programme Jugendliche „instruktiv“ belehren und von außen verändern können. Ganz im Gegenteil bedarf es der Mitarbeit und einer kooperativen Haltung, um junge Menschen für das Lernen über Genuss und Risiko zu gewinnen.

Basierend auf den geschilderten Erkenntnissen und Begriffen wurde der Präventionsansatz *RISPEKT* – Respekt vor Risiko – zum Umgang mit Alkohol und anderen Drogen in der DLRG-Jugend, entwickelt. Der Ansatz konzentriert sich insbesondere auf die Förderung von Risikokompetenz und damit auf die Vorbeugung eines riskanten Umgangs mit Alkohol und anderen Drogen bei Jugendlichen.

²⁵ Hawks et al. 2002, Bühler & Kroeger 2006.



RISPEKT IST MIT DEM JUGENDSCHUTZGESETZ (JUSCHG) KONFORM

Der Gesetzgeber hat vor dem Hintergrund der Konfrontation von Kindern und Jugendlichen mit Alkohol und Nikotin eine gesetzliche Regelung geschaffen. Um Heranwachsende vor körperlichen und seelischen Schädigungen durch legale Drogen zu schützen, wurde das Jugendschutzgesetz (JuSchG) erlassen. Es soll in Bezug auf Alkohol und Nikotin unter anderem sicherstellen, dass es in der Zeit der Reifung des Gehirns nicht zu bleibenden Schädigungen kommt. Das Jugendschutzgesetz enthält hauptsächlich Handlungsvorgaben für Gewerbetreibende und Veranstalter beim Verkauf von Alkohol und Tabak. „Das Jugendschutzgesetz ist also kein Schikanegesetz für Jugendliche, sondern ein fürsorglich angelegtes Instrument, um Jugendliche altersgemäß und angemessen an den kompetenten Konsum legaler Drogen heranzuführen, sofern der Jugendliche das überhaupt will.“²⁶

Dem Konsum von illegalen Drogen begegnet der Gesetzgeber hauptsächlich mit Verbot und Strafverfolgung. Das stellt im Zusammenhang mit der häufig konsumierten illegalen Alltagsdroge Cannabis ein erhebliches Problem in der Jugendarbeit dar, denn Kriminalisierung führt zu oft zu Ausgrenzung und zum Abbruch von Kommunikation. Weltweit suchen Gesetzgeber und Verbraucherorganisationen nach besseren Wegen, Alkohol und illegalisierte Drogen zu regulieren.

An dieser Stelle ist wichtig festzuhalten, dass auch der Gesetzgeber in Bezug auf legale Drogen weder eine absolute Abstinenzforderung stellt noch die Augen verschließt. Vielmehr definiert er einen nach Alter gestaffelten Rahmen zum Erlernen von Risikokompetenz (siehe Tabelle 3, S. 18). Die

²⁶ Aktion Jugendschutz Bayern: Mitten im Leben statt voll daneben. Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und Drogen in der Jugendarbeit, München 2007, S. 24.

im Jugendschutzgesetz getroffenen Beschränkungen werden als prinzipiell ausreichend betrachtet. Bei einigen Veranstaltungen können weitere Einschränkungen sinnvoll sein. Viele Konflikte bei der Arbeit von Jugendorganisationen entstehen durch Überschreitung der allgemeinen Regeln von den Jugendlichen.

RISPEKT ERGIBT SICH AUS DEM LEITBILD DER DLRG-JUGEND

„*RISPEKT* – Respekt vor Risiko – Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und anderen Drogen in der DLRG-Jugend“ wird durch das Leitbild der DLRG-Jugend gerechtfertigt und unterstützt. Die zentralen Forderungen von *RISPEKT* sind zugleich die obersten Ziele des Leitbilds:

1. Leben zu retten

RISPEKT hilft, Leben zu retten, indem es einen verantwortungsvollen Umgang mit Rausch und Risiko fördert und fordert.

2. einen Beitrag zur Entwicklung junger Menschen zu selbstbestimmten, selbstbewussten und verantwortlichen Persönlichkeiten zu leisten

RISPEKT fördert Risikokompetenz und Resilienz (psychische Widerstandskraft). Das beinhaltet Fähigkeiten wie z.B. durchdachte Entscheidungen treffen, Gefühle und Stress bewältigen lernen.

3. die Interessen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen aktiv und wirksam innerhalb und außerhalb des Verbandes zu vertreten

RISPEKT ignoriert nicht den Wunsch nach Risiko und Rausch, sondern betrachtet diesen als Herausforderung während der Entwicklung.

4. auf gesellschaftliche Probleme aufmerksam zu machen und aktiv zu deren Lösung beizutragen

RISPEKT hilft Heranwachsenden in einer widersprüchlichen Realität mit widersprüchlichen An-

forderungen psychische Widerstandskraft (Resilienz) zu entwickeln.

5. die gleichberechtigte Teilhabe von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in ihren jeweiligen Lebenswelten.

RISPEKT fördert die aufrichtige Kommunikation zwischen Jugendlichen und älteren Mentor/innen (wie Jugendgruppenleiter/innen), indem die offene und klare Thematisierung problematischer oder riskanter Verhaltensweisen möglich wird.

***RISPEKT* – Respekt vor Risiko!**

ZUSAMMENFASSUNG

Die bisherigen Ausführungen haben gezeigt, dass „*RISPEKT* - Respekt vor Risiko“ ...

...REALITÄTSNAH UND DAMIT AUTHENTISCH IST, ...

Alkohol und Drogen haben zunehmend die Lebenswelt von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen erreicht. Der Umgang mit ihnen stellt eine wichtige Entwicklungsaufgabe dar. Durch *RISPEKT* werden Jugendgruppenleiter/innen in die Lage versetzt, mehrdeutige und diffuse Situationen anzusprechen und deren Lernpotenzial zugänglich zu machen.

...AUF DEM NEUESTEN STAND VON WISSENSCHAFT UND PRAXIS IST UND...

Beschränkungen, Verbote und Tabuisierung führen meist nicht zum Erwerb von Risikokompetenz. Hierzu bedarf es gezielter Auseinandersetzung und Reflexion über Konflikt und Widersprüche, die den Einzelnen/die Einzelne in

den Mittelpunkt rücken. Der Erwerb individueller Risikokompetenz im Umgang mit Alkohol und anderen Drogen muss erlernt werden (allgemeinen Lebenskompetenz). Die gelungene Auseinandersetzung mit Risikoverhalten kann eine ganze Gruppe resilienter und wertbewusster machen.

...KONFORM MIT DEM JUGENDSCHUTZGESETZ (JuSchG) IST, ...

Die Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes sind sinnvoll. Sie sind bei allen Veranstaltungen der DLRG-Jugend einzuhalten. Aber sie bieten in Anbetracht des frühen Einstiegsalters bei legalen Drogen (zwischen 11 und 16 Jahren) oft keinen ausreichenden Schutz. Für den Umgang mit illegalen Alltagsdrogen bietet dieses Gesetz keinen Anhaltspunkt. Hierfür ist das Betäubungsmittelgesetz zuständig, das zwar klar regelt, was verboten und was erlaubt ist, aber den Umgang mit Grenzüberschreitungen von Jugendlichen und Erwachsenen vor allem durch Strafe regelt. Es bedarf anderer Anstrengungen wie *RISPEKT*, damit Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene lernen können, risikokompetent mit Alkohol und anderen Drogen umzugehen. Falls Jugendliche illegale Substanzen wie Cannabis konsumieren besteht umso mehr Anlass, sie in ihrer Risikowahrnehmung und Entscheidungsfindung zu stärken.

...KONFORM MIT DEN OBERSTEN ZIELEN DES LEITBILDS DER DLRG-JUGEND IST.

Zentrales Anliegen des Präventionsansatzes *RISPEKT* ist die Förderung von Lebens- und Risikokompetenzen als ein zentraler Beitrag zur Entwicklung junger Menschen zu selbstbestimmten, selbstbewussten und verantwortlichen Persönlichkeiten. Sie ist deshalb eine zentrale Forderung des Leitbildes der DLRG-Jugend.





HINWEISE ZUR PLANUNG UND REALISIERUNG VON VERANSTALTUNGEN

Prinzipiell gelten für die Planung und Durchführung von DLRG-Jugend-Veranstaltungen die Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes (JuSchG). Beschränkungen und Zulassungen sind an Altersschwellen gekoppelt. Wie dies bezüglich Alkohol und Tabak gestaltet ist, kannst du der Tabelle 3 entnehmen.

Im Folgenden haben wir die wichtigsten Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes in Übersichten zusammengestellt. Eine komplette Fassung des **Gesetztextes** findet sich unter anderem auf der Internetseite des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend unter folgendem Link : www.bmfsfj.de. Dort befindet sich der Reiter „Jugendschutzgesetz“.

Tabelle 3: Altersgrenzen bei Konsum von Alkohol und Tabak gemäß JuSchG²⁷

Kind	Jugendlicher		Erwachsener
unter 14 Jahre	14 bis 16 Jahre	16 bis 18 Jahre	über 18 Jahre
kein Tabak kein Alkohol	Kein Tabak Alkohol, es sei denn in Begleitung einer personensorge- berechtigten Person	Alkohol aber keine Brannt- wein oder brannt- wein- haltiges Getränk	Tabak Alkohol Begren- zung, wenn übermäßiger Konsum

²⁷ www.bmfsfj.de (Jugendschutzgesetz)

JUGENDSCHUTZGESETZ (JUSCHG)²⁸

Ausschnitt des Jugendschutzgesetzes nach Stand vom 23. Juli 2002
(BGBl. I S. 2730, 2003 I S. 476).

ABSCHNITT 1 ALLGEMEINES

§ 1 BEGRIFFSBESTIMMUNGEN

(1) Im Sinne dieses Gesetzes

1. sind Kinder Personen, die noch nicht 14 Jahre alt sind,
2. sind jugendliche Personen, die 14, aber noch nicht 18 Jahre alt sind,
3. ist personensorgeberechtigte Person, wem allein oder gemeinsam mit einer anderen Person nach den Vorschriften des Bürgerlichen Gesetzbuchs die Personensorge zusteht,
4. ist erziehungsbeauftragte Person, jede Person über 18 Jahren, soweit sie auf Dauer oder zeitweise aufgrund einer Vereinbarung mit der personensorgeberechtigten Person Erziehungsaufgaben wahrnimmt oder soweit sie ein Kind oder eine jugendliche Person im Rahmen der Ausbildung oder der Jugendhilfe betreut.

(...)

(5) Die Vorschriften der §§ 2 bis 14 dieses Gesetzes gelten nicht für verheiratete Jugendliche.

§ 2 PRÜFUNGS- UND NACHWEISPFLICHT

(1) Soweit es nach diesem Gesetz auf die Begleitung durch eine erziehungsbeauftragte Person an-

²⁸ geändert durch Artikel 7 Abs. 2 des Gesetzes vom 27. Dezember 2003 (BGBl. I S. 3007),
geändert durch Artikel 3 des Gesetzes vom 29. Dezember 2003 (BGBl. I S. 3076),
geändert durch Artikel 2 des Gesetzes vom 23. Juli 2004 (BGBl. I S. 1857, 2600),
geändert durch Artikel 2 des Gesetzes vom 27. Februar 2007 (BGBl. I S. 179, 251),
geändert durch Artikel 3 des Gesetzes vom 20. Juli 2007 (BGBl. I S. 1595),
geändert durch Artikel 1 des Gesetzes vom 24. Juni 2008 (BGBl. I S. 1075),
geändert durch Artikel 3 des Gesetzes vom 31. Oktober 2008 (BGBl. I S. 2149).

kommt, haben die in § 1 Abs. 1 Nr. 4 genannten Personen ihre Berechtigung auf Verlangen darzulegen. Veranstalter und Gewerbetreibende haben in Zweifelsfällen die Berechtigung zu überprüfen. (2) Personen, bei denen nach diesem Gesetz Altersgrenzen zu beachten sind, haben ihr Lebensalter auf Verlangen in geeigneter Weise nachzuweisen. Veranstalter und Gewerbetreibende haben in Zweifelsfällen das Lebensalter zu überprüfen.

§ 3 BEKANNTMACHUNG DER VORSCHRIFTEN

(1) Veranstalter und Gewerbetreibende haben die nach den §§ 4 bis 13 für ihre Betriebseinrichtungen und Veranstaltungen geltenden Vorschriften sowie bei öffentlichen Filmveranstaltungen die Alterseinstufung von Filmen oder die Anbieterkennzeichnung nach § 14 Abs. 7 durch deutlich sichtbaren und gut lesbaren Aushang bekannt zu machen.

ABSCHNITT 2 JUGENDSCHUTZ IN DER ÖFFENTLICHKEIT

§ 4 GASTSTÄTTEN

(1) Der Aufenthalt in Gaststätten darf Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren nur gestattet werden, wenn eine personensorgeberechtigte oder erziehungsbeauftragte Person sie begleitet oder wenn sie in der Zeit zwischen 5 Uhr und 23 Uhr eine Mahlzeit oder ein Getränk einnehmen. Jugendlichen ab 16 Jahren darf der Aufenthalt in Gaststätten ohne Begleitung einer personensorgeberechtigten oder erziehungsbeauftragten Person in der Zeit von 24 Uhr und 5 Uhr morgens nicht gestattet werden.

(2) Absatz 1 gilt nicht, wenn Kinder oder Jugendliche an einer Veranstaltung eines anerkannten Trägers der Jugendhilfe teilnehmen oder sich auf Reisen befinden.

(3) Der Aufenthalt in Gaststätten, die als Nachtbar oder Nachtclub geführt werden und in ver-

gleichbaren Vergnügungsbetrieben, darf Kindern und Jugendlichen nicht gestattet werden.

(4) Die zuständige Behörde kann Ausnahmen von Absatz 1 genehmigen.

§ 5 TANZVERANSTALTUNGEN

(1) Die Anwesenheit bei öffentlichen Tanzveranstaltungen ohne Begleitung einer personensorgeberechtigten oder erziehungsbeauftragten Person darf Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren nicht und Jugendlichen ab 16 Jahren längstens bis 24 Uhr gestattet werden.

(2) Abweichend von Absatz 1 darf die Anwesenheit Kindern bis 22 Uhr und Jugendlichen unter 16 Jahren bis 24 Uhr gestattet werden, wenn die Tanzveranstaltung von einem anerkannten Träger der Jugendhilfe durchgeführt wird oder der künstlerischen Betätigung oder der Brauchtumpflege dient.

(3) Die zuständige Behörde kann Ausnahmen genehmigen.

§ 7 JUGENDGEFÄHRDENDE VERANSTALTUNGEN UND BETRIEBE

Geht von einer öffentlichen Veranstaltung oder einem Gewerbebetrieb eine Gefährdung für das körperliche, geistige oder seelische Wohl von Kindern oder Jugendlichen aus, so kann die zuständige Behörde anordnen, dass der Veranstalter oder Gewerbetreibende Kindern und Jugendlichen die Anwesenheit nicht gestatten darf. Die Anordnung kann Altersbegrenzungen, Zeitbegrenzungen oder andere Auflagen enthalten, wenn dadurch die Gefährdung ausgeschlossen oder wesentlich gemindert wird.

§ 8 JUGENDGEFÄHRDENDE ORTE

Hält sich ein Kind oder eine jugendliche Person an einem Ort auf, an dem ihm oder ihr eine unmittelbare Gefahr für das körperliche, geistige oder seelische Wohl droht, so hat die zuständige Behörde oder Stelle die zur Abwendung der Gefahr erforderlichen Maßnahmen zu treffen.

Wenn nötig, hat sie das Kind oder die





jugendliche Person

1. zum Verlassen des Ortes anzuhalten,
2. der erziehungsberechtigten Person im Sinne des § 7 Abs. 1 Nr. 6 des Achten Buches Sozialgesetzbuch zuzuführen oder, wenn keine erziehungsberechtigte Person erreichbar ist, in die Obhut des Jugendamtes zu bringen.

In schwierigen Fällen hat die zuständige Behörde oder Stelle das Jugendamt über den jugendgefährdenden Ort zu unterrichten.

§ 9 ALKOHOLISCHE GETRÄNKE

(1) In Gaststätten, Verkaufsstellen oder sonst in der Öffentlichkeit dürfen

1. Branntwein, branntweinhaltige Getränke oder Lebensmittel, die Branntwein in nicht nur geringfügiger Menge enthalten, an Kinder und Jugendliche,
2. andere alkoholische Getränke an Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren weder abgegeben noch darf ihnen der Verzehr gestattet werden.

(2) Absatz 1 Nr. 2 gilt nicht, wenn Jugendliche von einer personensorgeberechtigten Person begleitet werden.

(3) In der Öffentlichkeit dürfen alkoholische Getränke nicht in Automaten angeboten werden.

Dies gilt nicht, wenn ein Automat

1. an einem für Kinder und Jugendliche unzugänglichen Ort aufgestellt ist oder
2. in einem gewerblich genutzten Raum aufgestellt und durch technische Vorrichtungen oder durch ständige Aufsicht sichergestellt ist, dass Kinder und Jugendliche alkoholische Getränke nicht entnehmen können.

§ 20 Nr. 1 des Gaststättengesetzes bleibt unberührt.

(4) Alkoholhaltige Süßgetränke im Sinne des § 1 Abs. 2 und 3 des Alkopopsteuergesetzes dürfen gewerbsmäßig nur mit dem Hinweis „Abgabe an Personen unter 18 Jahren verboten, § 9 Jugendschutzgesetz“ in den Verkehr gebracht werden. Dieser Hinweis ist auf der Fertigpackung in der gleichen Schriftart und in der gleichen Größe und Farbe wie die Marken oder Fantasienamen

oder, soweit nicht vorhanden, wie die Verkehrsbezeichnung zu halten und bei Flaschen auf dem Frontetikett anzubringen.

§ 10 RAUCHEN IN DER ÖFFENTLICHKEIT, TABAKWAREN

(1) In Gaststätten, Verkaufsstellen oder sonst in der Öffentlichkeit dürfen Tabakwaren an Kinder oder Jugendliche weder abgegeben noch darf ihnen das Rauchen gestattet werden.

(2) In der Öffentlichkeit dürfen Tabakwaren nicht in Automaten angeboten werden. Dies gilt nicht, wenn ein Automat

1. an einem Kindern und Jugendlichen unzugänglichen Ort aufgestellt ist oder
2. durch technische Vorrichtungen oder durch ständige Aufsicht sichergestellt ist, dass Kinder und Jugendliche Tabakwaren nicht entnehmen können.

ABSCHNITT 3 JUGENDSCHUTZ IM BEREICH DER MEDIEN - UNTERABSCHNITT 1 TRÄGERMEDIEN

§ 11 FILMVERANSTALTUNGEN

(5) Werbefilme oder Werbeprogramme, die für Tabakwaren oder alkoholische Getränke werben, dürfen unbeschadet der Voraussetzungen der Absätze 1 bis 4 nur nach 18 Uhr vorgeführt werden.

Einen Überblick zum Kopieren und Aufhängen befindet sich umseitig.



Das Jugendschutz (JuSchG)

erlaubt ■ / nicht erlaubt ■	Dieses Gesetz gilt nicht für verheiratete Jugendliche	Kinder		
		unter 14 Jahre	unter 16 Jahre	unter 18 Jahre
Eltern müssen nicht alles erlauben, was das Gesetz gestattet. Sie tragen bis zur Volljährigkeit die Verantwortung				
§ 4	Aufenthalt in Gaststätten	•	•	bis 24 Uhr
	Aufenthalt in Nachtbars, Nachtclubs oder vergleichbaren Vergnügungsbetrieben			
§ 5	Anwesenheit bei öffentlichen Tanzveranstaltungen, u.a. Disco (Ausnahmegenehmigung durch zuständige Behörden möglich)	•	•	bis 24 Uhr
	Anwesenheit bei öffentlichen Tanzveranstaltungen von anerkannten Trägern der Jugendhilfe	bis 24 Uhr	bis 24 Uhr	bis 24 Uhr
§ 6	Anwesenheit in öffentlichen Spielhallen. Teilnehmen an Spielen mit Gewinnmöglichkeit			
§ 7	Anwesenheit bei jugendgefährdenden Veranstaltungen und in Betrieben (Die zuständige Behörde kann Alters- und Zeitbegrenzungen sowie andere Auflagen anfordern)			
§ 8	Aufenthalt an jugendgefährdenden Orten (Die zuständige Behörde kann Maßnahmen zur Gefahrenabwehr treffen)			
§ 9	Abgabe/Verzehr von Branntwein, branntweinhaltigen Getränken und Lebensmitteln			
	Abgabe/Verzehr anderer alkoholischer Getränke, z.B. Wein, Bier o.ä. (Ausnahme: Erlaubt bei 14- und 15-Jährigen in Begleitung einer personensorgeberechtigten Person wie z.B. der Eltern)			■
§ 10	Abgabe und Konsum von Tabakwaren			
§ 11	Kinobesuche Nur bei Freigabe des Films und Vorspanns: „ohne Altersbeschränkung / ab 6 / ab 12 / ab 16 Jahren“	bis 24 Uhr	bis 24 Uhr	bis 24 Uhr
	(Kinder unter 6 Jahren nur mit einer erziehungsbeauftragten Person. Die Anwesenheit ist grundsätzlich an die Altersfreigabe gebunden! Ausnahme Filme ab 12 Jahren, dabei ist die Anwesenheit ab 6 Jahren in Begleitung einer personensorgeberechtigten Person (Eltern) gestattet.)			
§ 12	Abgabe von Filmen oder Spielen (auf DVD, Video, usw.) Nur entsprechende Altersbeschränkungen ab 6 / 12 / 16 Jahren			
§ 13	Spielen an elektronischen Bildschirmspielgeräten Ohne Gewinnmöglichkeit, nur nach den Freigabekennzeichen: „ohne Altersbeschränkung / ab 6 / 12 / 16 Jahren“			

• = Beschränkungen/zeitliche Begrenzung werden durch die Begleitung einer erziehungsbeauftragten Person aufgehoben.



LEGALE UND ILLEGALE SUBSTANZEN - DAS BETÄUBUNGSMITTELGESETZ (BTMG)

Neben dem Jugendschutzgesetz gibt es noch das Betäubungsmittelgesetz (BtMG). Es bezieht sich auf Stoffe, die nicht auf dem freien Markt erhältlich sind oder sein sollten, z.B. Arzneimittel. Darunter fallen auch alle psychoaktiven Substanzen, die der Gesetzgeber dort in Form von Listen aufgenommen hat, den so genannten Anlagen (Opiate, Ecstasy, THC – einem Inhaltsstoff von Cannabis). Im BtMG werden auch Straftaten und Ordnungswidrigkeiten genannt, die beim Verstoß drohen. Was strafbar ist, regeln die Paragraphen 29ff des Gesetzes (siehe Kasten). Den ganzen Wortlaut des BtMG gibt es zum Nachlesen hier; http://www.gesetze-im-internet.de/btmg_1981/ (Bundesministerium der Justiz).



sich?

2. Welches Alter haben die Teilnehmer/innen?
3. Ist die Gruppe bezüglich ihrer Altersstruktur einheitlich oder gemischt?

Betäubungsmittelgesetz (BtMG) im Auszug

- 1) Mit Freiheitsstrafe bis zu fünf Jahren oder mit Geldstrafe wird bestraft, wer:
 1. Betäubungsmittel unerlaubt anbaut, herstellt, mit ihnen Handel treibt, sie, ohne Handel zu treiben, einführt, ausführt, veräußert, abgibt, sonst in den Verkehr bringt, erwirbt oder sich in sonstiger Weise verschafft, ...
 2. ... eine ausgenommene Zubereitung (§ 2 Abs. 1 Nr. 3) ohne Erlaubnis nach § 3 Abs. 1 Nr. 2 herstellt,
 3. Betäubungsmittel besitzt, ohne zugleich im Besitz einer schriftlichen Erlaubnis für den Erwerb zu sein ...
- 6.b) ... verabreicht oder zum unmittelbaren Verbrauch überlässt, ...
 10. ... einem anderen eine Gelegenheit zum unbefugten Erwerb oder zur unbefugten Abgabe von Betäubungsmitteln verschafft oder gewährt, eine solche Gelegenheit öffentlich oder eigennützig mitteilt oder einen anderen zum unbefugten Verbrauch von Betäubungsmitteln verleitet, ...

Aus gesetzlichen Vorgaben im Jugendschutzgesetz ergeben sich aber nur die Rahmenbedingungen für eine Veranstaltungsorganisation. Viele weitere Faktoren spielen eine entscheidende Rolle. Diese Faktoren lassen sich in folgende Fragen fassen:

1. Um welche Art von Veranstaltung handelt es

Grob kann man DLRG-Jugend-Veranstaltungen nach geschlossenen und offenen bzw. Klein- und Großgruppenveranstaltungen unterscheiden. Am Ende des Abschnitts stehen Checklisten (Kopiervorlagen) mit den wichtigsten Punkten, die auf jeder Veranstaltung beachtet werden sollten.

TYPEN VON VERANSTALTUNGEN IN DER DLRG-JUGEND UND DEREN TEILNEHMER/INNENSTRUKTUR

GESCHLOSSENE BZW. KLEINVERANSTALTUNGEN

Merkmale: überschaubare Anzahl bzw. bekannte Teilnehmer/innen

Beispiele: Gruppenstunde, Nachtwanderung, Zeltlager, Hüttenwochenende, Ausflüge etc..

Die folgenden Punkte dienen als Orientierungshilfe für die Planung und Durchführung von geschlossenen bzw. Kleinveranstaltungen:

- Welche Art von Veranstaltung? Wie sind die Teilnehmer/innen zusammengesetzt?
- Wie ist die Altersstruktur?
- Welches sind die Maßnahmen, um das Jugendschutzgesetz einzuhalten?
- Welche Form von Fest/Spaß wollen wir haben?
- Alkohol? Rauchen? Wenn ja, wie?
- Regeln und Sanktionen festlegen. Beispiele für **Regeln und Sanktionen** finden sich in unseren Fallbeispielen (vergleiche ab Seite 39).
- Teilnahmebedingungen? Regeln und Sanktionen in die Teilnahmebedingungen der Anmeldung aufnehmen und von den Teilnehmern/innen bzw. deren Erziehungsberechtigten unterschreiben lassen. Z.B. kann es von den Eltern verlangt werden, ihr Kind bei grobem Regelverstoß abzuholen; auch die „soften“ Sanktionen wie soziale Dienste können hier erwähnt werden.
- A+D-Vertrag (Alkohol- und Drogenvertrag, Kopiervorlage Seite 28) beachten: eigene Vorbildfunktion
- Helfer/innen: Null-Promille-Notfallklausel (00/00), d.h. mindestens ein Helfer/in trinkt nichts

- Themenabende für Risiko- und Genussbewusstsein
- Achte auf deine Freunde (d.h. es wird auf jede/n aufgepasst)!
- für Gefahren sensibilisieren, aufeinander achten

OFFENE BZW. GROSSVERANSTALTUNGEN

Merkmale: viele bzw. unbekannte Teilnehmer/innen, manchmal nur DLRG-Jugend Mitglieder, oder öffentlich zugängliche Veranstaltungen

Beispiele: überregionale Treffen, größere Feste. Die folgenden Punkte dienen als Orientierungshilfe für die Planung und Realisierung von offenen- bzw. Großveranstaltungen:

- Kurzform des Jugendschutzgesetzes besprechen (Seite 18)
- Jugendschutzgesetz aushängen (hierfür kann Seite 21 genutzt werden)
- Notfallplan aushängen
- strukturelle Maßnahmen (Armbänder für Altersgruppen, abgetrennte Konsumbereiche)
- Regeln und Sanktionen festlegen und in Teilnahmebedingungen der Anmeldung aufnehmen
- Aus welchen Gruppen sind die zu erwartenden Teilnehmer/innen zusammengesetzt?
- Wie ist die Altersstaffelung?
- Wer sollte einen Personalausweis dabei haben? (Vergleiche Seite 27, Ziffer 8)
- offene Diskussion: Was macht ein Fest zu einem Fest? (hierfür gibt es eine Übung auf Seite 50) Ist Alkoholausschank vorgesehen?
- Soll es Raucher/innenbereiche geben?
- „9 aus 18“ (Seite 26) Maßnahmen beschließen und auf der Veranstaltung aushängen.

Kinder und Jugendliche halten sich nicht unbedingt an die vom Gesetzgeber vorgesehenen Regeln (Altersgrenzen und Art der Alkoholika und





Substanzen). Selbst wenn die Vorgaben eingehalten werden, kann das verträgliche Maß überschritten werden - einmalig, öfter oder regelmäßig. Für verschiedene Situationen haben wir im Folgenden Beispiele und Hilfestellungen für typische Situationen zusammengestellt.

Es geht darum, zu unterscheiden:

- Wo führt eine Grenzübertretung noch zu einem positiven Lernprozess?
- Wann ist die objektive Grenze zu einer lebensgefährlichen Vergiftung erreicht?
- Wo ist die Schwelle zu selbst- oder fremdgefährdendem bzw. süchtigem Verhalten überschritten?
- Es geht nicht um eine formelhafte „Betriebs-

anweisung“. Es kommt immer auf den Einzelfall und genauen Kontext an

CHECKLISTE FÜR VERANSTALTUNGEN

Ziel ist ein verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol und Zigaretten (z.B. Raucherbereiche festlegen). Die Veranstalter/innen haben Vorbildfunktion und bemühen sich, riskanten Alkoholkonsum zu reduzieren und dadurch gesundheitliche Schäden bei Teilnehmenden zu vermindern. Kopiervorlagen zum Verteilen, Besprechen und Aushängen:



Checkliste: Kleinveranstaltungen & regelmäßige Gruppentreffen

Obligatorisch (Muss ...)

- 1 Die Leitungsperson hat in der Gruppe über Regeln beim Umgang mit Alkohol und andere Drogen diskutiert und Kernpunkte der Arbeitshilfe besprochen.
- 2 Es wurde in der Gruppe besprochen, ob und wer Alkohol trinken darf bzw. rauchen darf (Jugendschutzgesetz!).
- 3 Es wurde in der Gruppe geklärt, wie bei Regelüberschreitungen miteinander umgegangen wird.
- 4 Es wurde explizit gemacht, wer Zugang zu eventuell vorrätigen Alkoholika hat (wer „Bier aus dem Kühlschrank holen darf und wer nicht“).
- 5 Notfallplan ist bekannt und für alle verfügbar.
- 6 Die Leitungsperson bleibt nüchtern oder bestimmt mindestens eine verantwortungsbewusste Person, die keinen Alkohol trinkt.
- 7 Bei DLRG-Jugend-Veranstaltungen stehen immer alkoholfreie Getränke zur Verfügung.
- 8 Eine Liste mit den Telefonnummern der Erziehungsberechtigten steht zur Verfügung.

Optional (Kann ...)

- 9 Bei Bedarf wird ein „Alkohol- und Drogenvertrag“ abgeschlossen. Darin wird festgelegt, welcher Konsum zu welchem Zeitpunkt als angemessen betrachtet wird und welche Sanktionen bei Regelverstößen anfallen.
- 10 Bei Bedarf werden „Rucksack-Kontrollen“ durchgeführt, also nach mitgebrachten Alkoholika geforscht.

HINWEISE ZUR
PLANUNG





Checkliste: Risikoarme und jugendschutzkonforme Feste und Feiern - 9 von 18

Mindestens 9 von 18 möglichen Maßnahmen sollten bei jeder Veranstaltung, bei der Kinder und jugendliche Teilnehmer/innen sind, Standard sein. Auf jeden Fall soll ein/e Jugendschutzbeauftragte/r bestimmt werden (der selbstverständlich nüchtern bleibt). Der Veranstalter wählt die passenden Maßnahmen aus und setzt Schwerpunkte.

Ziel ist ein verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol und Zigaretten (z.B. Raucher/innenbereiche festlegen). Die Veranstalter haben Vorbildfunktion und bemühen sich, riskanten Alkoholkonsum zu reduzieren und dadurch gesundheitliche Schäden zu vermindern und Unfälle zu vermeiden.

Ziele und Hintergrund

- Schutz der Gesundheit der erwachsenen und jugendlichen Teilnehmer/innen
- weniger Ausschreitungen und Vandalismus bei Festen
- weniger Alkoholvergiftungen
- niedrigere Unfallraten
- positives Image
- Umsetzung des Jugendschutzgesetzes

Beschreibung

Bei der Veranstaltung von Festen ist folgender Punkt verpflichtend:

- Der Veranstalter kennt die gesetzlichen Jugendschutzbestimmungen und trifft die nötigen Vorkehrungen zur Umsetzung.

Aus der Liste der folgenden Maßnahmen werden
mindestens 9 (3+6) Punkte umgesetzt:

Obligatorische 3 Punkte (MUSS!)

- 1** Bereits bei der Ankündigung der Veranstaltung (Plakate, Einladungen, Zeitungsbericht) wird ein kurzer Hinweis auf die Bestimmungen des Jugendschutzes aufgenommen.
Beispiel „An Jugendliche unter 16 Jahren wird kein Alkohol ausgeschenkt“ „Wir halten uns an die Jugendschutzbestimmungen und das DLRG-Jugend RISPEKT-Konzept“.
- 2** Ein/e eigene/r Jugendschutzbeauftragte/r wird für die Dauer der Veranstaltung ernannt und achtet darauf, dass die gesetzlichen Bestimmungen eingehalten werden und Grundsätze, wie in der Arbeitshilfe beschrieben, beachtet werden. Entsprechend der Veranstaltungsgröße sollten mehrere Helfer/innen eingesetzt werden, die auch angrenzende Orte, wie Parkplätze, im Auge behalten sollten.
- 3** Der Notfallplan hängt aus und ist für alle Organisationshelfer/innen zugänglich.

Optional sollten mindestens weitere 6 Punkte
aus der folgenden Liste ausgewählt werden

Optional (Kann ...)

- | | |
|----|---|
| 4 | An der Einlasskontrolle, beim Eingang und vor allem beim Ausschank wird ein deutlich sichtbarer und großer Hinweis zum Jugendschutz angebracht (z.B. durch Plakate). |
| 5 | An der Einlasskontrolle werden junge Besucher/innen durch die Mitarbeiter/innen mündlich auf die Einhaltung der Jugendschutzbestimmungen aufmerksam gemacht. |
| 6 | Es wird besonders darauf geachtet, dass junge Besucher/innen nicht selbst alkoholische Getränke zu Veranstaltungen mitbringen (z.B. Rucksackkontrollen). |
| 7 | Hinter der Bar stehen Erwachsene, die beim Verkauf alkoholischer Getränke verantwortungsbewusst handeln. |
| 8 | Das Ausschankpersonal wird vor der Veranstaltung angewiesen, junge Besucher/innen zum Vorzeigen eines Ausweises aufzufordern und – falls der notwendige Altersnachweis nicht erbracht wird – keinen Alkohol auszugeben. Es braucht keine Diskussionen, einfache Antworten genügen: „Ich habe mich an das Gesetz zu halten und darf dir deshalb keinen Alkohol/ keine Tabakwaren verkaufen. Sorry, du bist einfach zu jung!“ Oder: „Auch wenn es nicht für dich ist, darf ich Alkohol/Tabakwaren nicht an dich weitergeben, weil du einfach zu jung bist!“ Bei Zweifeln hinsichtlich des Alters: „Laut Gesetz bin ich verpflichtet, dich nach deinem Alter zu fragen und einen Ausweis zu verlangen. Der Verkauf von Tabak und Alkohol an Jugendliche unter 16/18 Jahren ist strafbar.“ Oder: „Wenn Sie nicht nachweisen können, dass Sie 18 sind, habe ich nicht das Recht, Spirituosen an Sie zu verkaufen. Ich könnte dafür angezeigt werden!“. |
| 9 | Der Veranstalter stellt mehrere attraktive, alkoholfreie Angebote zur Verfügung, die günstiger sind als alkoholische Getränke und bemüht sich um Werbung dafür. |
| 10 | Alkoholische Mixgetränke werden gar nicht oder teuer verkauft. |
| 11 | Keine Trinkanimation wie „Happy Hour“-Trinkspiele, Kübelsaufen usw. |
| 12 | Durchsagen über eine Lautsprecheranlage geben Hinweise auf die Jugendschutzbestimmungen (Ausgehgrenzen, Alkoholkonsum). |
| 13 | Betrunkene Jugendliche werden in Begleitung nach Hause geschickt. Die Eltern werden telefonisch benachrichtigt (Abholung). Dieses Vorgehen wird vorher angekündigt. |
| 14 | Der Veranstalter sorgt für einen preisgünstigen Heimbringdienst für alle Besucher/innen. Die Erfahrungen bei der Veranstaltung (Wie ist es gelaufen? Was hat sich bewährt, was nicht?) werden besprochen, um für die Zukunft Verbesserungen zu erzielen. |
| 15 | Ein/e weitergebildete/r DLRGler/in stellt den RISPEKT- Ansatz auf einem eigenen Stand vor - oder richtet eine abgedunkelte „SonderBar“ ein, in der die Wirkung auch geringer Mengen von Alkohol unter „Supervision“ intensiver erfahren werden kann. |
| 16 | Es werden extra dafür vorgesehene Bereiche zum Konsum von Alkohol oder Rauchzonen bestimmt. |
| 17 | Es werden bunte Armbänder zur schnellen und sicheren Altersbestimmung ausgegeben. Wer die Rechte ab 18 Jahren geltend machen will, muss den Personalausweis vorzeigen. |
| 18 | Es wird je nach Veranstaltung ein Alkoholvertrag geschlossen, in welchem sich die Teilnehmer/innen selbst Grenzen setzen und für deren Einhaltung sorgen. |

Ergänzt aus „Mitten im Leben statt voll daneben“ Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und Drogen in der Jugendarbeit. Hrsg. Aktion Jugendschutz Bayern (AJ) und Bayerischer Jugendring (BJR) 2007.





ALKOHOL UND DROGENVERTRAG (A + D VERTRAG)

A+D Vertrag zum verantwortungsbewussten Umgang mit Alkohol und anderen Drogen auf DLRG-(Jugend-)Veranstaltungen

Name der Veranstaltung:

Datum:

Teilnehmer/innenzahl:

Namen der Teilnehmer/innen auf Rückseite dieses Blattes notieren (Alter in Klammern angeben)!

Wir verpflichten uns während der gesamten Veranstaltung folgende Regeln einzuhalten:

- Rauchen nur in den dafür vorgesehenen Bereichen
- Rauchen nicht in der Sichtweite von Kindern und Jugendlichen
- Nur niedrigprozentige Alkoholika (Wein, Bier, Sekt) zu konsumieren
- Alkohol nur nach 22h zu konsumieren
- Alkohol nur in den dafür vorgesehenen Räumen zu konsumieren
- Alkohol wird nur in Maßen konsumiert (sodass jede/r noch in der Lage ist, selbständig und verantwortlich zu handeln)

• Folgende Personen _____

bleiben an folgenden Tagen _____

nüchtern (zum Beispiel Klaus: Montag, Hauke: Dienstag)

• Es werden keine illegalen Drogen konsumiert.

• ...

• ...

Mögliche Sanktionen bei Verstoß gegen diese Vereinbarung umfassen natürliche und notwendige Tätigkeiten für die Gemeinschaft, z.B.: Geschirr spülen, Toilettendienst, Kartoffelschälen, Tisch decken (hier notieren):

Ort, Datum

Unterschrift:

HINWEISE FÜR DEN/DIE JUGENDLEITER/IN BEZÜGLICH DES ALKOHOLO- UND DROGEN-VERTRAGS

Die Diskussion über den A+D-Vertrag sollte möglichst offen gestaltet werden.

Ein Beispieltext:

Liebe Teilnehmer/innen,
für die Gestaltung unserer Freizeitveranstaltung möchte ich mit euch über das Thema Alkohol, Zigaretten und andere Drogen sprechen. Ich würde vorschlagen, wir diskutieren, wie wir uns das vorstellen. Ich bin als Leiter/in dazu verpflichtet darauf zu achten, dass das Jugendschutzgesetz eingehalten wird. Dieses besagt aber nur, was ab welchem Alter konsumiert werden darf. Die Frage ist aber, soll überhaupt oder wie viel soll konsumiert werden? Zu welcher Zeit? An welchem Ort? Unter welchen Bedingungen oder Spielregeln? Ziel ist es, dass es nicht zu gefährlichen Situationen kommt und alle möglichst viel und lange Spaß haben. Wenn wir die Regeln und eventuell die Strafen bei Regelverstoß diskutiert haben, können wir einen Alkohol- und Drogen-Vertrag aufsetzen, den dann alle unterschreiben.

Der/die Leiter/in sollte darauf achten, dass:

1. die gesetzlichen Bestimmungen eingehalten werden.
2. die Regeln und Sanktionen sinnvoll und nicht übertrieben sind.

Der A+D-Vertrag wird an zentraler Stelle oder beispielsweise neben der Bar für alle gut sichtbar aufgehängt.





TIPPS FÜR EINZELFÄLLE UND SCHWIERIGE SITUATIONEN

In diesem Kapitel möchten wir anhand von Beispielen Lösungsmöglichkeiten aufzeigen, die den Gruppenleiter/innen in ihrer individuellen Situation helfen können.

Am Anfang geben wir Jugendleiter/innen Tipps, um mit dem Thema Alkohol und andere Drogen richtig umzugehen, später erläutern wir anhand realer Beispiele und Ereignisse, wie man sich verantwortungsbewusst verhalten könnte.

DIE ROLLE DES/DER JUGENDLEITERS/IN – STÄRKEN ERKENNEN UND FÖRDERN

REFLEKTIERTHEIT Im Umgang mit dem Gebrauch und Missbrauch von Drogen, wie zum Beispiel Alkohol, Zigaretten, Cannabis und psychoaktiven Medikamenten (Beruhigungsmitteln, leistungssteigernden Substanzen) ist es für jede/n Jugendleiter/in wichtig, eine reflektierte Haltung zu entwickeln. Reflektiertheit ist eine grundlegende Bedingung für Risikokompetenz.

Reflektiert heißt: „gut überlegt“. Der/die Leiter/in einer Jugendgruppe ist immer ein Vorbild, an dem sich die Teilnehmenden orientieren, auch wenn sie das selbst oft nicht bewusst wahrnehmen. Die folgenden Anregungen sollen helfen, über sich selbst und die eigene Rolle nachzudenken. Sie bauen auf den bekannten Grundprinzipien der DLRG-Jugend auf Seite 16. Sinn des nächsten Abschnitts ist, sich einmal Gedanken darüber zu machen, wie es mit diesen Punkten bei mir selbst als Jugendleiter/in aussieht (und das eventuell in der Gruppe einmal zu besprechen).

VERANTWORTUNG - „FÜR MICH SELBST ZUSTÄNDIG SEIN“

ORIENTIERTHEIT Verantwortung ist nicht nur ein langweiliges „Erwachsenenwort“. Verantwortung ist eine aktive und bejahende Haltung gegenüber sich selbst und den anderen. Man erkennt an, dass Zusammenleben immer auch bedeutet, verschiedene Interessen zu haben, Konflikte aktiv lösen zu müssen und sich um Schwächere oder Jüngere zu kümmern. Verantwortung ermöglicht und sorgt sich um die Erfüllung der Grundbedürfnisse. Selbstverantwortung bedeutet: sich zuständig fühlen für sich selber, den eigenen Körper und Geist, seine Funktions- und Genussfähigkeit. Es geht sozusagen darum, den „Vorsitz im inneren Parlament“ zu übernehmen und Entscheidungen für das Wohlergehen von mir selber und anderen zu treffen.

Konkret: Ich möchte nach einer Veranstaltung mit mir zufrieden sein.

SELBST- UND FREMDWAHRNEHMUNG - „GENAU HINSCHAUEN“

REFLEKTIERTHEIT Die Bedürfnisse und Interessen von sich und anderen erkennen und anerkennen oder ungeliebte Wahrnehmungen nicht gleich verdrängen und abwehren, sondern Mut zum selbstkritischen „Draufschauen“ lernen: Das gehört zur Reflektiertheit. Es geht nicht nur darum, etwas einfach zu wollen „weil es Bock macht“ – zum Beispiel Biertrinken - sondern zu überlegen, was für eine Rolle das gerade im eigenen Leben spielt: „Versuche ich gerade, meine eigenen Sorgen wegzusaußen?“ Oder: „Lasse ich etwas Negatives zu, nur weil ich Hemmungen habe, beherzt einzugreifen?“

SPASS, LUST UND UNLUST - „LÄNGER SPASS HABEN“

REFLEKTIERTHEIT

Man sollte darüber nachdenken, was alles Spaß macht. Es ist in Ordnung, Genuss zu erleben, aber es lohnt sich auch darüber nachzudenken, dass Spaß nur ein Teil des Leben ist – genau wie Frust oder Phasen von Langeweile. Risikobewusstsein zu entwickeln kann durchaus den Zweck haben, letztendlich mehr und länger Spaß haben zu können – denn der falsche Umgang mit Alkohol und anderen Drogen führt zu Nebenwirkungen, die keiner haben will (zum Beispiel Sucht, Vergiftungen). In Gesprächen mit Jugendlichen sollte man ihnen helfen herauszufinden, was ihnen Freude bereitet. Bei Frust geht es sowohl um Aushalten („Leidensfähigkeit“) als auch die aktive Suche nach Veränderung. Viele Menschen suchen einen „Weg des geringsten Widerstands“, bei dem nur auf die aktuell gerade anstehenden Anforderungen von außen reagiert wird. Das ist meistens nicht nachhaltig. Stattdessen sollte das Ziel sein, aktiv und bewusst Spaß und lustvolle Tätigkeiten zu genießen, ohne Frust und Konflikte verdrängen zu müssen.

SELBSTWERT UND PRESTIGE - „MICH GUT FINDEN UND ANDERE GUT SEIN LASSEN“

Sich selbst gut finden und seine eigene Rolle in der Gruppe aufbauen und annehmen ist wichtig. Die eigenen Stärken kennen ist wichtiger als die eigenen Schwächen zu verstecken oder Defizite hervorzuheben („andere zu dissen“). Auf Verletzungen und Beleidigungen durch andere soll angemessen und aktiv reagiert werden: Klärungsgespräche suchen und empfundene Grenzüberschreitung klarstellen anstatt herunterzuschlucken.

BEZIEHUNGEN - „MIT GUTEN LEUTEN VERBUNDEN SEIN“

Es ist gut, nahe Beziehungen aufzubauen und diese auch langfristig aufrecht zu erhalten. Das braucht Energie und die Unterscheidung zwischen nahen und weniger nahen Freund/innen. Das beinhaltet, um wichtige Beziehungen auch „kämpfen“ zu lernen oder loslassen zu können, wenn Beziehungen nicht mehr tragen.

ORIENTIERUNG UND SINN - „SICH DURCHBLICK VERSCHAFFEN“

ORIENTIERTHEIT

Wie verschaffe ich mir Durchblick? Indem ich weiß, was mich motiviert und mit Sinn erfüllt, indem ich meine Ziele finde, benenne und anpasse und indem ich meine eigenen Werte kenne und vertreten kann. Diese Punkte sind menschliche Grundbedürfnisse. Einerseits weiß man heute, dass Menschen, die ihre wichtigsten Grundbedürfnisse (siehe Kasten) dauerhaft nicht befriedigen, eher krank werden. Andererseits ist es wohl so, dass jemand, der all diese Dinge verwirklicht hätte, dann Superman oder Superwoman wäre. Es geht also eher darum, für sich selber herauszufinden, wo man steht, was man noch entwickeln muss und in welche Richtung es geht.

Entscheidende psychische Grundbedürfnisse

- Lust und Spaß empfinden können und mit Frust klar kommen
- nahe Beziehungen zu anderen herstellen und aufrechterhalten können
- sich selbst mögen und ein gutes Ansehen haben
- Orientierung und Sinn im Leben finden können

TIPPS





Wenn man über solche Dinge schon einmal nachgedacht hat, ist es leichter, auch mit Jugendgruppenmitgliedern über das schwierige Thema Alkohol und andere Drogen zu reden, besonders eben auch über Sicherheit und Wagnisse: Da in manchen Situationen, insbesondere bei Grenz-
übertretungen ein entschiedenes und starkes Auftreten des Gruppenleiters/der Gruppenleiterin notwendig ist, sollten die Gruppenleiter/innen sich vorher selbst fragen: Wie schätze ich meine eigene Fähigkeit ein, Grenzen zu setzen, Nein zu sagen und notfalls auch ein Machtwort durchzusetzen?

In der Ausbildung von Jugendleiter/innen können solche Situationen in Rollenspielen geübt werden. Gruppenleiter/innen können sich gegenseitig unterstützen, indem man auch offen miteinander über eigene Schwächen spricht und über Möglichkeiten, sich beim nächsten Mal wirkungsvoller zu verhalten.

WANN WIRD DER GEBRAUCH VON PSYCHOAKTIVEN SUBSTANZEN RISKANT?

KONTROLLIERTHEIT

Es gibt verschiedene Formen von Gefahren beim Umgang mit Alkohol, Zigaretten und anderen Drogen. Riskant (d.h. gefährlich) ist ein Gebrauch, wenn er in gesundheitsschädigender Weise erfolgt – wenn z.B. eine gefährliche Substanz konsumiert wird oder eine zu große Dosis (z.B. von Alkohol). Das kann schon bei einmaligem Gebrauch der Fall sein. Gefährlich ist es aber auch, wenn Alkohol oder andere Drogen zur dauerhaften Bewältigung von Alltagsproblemen eingesetzt werden und eine Suchterkrankung entsteht.

Zu einer klaren Haltung gehört auch der Anspruch an uns selber und die Jugendlichen, he-

rauszufinden, welche Bedeutung Zigaretten, Alkohol und andere Drogen für uns haben. Die Funktionen des Substanzgebrauchs bilden sich erst über mehrere Jahre in einem Prozess des Annäherns und Ablehnens, des Ausprobierens und Bewertens.

Risiken von Alkohol und anderen Drogen

- sich körperlich schädigen: z.B. durch eine Überdosis Alkohol bis zum Tod
- eine Suchterkrankung entwickeln, z.B. durch Gewohnheitskonsum ohne Pausen
- psychische Probleme und Krankheiten entwickeln
- Probleme mit dem Gesetz kriegen: Vorstrafen
- sich zum/zur Spätstarter/in machen: wichtige Entwicklungsaufgaben verpassen
- sich zum/zur Außenseiter/in machen: an den Rand der Gesellschaft geraten, Freunde und Freundinnen verlieren
- Andere schädigen: z.B. im Straßenverkehr

Bezüglich Alkohol und anderer Drogen ist die Entscheidung, nicht zu konsumieren, immer die sicherste Entscheidung.

Aber viele Jugendliche experimentieren und konsumieren: Dann ist das Ziel, einen möglichst risikoarmen Umgang mit diesen Substanzen oder einen Ausstieg zu fördern. Die Prävention von unverantwortlichem Gebrauch erfordert deshalb „Risikokommunikation“ (sich Austauschen über den Unterschied zwischen Gefahren und Chancen): Wir können nicht von der Idealvorstellung ausgehen, dass Gruppenleiter/innen selbst prinzipiell keine Probleme mit Nikotin, Alkohol oder anderen Drogen haben.

Ein offenes Ansprechen problematischen Verhal-

tens von Gruppenleiter/innen wird in so einem Fall nicht immer einfach sein. Die Gesundheit und Risikokommunikation der DLRG in ihrer Gesamtheit wird jedoch wesentlich durch diejenigen Personen beeinflusst, die eine Vorbildfunktion haben.

Insofern möchten wir zu kritischen Kommentaren auch gegenüber Personen in Leitungsfunktionen ausdrücklich ermutigen.

KURZINFORMATIONEN ZU ALKOHOL UND ANDEREN DROGEN

INFORMTIERTHEIT

Gruppenleiter/innen sollte ein Minimum an Informationen über psychoaktive Substanzen haben. Tabelle 4 enthält Informationen über Wirkungen und Risiken der meistverbreiteten Drogen.

Tabelle 4: Kurzinformationen zu Alkohol und anderen Drogen

Substanz/ Droge	Wirkungen	Risiken
Alkohol [Ethanol]	<ul style="list-style-type: none"> • kleine Menge: stimmungssteigernd • große Menge: stimmungshemmend 	<ul style="list-style-type: none"> • Schädigung innerer Organe und des Nervensystems • bei Abhängigkeit Gedächtnis und Konzentrationsstörungen
Tabak [Nikotin /Teer, Kohlenmonoxid, Ammoniak]	<ul style="list-style-type: none"> • wachmachend, anregend • Schwindelgefühl • verbessert zeitweise Konzentration und Gedächtnis 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>langfristig</u>: Lungenkrebs, Arteriosklerose (Verengung der Blutgefäße), Störung der Durchblutung, Bronchitis oder Asthma
Cannabis [Tetrahydrocannabinol - THC]	<ul style="list-style-type: none"> • Veränderungen des Hörens, Sehens, Fühlens, Raum- und Zeiterlebens • Appetitsteigerung 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientierungsstörungen- bei Gewohnheitskonsum Einschränkungen des Kurzzeitgedächtnisses, Konzentrations- und Motivationsstörungen
Kokain [Freie Base – Freebase. Mit Backpulver: Crack]	<ul style="list-style-type: none"> • euphorisierend (stimmungssteigernd) • steigert kurzfristig Selbstbewusstsein und Gesprächigkeit • Unterdrückung von Hungergefühl und Schlafbedürfnis 	<ul style="list-style-type: none"> • innere Unruhe, Gereiztheit • Getriebensein • Depressionen • durch Verengung der Blutgefäße Herzinfarkt, Schlaganfall • Überdosis kann über Atemlähmung zum Tod führen
Pilze [Psilocybin]	<ul style="list-style-type: none"> • Veränderungen des Wahrnehmens, Empfindens (Farben oder Musik werden anders oder intensiver erlebt), Denkens und Fühlens • Halluzinationen, Illusionen 	<ul style="list-style-type: none"> • Übelkeit, Herzrasen, Schweißausbrüche • Angstzustände und Sorge, verrückt zu werden/die Kontrolle zu verlieren • „Horrortrips“ (Ängste und Halluzinationen mit angstausslösenden Bildern)

TIPPS





Substanz/ Droge	Wirkungen	Risiken
Amphetamine [Speed, Methamphetamin/ Crystal usw.]	<ul style="list-style-type: none"> • Stimmungssteigerung bis zur Euphorie (Glücksgefühle) • gesteigertes Selbstbewusstsein • erhöhte Gesprächigkeit • Konzentrations- und Leistungssteigerung • unterdrücktes Hunger- und Schlafbedürfnis 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>kurzfristig</u>: Herzrasen, Kopfschmerzen, Übelkeit, erhöhte Körpertemperatur, Angstzustände, Aggressionen oder Verfolgungswahn • <u>langfristig</u>: Schädigung der Nasenschleimhäute und –Scheidewand, Hepatitis, Herpes, Hautentzündungen, Gewichtsverlust, Auszehrung des Körpers, psychische Abhängigkeit
Ecstasy [MDMA, MDA, MDE, MBDB und ähnliche] → auch ein Amphetamin	<ul style="list-style-type: none"> • leistungs- und stimmungssteigernd (euphorisierend) • Abbau sozialer Hemmungen und Steigerung des Einfühlungsvermögens • Erleben eines „wohligen Körpergefühls“, leichte Veränderung der Wahrnehmung 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>kurzfristig</u>: Übelkeit, Schwindel, erhöhte Körpertemperatur, Herzrasen, Verkrampfen der Kiefermuskulatur, Kreislaufzusammenbruch, Nieren- und Lebersversagen, Ecstasy-Kater“ mit Depressionen oder Ängsten beim Abklingen der Wirkung • <u>langfristig</u>: psychische Abhängigkeit, Gewichtsverlust, Schlaf- und Konzentrationsstörungen
Schnüffelstoffe [Lösungsmittel (Klebstoffe, Farben und Lackverdünner, Benzin), Spraydosen (Aerosole wie Lackspray oder Enteisungsmittel) auch medizinische Produkte (Ether, Lachgas oder Medikamente zur Behandlung der Angina Pectoris)]	<ul style="list-style-type: none"> • Euphorie (Glücksgefühle) • Gefühl der Schwerelosigkeit • Enthemmung (Verringerung von Angst, gesteigertes Selbstwertgefühl) • Veränderungen der Wahrnehmung (des Sehens, Hörens und der Körperwahrnehmung) • mehr oder weniger starke Benommenheit bis zu schlafähnlichen Zuständen 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>kurzfristig</u>: Übelkeit, Kopfschmerzen, Erbrechen, Bewusstlosigkeit, Gangstörungen („Herumtorkeln“, Schwankender Gang, Stürze), Erfrierungen an Haut und Organen, Atemlähmungen, Bewusstlosigkeit bis hin zum Tod • <u>langfristig</u>: Verätzungen der Haut, Krebs, Lungen-, Leber- und Nierenschäden, Schädigungen des Gehirns und der Nerven, Hirn- und Nervenschädigungen kann man nicht mehr rückgängig machen

Substanz/ Droge	Wirkungen	Risiken
<p>Heroin [aus Opium (ein Produkt aus dem Pflanzensaft der Schlafmohnpflanze) oder synthetisch weiterverarbeitet gewonnen. Verwandte Substanzen: Morphin (aus dem Opium), Methadon (vollsynthetisch)]</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Euphorie (Glücksgefühle) • Unbeschwertheit • Selbstzufriedenheit • Verringerung von Angst • Gesprächigkeit • Leistungssteigerung 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>bei Überdosierungen:</u> Übelkeit und Erbrechen, sehr starke Benommenheit und Schwierigkeiten beim Atmen bis hin zum Atemstillstand • <u>langfristig:</u> hohes Suchtpotential, beim Schniefen Schädigungen der Nasenschleimhäute und -scheidewände und der Lunge, beim Spritzen: erhöhtes Risiko für Überdosierung, Hepatitis, HIV/AIDS, bakterielle Infektionen
<p>LSD [Lysergsäurediethylamid]</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Veränderung des Empfindens, der (Raum-, Zeit-, Farben-, Musik-) Wahrnehmung (Halluzinationen, Illusionen) und des Denkens • zeitweise leicht euphorisierend (stimmungssteigernd) • anregend (reduziertes Schlafbedürfnis) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ängste (Gefühl von Bedrohung, Angst verrückt zu werden) • Übelkeit • eine evtl. falsche Einschätzung von Situationen kann zur falschen Reaktionen führen (dies gilt insbesondere im Straßenverkehr, auch als Fußgänger/in) • „Horrortrips“ (Ängste und Halluzinationen mit angstauslösenden Bildern)
<p>Medikamente [Stimulantien: z.B. Ritalin®, Medikinet® Sedativa: z.B. Tavor®, Valium® Antidepressiva: z.B. Trevilor®, Remergil® Analgetika: z.B. Valoron N®, Dicodid®]</p>	<ul style="list-style-type: none"> • aufputschend (Stimulantien), • schlaffördernd, beruhigend (Sedativa) • stimmungsaufhellend (Antidepressiva) • Hustenstillend und schmerzlindernd (Analgetika) 	<ul style="list-style-type: none"> • Je nach Wirkungsweise unterschiedliche Risiken • <u>Im Allgemeinen:</u> Psychische und körperliche Abhängigkeit, Tod bei Überdosierung





RISIKOKOMMUNIKATION – WIE KÖNNEN WIR ÜBER DROGEN UND RISIKEN REDEN?

INFORMTIERTHEIT

Risikokommunikation beinhaltet die Vermittlung von Botschaften über gefährliche Verhaltensweisen und Stoffe. Risikobotschaften kommen immer dann an (und oft nur dann), wenn sie in einem wertschätzenden und vertrauensvollen Kontext gegeben werden und vereinfachende Warnbotschaften vermieden werden. Die Gefahren bei Alkohol und anderen Drogen kann man am besten vermitteln, wenn man weiß, warum Menschen sie konsumieren: dabei geht es meist um die Suche nach Glück und Lust, oft um Neugier, manchmal darum dazugehören, seltener auch darum mit Krankheiten besser klar zu kommen.

Viele Menschen neigen dazu, Risikobotschaften zu überhören, zu verdrängen oder mit Trotz darauf zu reagieren. Man muss Risikobotschaften also vorbereiten, indem man glaubwürdig ist und einen guten Kontakt zu dem Betroffenen herstellt. Zu vermeiden ist auf jeden Fall „Angstmache“ (vor „allen Drogen“), weil das bei sehr vielen Kindern und Jugendlichen dazu führt, dass man den Botschaften von Erwachsenen nicht mehr glaubt. Das wäre eine negative Folge von Prävention. Es ist für Jugendleiter/innen und Betreuer/innen deshalb wichtig, eine glaubwürdige und authentische Haltung gegenüber Drogen zu entwickeln.



Die zentrale Botschaft sollte sein: wer Rauscherfahrungen macht, geht Risiken ein; wer Risiken eingeht, braucht Wissen und Fähigkeiten, um diese zu bewältigen oder zu minimieren (wie beim Skifahren, Bergsteigen, Schwimmen oder Autofahren). Risiken kann man entweder vermeiden – das ist das sicherste - oder man kann lernen, mit ihnen umzugehen. Je jünger man ist, desto schwieriger ist es, einen kontrollierten und risikoarmen Umgang mit Drogen zu erlernen. Viele Menschen bringen schlechte Voraussetzungen mit, weil sie beispielsweise aus einer Familie stammen, in der Alkoholismus eine große Rolle spielt, oder weil sie noch kein gutes Selbstwertgefühl entwickelt haben.

Es bürgert sich allmählich ein, auch Alkohol und Zigaretten als „Drogen“ zu bezeichnen: sie haben mehr Ähnlichkeiten als Unterschiede mit den anderen psychoaktiven Substanzen – der größte ist ihr legaler Status. Sie werden von großen Teilen der Gesellschaft akzeptiert – zumindest solange Menschen einen kontrollierten Gebrauch haben. Für die Gruppenleiter/in ist es wichtig, die Funktionen von Rauscherfahrungen zu kennen: zum Beispiel den Gruppenzusammenhalt zu fördern, Entspannung zu erzeugen, Lust und Spaß fühlbar zu machen, die eigenen Probleme zeitweise zu vergessen oder dauerhaft zu verdrängen, die eigene Leistungsfähigkeit zu steigern (wie bei Kaffee) und einiges mehr. Wichtig ist es zu vermitteln, dass es eine der wichtigsten Voraussetzungen zum „guten“ Umgang mit Drogen ist, dass man seine Grundbedürfnisse ohne Drogen befriedigen kann.

Man sollte ruhig und sachlich über Nutzen und Gefahren von Rauschmitteln sprechen. Nützlich erweist sich auch, das Thema „Umgang mit Drogen“ in Zusammenhang mit gegenseitiger Verantwortung zu bringen. „Wenn du siehst, dass dein Kumpel ein Problem mit Alkohol oder Cannabis entwickelt, was tust du?“ Es geht eben auch darum, die gegenseitige Verantwortung unter Jugendlichen zu stärken, indem man sie auffordert, ihre Freundinnen und Freunde anzuspre-

chen, wenn sie denken, dass „sie es übertreiben“. „**Kampfsaufen**“ (Komatrinken, Binge-Drinking) ist ein verbreitetes Phänomen, das bei 97% der betroffenen Jugendlichen nur vorübergehend auftritt.

KONTROLLIERTHEIT

Hier geht es darum, den Verhaltensweisen die „Coolness“ zu nehmen, indem man

nüchtern ihre Funktion und ihre möglichen Konsequenzen darstellt bzw. mit den Jugendlichen zusammen erarbeitet.

Dabei soll nicht nur über negative Konsequenzen gesprochen werden, sondern diese sind immer in den „positiven Rahmen“ der Funktion für eine/n Jugendliche/n oder seine Gruppe zu stellen. Dann wird die Risikobotschaft eher angenommen. „Wie könnte Max Mustermann jetzt die Anerkennung bei seinen Kumpels noch kriegen außer durch den Wettbewerb im „Werkann-mehr-saufen“?“

REFLEKTIERTHEIT

Ein herablassendes, besserwisserisches Reden von Älteren oder Erwachsenen (die angeblich alles wissen und alle Gefahren vermeiden) gegenüber den Jugendlichen (die noch „nichts“ wissen) ist zu vermeiden.

Eine gleichberechtigte Kommunikationssituation bei diesem Thema ist nützlich, wobei man als ältere/r Erwachsene/r nicht zu verbergen braucht, dass man wirklich mehr Erfahrung hat.

Über eigene Erfahrungen mit legalen Drogen sollten die Jugendleiter/innen und Betreuer/innen nur dann mit den Jugendlichen reden, wenn sie bereit sind, Nachfragen ehrlich zu beantworten. Wenn man danach gefragt wird, dann bleibt es der Authentizität der Jugendleiter/in und der Betreuer/in überlassen, dazu Stellung zu nehmen. Auf keinen Fall sollte das so geschehen, dass bei den Jugendlichen der Eindruck entsteht, „das macht jeder Erwachsene“ oder „das ist cool“. Vielmehr sollte dann der Prozess der Auseinandersetzung mit den Drogen im Mittelpunkt stehen: Wie man herausgefunden hat, was einem gut tut und nicht; wie man erkannt hat, welche Funktion der Gebrauch für einen selbst hat-

Unterstütze durch deine Aussagen und Haltungen die Kinder und Jugendlichen immer darin, ihren eigenen Stärken zu vertrauen und sie aufzubauen, um den Gefahren im Umgang mit Drogen entgegenzuwirken! Vermeide demoralisierende „Angstmache“!

te; welche Konflikte entstanden sind, wie es gut oder schief gehen kann.

Es kommt nicht oft vor, dass Jugendliche sich „trauen“ Erwachsene in einer Gruppensituation auf solche Eigenerfahrung anzusprechen, aber es ist eine wichtige Situation, weil es dabei um Glaubwürdigkeit geht. Glaubwürdig kann auch sein zu sagen: „Ich habe einige Erfahrungen gemacht, aber darüber möchte und kann ich hier nicht mit euch sprechen, weil...“

ZUSAMMENFASSUNG: WORAUF SOLLTE MAN IN DER RISIKOKOMMUNIKATION ACHTEN?

Wenn wir von Drogen reden, so meinen wir legale und illegale Substanzen, die zeitweise die Wahrnehmung und das Erleben verändern. Das sind zum Beispiel Alkohol, Zigaretten, Cannabis, Ecstasy, Kokain, Speed, „Zauberpilze“ usw. Unser Ziel ist es, die „Risikokompetenz“ der Kinder/Jugendlichen zu unterstützen: Sie sollen einschätzen können, welche Gefahren vorhanden sind und ob sie die Fähigkeiten haben, diesen Gefahren entgegenzutreten (wie beim Schwimmen, Auto- oder Skifahren).

Tabelle 5 (siehe Seite 38) zeigt die wichtigsten Merkmale der Risikokommunikation.

TIPPS





Tabelle 5: Merkmale der Risikokommunikation

Worauf sollte man in der Risikokommunikation achten?				
KONTROLLIERTHEIT	1	entspannte Situation herstellen	<ul style="list-style-type: none"> ins Gespräch gehen und im Gespräch bleiben Schaffe eine entspannte Atmosphäre, in der du mit einem/einer Teilnehmer/in oder der ganzen Gruppe das Thema Rausch und Drogen von Zeit zu Zeit ansprichst. Führe keine Tür- und Angel-Gespräche direkt vor, keine „Verhöre“ direkt nach dem Ausgang. Das provoziert meist Abwehr. 	
	2	Situation klären	<ul style="list-style-type: none"> Wissen, um welche Erfahrungen es genau geht Signalisiere, dass du am Wohlergehen der Jugendlichen interessiert bist und deshalb wissen willst, was für Erfahrungen sie machen, was sie reizt. Bleibe dran und lasse dich nicht mit unklaren Botschaften abspeisen. 	
	3	eigenen Umgang mit Drogen ansprechen	<ul style="list-style-type: none"> Fang bei dir selbst an - wenn du nicht selber über deinen Umgang mit Alkohol, Zigaretten, Kaffee usw. redest, werden Jugendliche das auch zur Sprache bringen. Erzähle über deine Regeln und Ausrutscher, über eigene Suchtneigungen usw. 	
	4	cool bleiben: Lass dich nicht provozieren	<ul style="list-style-type: none"> Viele Jugendliche provozieren mit dem Thema - lass Informationen dennoch ruhig einfließen. Der erste Rausch ist keine Katastrophe, sondern ein Anlass für ein Gespräch. 	
	5	über die Freunde reden	<ul style="list-style-type: none"> Mit wem trifft sich dein/e Jugendliche/r, wer beeinflusst ihn/sie? Lass dir erzählen, für was sich dein/e Gruppenteilnehmer/in und ihre Freunde interessieren. Frage nach! Traue dich anzuregen, dass sich jeder auch mit Freunden umgeben sollte, die nicht nur konsumieren. 	
	6	gemeinsames Ziel ansteuern	<ul style="list-style-type: none"> Mach dein Gruppenmitglied zum/zur „Vertragspartner/in“ Jugendliche wollen nicht „süchtig“ und krank werden. Sucht gemeinsame Regeln für die Gruppe, schließt einen „Vertrag“: Ab wann und wo ist es in Ordnung, Alkohol zu trinken usw.? 	
	INFORMIERTHEIT	7	sich selbst informieren	<ul style="list-style-type: none"> Gib engagierte Informationen statt Angst zu machen. Sachkenntnisse zu haben über Wirkung und Zusammensetzung von Rauschmitteln (siehe Tabelle 4) ist wichtig, um bei dir und bei deinen Gruppenmitgliedern eine realistische Risikowahrnehmung zu erzeugen. Erkenne und vermeide moralisierende und einseitige Informationsquellen Sag den Gruppenmitgliedern, wo du dich selber informiert hast und frag sie, woher sie etwas über Drogen wissen.
		8	Gesprächspartner anbieten	<ul style="list-style-type: none"> Expert/innen ins Spiel bringen - mache klar, wer weiterhelfen kann, wenn du am Ende mit deinem Latein bist! vertraute Menschen aus Freundeskreis, Drogenberatungsstellen usw.

DIE WIRKLICHKEIT IST SELTEN SCHWARZWEISS: WIE WENDE ICH REGELN UND SANKTIONEN AN? FALLBEISPIELE

Situationen, die wie folgt beschrieben werden, kommen in der Arbeit von großen Jugendorganisationen immer wieder vor. Es sind typische Herausforderungen für Jugendleiter/innen. Damit sind sie nicht nur DLRG-Jugend-typischen Situationen, sondern sie treffen vielmehr auf alle Jugendorganisationen zu.

Bei jeder Veranstaltung besteht die Notwendigkeit zwischen Regeln/Sanktionen einerseits und dem normalen mitmenschlichen Zusammensein andererseits, eine Balance zu finden. Jede/r Gruppenleiter/in möchte natürlich das Klima in seiner/ihrer Gruppe positiv halten und sich nicht als Oberkontrolleur/in aufführen. Und er/sie sollte Einzelne vor allem unterstützen und nicht bestrafen.

Die Autoren dieser Arbeitshilfe können und wollten nicht in jedem Einzelfall Klarheit schaffen oder ganz genaue Anweisungen geben, wie in einer mehrdeutigen Situation zu entscheiden ist. Denn das würde aus dieser Arbeitshilfe eher ein starres Regelwerk machen, das der Situation vor Ort nicht gerecht werden kann. Und es ist klar, dass es viele mehrdeutige Situationen gibt. Diese sind eher die Regel als die Ausnahme. Die Alternative ist es, die Ziele zu kennen – zum Beispiel Risikokompetenz bei den Teilnehmer/innen zu fördern – und dann im Einzelfall zu entscheiden. Das Ziel, einen selbstverantwortlichen Umgang bei den Teilnehmer/innen zu unterstützen, kann nicht dadurch erreicht werden, dass man allen vorschreibt, wie sie zu handeln haben. Mindeststandards sind aber in den Checklisten auf Seite 25ff gegeben. Verstöße gegen explizit vereinbarte Regeln sollen von der/dem Gruppenleiter/in immer wahrgenommen und auch beantwortet werden. Am Anfang einer Freizeit, oder in regelmäßigen Abständen (z.B. alle drei Monate), sollten die

vereinbarten Regeln mit den Teilnehmer/innen diskutiert werden.

SITUATION 1: RAUCHEN AUF EINER JUGENDVERANSTALTUNG MIT MINDERJÄHRIGEN

Spielen wir als erste Situation einmal durch, wie man reagieren könnte, wenn auf einer Jugendfreizeit geraucht wird, obwohl man vorher vereinbart hat, dass die Freizeit ohne Alkohol, Rauchen und andere Drogen stattfinden soll – z.B. weil die Teilnehmer/innen minderjährig sind.

BEISPIEL 1: Rauchen bei einem Feriencamp im Ausland (Zigaretten)

Alle Teilnehmer/innen: ca. 14 Jahre alt. Einige Teilnehmer/innen haben am Toilettenhäuschen geraucht. Lagerrat (Betreuer/in und Teilnehmer/innen) hat entschieden, dass diejenigen, die geraucht haben, alle Außenbereiche säubern müssen, und es gab Toilettendienst.

Falls der/die Jugendleiter/in nun feststellt, dass einzelne Teilnehmer/innen rauchen, obwohl sie erst 14 Jahre alt sind, dann sollte er/sie zuerst Einzelgespräche mit den Betroffenen führen und auch mit der gesamten Gruppe sprechen und auf die Vereinbarung eingehen.

In den Einzelgesprächen wird auf die Vereinbarungen und die gesetzlichen Bestimmungen hingewiesen und darauf, dass diese dazu da sind, sie selbst und Jüngere zu schützen. Auf der Freizeit kann dann nicht geraucht werden. Falls über 18-Jährige an der Veranstaltung teilnehmen, sollte man diese auffordern, nur an einem Raucher/innenplatz außerhalb des Lagers (außer Sichtweise) zu rauchen. Der/die Jugendleiter/in muss dabei

ÜBUNGEN





nicht unbedingt sagen, dass er/sie selbst prinzipiell gegen das Rauchen ist (und das muss auch tatsächlich nicht so sein), sondern vor allem, dass es wichtig ist, auch Rauch-Pausen machen zu können und für eine gewisse Zeit einmal ohne Zigarette auszukommen.

REFLEKTIERTHEIT

Es ist wichtig, dass in einer Gruppe Bewusstheit über die eigenen Entscheidungen entsteht. Das erreicht man auch durch offene Thematisierung im „Risikokompetenz-Workshop“ und den weiteren Diskussionen in der Gruppe. Dazu kann das Material in dieser Arbeitshilfe benutzt werden.

Wenn sich nun Teilnehmer/innen unter 18 Jahren nicht an diese Regeln halten, dann hat ein/e Gruppenleiter/in zwei Möglichkeiten: einerseits kann er/sie Sanktionen verhängen, andererseits sollte er/sie mit den Betroffenen ein direktes Gespräch darüber führen, welche Motive ihn zur Regelüberschreitung geführt haben. Welchen Sinn hat das? Es soll dem/der Teilnehmer/in helfen, sich selbst besser zu verstehen und in diesem Fall die Auswirkungen seines/ihres Verhaltens (des Rauchens) auf die anderen Gruppenmitglieder zu verstehen. Hält sich ein/e Teilnehmer/in nun prinzipiell nicht an die vereinbarten Regeln, so kann der/die Gruppenleiter/in ihn von der Freizeit ausschließen.

Es gibt auch hier Graubereiche, bei denen der/die Gruppenleiter/in im Einzelfall entscheiden muss. Viele empfinden es als übertrieben, wegen des Zigarettenrauchens jemanden heimzuschicken (insbesondere, wenn jemand bereits süchtig raucht). Der/die Gruppenleiter/in muss entscheiden, ob er/sie die Ziele für die Gruppe aufrechterhalten kann, wenn er/sie Ausnahmen im Graubereich toleriert.



SITUATION 2: ALKOHOL IM RAHMEN EINER KLEINGRUPPENVERANSTALTUNG

BEISPIEL 2: Gemütliches Zusammensein nach dem Training

Nach dem Training versammelt sich die Jugendgruppe im Vereinsraum. Dort treffen sich ältere und erwachsene Vereinsmitglieder, die heftig Alkohol trinken und rauchen.

Der/die Leiter/in der Jugendgruppe sollte mit dem Vereinsvorstand eine Regelung treffen, die es möglich macht, dass die Jugendgruppe sich entweder in einem getrennten Raum oder zeitweise ungestört von den Erwachsenen treffen kann. Sollte es nicht möglich sein, eine funktionierende Vereinbarung zu treffen, so kann der/die Jugendleiter/in auch eine höhere Verbandsebene oder die entsprechende Arbeitsgemeinschaft im Verband kontaktieren, um einen sinnvollen Diskussionsprozess zu unterstützen.

KONTROLLIERTHEIT

Es sollte vereinbart werden, dass Erwachsene in Gegenwart von Kindern- und Jugendlichen wenn überhaupt nur moderat trinken und nur außerhalb geschlossener Räume geraucht werden darf (Gefährdung durch Passivrauchen). Es ist darauf zu achten, dass diese Vereinbarungen innerhalb des Vereins auch thematisiert werden dürfen: am besten, indem im Verein eine Person bestimmt wird, die das Thema Alkohol und andere Drogen zur Sprache bringt. Es geht dabei nicht um Lust- oder Spaßfeindlichkeit, sondern um klare Vorbilder. In Beispiel 3 besteht die Gefahr, dass sich jemand selbst oder andere verletzt. Hier sollte der/die Jugendleiter/in unbedingt eingreifen, indem er/sie die Gruppe auffordert, den Teilnehmenden nicht darin zu unterstützen alkoholisiert zu fah-

BEISPIEL 3: Trinken nach der Wanderung

Am Ende eines Sommerfestes am See mit der örtlichen Jugendgruppe fällt dem/der Jugendleiter/in ein Teilnehmer auf, der sichtlich volltrunken und kaum noch ansprechbar ist. Der Teilnehmer möchte mit seinem Mofa nach Hause fahren, die anderen Jugendlichen muntern ihn dazu auf.

ren. Der Teilnehmer muss nach Hause begleitet werden, wenn keine verantwortliche Person gefunden wird, eventuell von dem/ der Gruppenleiter/in selbst. Wenn der Zustand des Teilnehmers tatsächlich gravierend ist, sollte der/die Gruppenleiter/in den Schlüssel des Fahrzeugs verwahren oder die Eltern, im Notfall auch die Polizei anrufen, denn es geht um Selbst- und Fremdgefährdung im Verkehr. Solche Situationen sind allerdings am besten zu klären oder zu vermeiden, wenn in der Gruppe zuvor eine Diskussion mit Regelvereinbarung stattgefunden hat (siehe Checkliste Seite 25ff).

SITUATION 3: ALKOHOLKONSUM BEI REGIONALEN ODER ÜBERREGIONALEN GROSSVERANSTALTUNGEN

KONTROLLIERTHEIT

In Beispiel 4 (Kasten rechts) sieht man einen einfachen Prozess: das Explizitmachen einfacher Regeln führt oft direkt zum Erfolg. Kommuniziert man Regeln nicht, dann besteht eine viel größere Verhaltensunsicherheit bei allen Teilnehmer/innen. Die im Beispiel aufgestellten Regeln wirken zudem mäßigend und nicht spaßtötend. Durch die 22-Uhr-Grenze ist jedem/jeder älteren Jugendleiter/in klar, dass er/sie sich als Vorbild verhalten sollte und später trotzdem etwas trinken kann. „Normalerweise“ wird nie darüber gesprochen,

dass es beim Trinken darum geht, Grenzen kennen zu lernen und einzuhalten. Diese „Norm“, nicht darüber zu reden, sollte man bewusst durchbrechen können. Unter der Vorgabe „Länger Spaß haben“ (das eigentliche Ziel eines risikobewussten Umgangs) funktioniert das auch. Das beschriebene Besäufnis fand wohl auch deshalb auf einem Parkplatz statt, weil die Betroffenen sich der Tatsache bewusst waren, dass es für die Organisator/innen nicht in Ordnung ist, dass es auf der Veranstaltung zu Komatrinken kommt. Zum einen könnte ein/e Jugendschutzbeauftragte/r hier einiges ausrichten (vergleiche Seite 25 und die „9 aus 18“-Maßnahmen, Seite 26). Bei Großveranstaltungen sollte ein Team ab und zu die nähere Umgebung durchstreifen und Gruppen ansprechen, die sich zum „Komatrinken“ absondern. Dennoch kann eine Situation wie oben nicht unbedingt verhindert werden. Was also tun, wenn sie schon eingetreten ist?

BEISPIEL 4: Überregionales Treffen (Alkohol)

Anlässlich des Abendprogramms (Lagerfeier, etc.) konsumieren Teilnehmer/innen und zum Teil die verantwortlichen Betreuer/innen alkoholische Getränke. Einige überschreiten offensichtlich ihre Grenzen (heftiger Konsum hochprozentiger Alkoholika, kein „angemessenes Maß gefunden“).

Der/die Organisator/innen sprechen die Teilnehmer/innen an und erklären die vereinbarten Regelungen:

Zusätzlich zur gesetzlichen Regelung (Jugendschutzgesetz):

- Genuss alkoholischer Getränke erst nach 22 Uhr (weil dann die Nachtruhe für Kids bis 14 Jahre einsetzt)
- Keine hochprozentigen Alkoholika
- Alkoholgenuss soll nur in Maßen stattfinden (kein Kampfsaufen)

Die direkte Ansprache der Teilnehmer/innen hat oft einen positiven Effekt.





BEISPIEL 5:

Weit über den Durst getrunken auf einer überregionalen Veranstaltung während einer „Parkplatzparty“

Teilnehmer/innen haben am Rand einer Großveranstaltung auf einem Parkplatz harten Alkohol getrunken und mussten zu den Sanitäter/innen und später sogar mit Rettungsfahrzeug ins Krankenhaus gebracht werden. Die Großveranstaltung wurde von diesem Ereignis überschattet und auch das Image der DLRG-(Jugend)-Veranstaltung hat Schaden erlitten.

Wenn sich Teilnehmer/innen, wie in Beispiel 5 angedeutet, ohne oder trotz klarer Absprachen nicht an die Grenzen halten, dann ist es angemessen, sie sehr klar darauf hinzuweisen, dass die Veranstaltung nicht zu Komatrinken da ist. Bei Minderjährigen, die völlig uneinsichtig sind, können nach angemessener Vorwarnung die Eltern gerufen werden, um die Jugendlichen abzuholen. Man kann einige Personen zukünftig auch von bestimmten Veranstaltungen ausschließen.

Die Fürsorgepflicht für diese Teilnehmer/innen und der Blick auf die ganze Gruppe erfordert es, sich mit dem Thema nach der Großveranstaltung (z.B. in der nächsten regulären Sitzung) angemessen zu beschäftigen und das Einzelgespräch mit dem/der Betroffenen oder der Gruppe zu suchen.

Die in dieser Arbeitshilfe angesprochenen Checklisten bieten Vorschläge für präventive Lösungen. Was einzelne Teilnehmer/innen betrifft, wäre es ideal, die betroffenen Jugendlichen in eine spezifische Risiko-Weiterbildung zu schicken, um sie für eine Verhaltensänderung zu motivieren.

Beispiel 6 zeigt eine unproblematische und locker, aber klar geführte Veranstaltung. Kleine „Gefahrensituationen“ (zu denen sich das Spielen unter starkem Alkoholeinfluss hätte entwickeln können), wurden nicht durch „drakonische“ Reaktionen eskaliert. *Die Toleranz für Graubereiche ist ein wichtiger Teil des Lernens in sozialen Gruppen.* Es ist in jedem Fall richtig, wenn das

BEISPIEL 6:

Überregionales Kinder- und Jugendtreffen (BuKiJu)

Teilnehmer/innen: ca. 300 Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren.

Zeitraumen und Ort: Freitag bis Sonntag in einer Jugendherberge

Das selbstständige Mitbringen von Alkohol wurde ganz untersagt – insbesondere wegen der sehr gemischten Altersverteilung. Zuvor wurde bei einem Betreuer/innen-Vortreffen an das Verantwortungsbewusstsein appelliert und darauf hingewiesen, dass es sich um eine Jugendveranstaltung mit minderjährigen Teilnehmer/innen handelt und eine Vorbildfunktion besteht. Vor 22 Uhr sollte kein Alkohol konsumiert werden. Ab 22 Uhr stellten der/die Organisator/innen dann in einem Betreuer/innenraum Bier und Wein bereit. Zwei Betreuer/innen blieben auch nach 22 Uhr nüchtern. In gemütlicher Runde wurden dort dann niederprozentige Alkoholika konsumiert. Es gab keine besonderen Vorkommnisse. In der Turnhalle spielten später einige Teilnehmer/innen unter leichtem Alkoholeinfluss Ball. Die Betreuer/innen sahen keinen Grund einzugreifen, da die Situation überhaupt nicht gefährlich zu sein schien.

Allgemein haben die Gruppenleiter/innen gute Erfahrungen damit gemacht, an das Verantwortungsbewusstsein und die Vorbildfunktion der Betreuer/innen zu appellieren:

- Keine harten Alkoholika auszuschenken.
- Das Mitbringen von Alkohol zu untersagen, dabei aber Bier und Wein an einem zentralen Punkt bereit zu stellen.
- Klare Kommunikation und ggf. direkte Ansprache in problematischen Situationen

In den Jahren zuvor gab es gelegentlich extreme Exzesse, da Alkohol mitgebracht wurde und isoliert von einigen kleineren Gruppen abseits des Geländes konsumiert wurde. Dabei wurde auch das JuSchG nicht beachtet. Von Seiten der Veranstalter fehlte zudem Verantwortungsbewusstsein. Sie stellten keine wünschenswerten Vorbilder dar.

Betreuer/innen-Team dann gut beobachtet, wie die Teilnehmer/innen ihrer Gruppen mit der Situation umgehen.

SITUATION 4: TRINKEN UND FREMDVERANTWORTUNG

Auf die Situation in Beispiel 7 (siehe unten) ist deshalb noch einmal genauer einzugehen, da hier die soziale Struktur einer angeleiteten Jugendgruppe erst versagen musste, um einen Klärungs- und Regelfindungsprozess einzuleiten. Das ist unnötig, wenn man sich von vornherein mit der Möglichkeit für solche Situationen auseinandersetzt, die ja doch bekannt sind und erwartet werden müssten.

BEISPIEL 7: Wachwochenende an einem See mit Campingplatz (Alkohol)

Teilnehmer/innen: ca. 8-15 Personen ab 12 Jahre. Zeitrahmen: Samstagmittag bis Sonntagabend. Üblicherweise wird samstagabends gegrillt und dabei auch Bier getrunken. In den Jahren zuvor hatten sich Wochenenden gehäuft, an denen sich vor allem auch Personen der Wachführung stark betranken. Vor allem jüngere Wachgänger/innen hatten so extrem schlechte Vorbilder. Nach einer Eskalation wurde beschlossen, klare Regeln aufzustellen:

- Eine Person bleibt komplett nüchtern und ist auch nach Wachende fähig, das Einsatzfahrzeug zu führen und Erste Hilfe zu leisten.
- Es werden keine harten Alkoholika konsumiert.
- Es wurde öfter an die Vorbildfunktion und Verpflichtung zur Einhaltung des Jugendschutzgesetzes erinnert.
- Alle Gruppenmitglieder, die Alkohol konsumieren, müssen handlungsfähig bleiben (Maßhalten).

KONTROLLIERTHEIT

Es braucht von Seiten der Gruppenleitung Mut, Grenzüberschreitungen anzusprechen und notfalls eben auch jemanden von der nächsten Organisationsebene einzubeziehen, wenn die Verantwortlichen selbst Fehler machen. Besonders ist an der geschilderten Situation natürlich, dass potentiell andere Menschen gefährdet werden, wenn niemand mehr in der Lage ist, ein Rettungsfahrzeug zu führen.

ORIENTIERTHEIT

Auch das Trinken von Alkohol macht auf die Dauer mehr und vor allem länger Spaß, wenn sich Einzelne und die Gruppen, in denen sie handeln, mehr Klarheit über ihre Ziele und Handlungen verschaffen.

SITUATION 5: KONSUM VON ILLEGALEN SUBSTANZEN (Z.B. CANNABIS) IN EINER WETTKAMPFSITUATION

Beispiel 8 ist schwierig zu beurteilen. Hier treten mehrere Interessen miteinander in Konflikt.

BEISPIEL 8: Teilnehmer eines Wettkampfs hatte in einer Wettkampfpause vor der Schimmhalle einen Joint geraucht

Der/die Hauptbetreuer/in hatte das nicht unmittelbar mitbekommen, jedoch Wettkampfrichter/innen und Betreuer/innen anderer Gliederungen. Die ganze Mannschaft wurde disqualifiziert und der/die Teilnehmer/in unmittelbar nach Hause geschickt. Dort wurde ein Gespräch mit den Eltern bewirkt. Diese bestanden auf eine Drogenberatung, auf Abstinenz und in der Folge auf regelmäßige Drogentests. Der/die Teilnehmer/in trat dann auf eigenen Wunsch wenig später aus der DLRG-Jugend aus.

ÜBUNGEN





Wettkämpfe sollten drogenfrei abgehalten werden: das gilt für Doping- und andere Rauschmittel. Die Wirkung von Cannabis im Rahmen eines Schwimmwettkampfs und somit die persönliche Konsummotivation des/der Teilnehmers/in ist allerdings genauer zu betrachten. Cannabis wirkt im Rahmen eines Schwimmwettkampfs nicht leistungssteigernd und maskiert auch nicht andere Dopingmittel. Es ging den Veranstalter/innen hier also um die Durchsetzung gesetzlicher Bestimmungen und Gruppennormen im Umfeld eines Wettkampfs. Aus unserer Sicht ist es dabei fast gleichgültig, ob es sich um Alkohol oder Cannabis handelte.

Die Mannschaft zu disqualifizieren war eine „Kollektivstrafe“. Im Sinn des generellen Zieles Risikokompetenz zu fördern, sollte hier auf jeden Fall etwas anderes angestrebt werden:

a) Einerseits müssen die Regeln und die Sanktionen bei eventueller Grenzüberschreitung klar und explizit im Vorhinein kommuniziert werden. Das erfordert Aufmerksamkeit und Zeit für das Thema in der Jugendgruppe,

b) andererseits gibt es auch eine Fürsorgepflicht für den/die einzelne/n Betroffene/n. Der sanktionszentrierte Umgang mit dem/der Betroffenen in Beispiel 6 zeigt eine Lücke auf: Substanzgebrauch wird hier ausschließlich aus der Perspektive einer Regelüberschreitung betrachtet.

In diesem Fall schlagen wir zweierlei vor:

1. Mindestens ein Mediationsgespräch mit dem/der Betroffenen, in dem es um dessen/deren persönliche Situation und Risikokompetenz geht. Verständnis für eine Grenzüberschreitung (in diesem Fall die persönliche Entscheidung des/der Teilnehmers/in eine illegale Substanz zu konsumieren) bedeutet nicht, dass ein Jugendleiter/in das „unterstützt“ oder „fördert“, sondern, dass man die Augen nicht vor der Realität verschließt: der/die Teilnehmer/in konsumiert unabhängig von der Jugendorganisation Cannabis. Diese kann ihn/ihr aber vor allem durch positiven Input unterstützen, sein Risikobewusstsein aufzu-

bauen.

2. Die Auswirkungen des Cannabiskonsums auf die Mannschaft wiederum sprechen für sich (in diesem Fall ein Ausschluss aus dem Wettbewerb): wenn möglich sollte mit der ganzen Mannschaft - unter Beisein des/der Teilnehmers/in, der/die den Vorfall verursacht hat - ein Klärungsgespräch geführt werden.

Die Jugendorganisation ist nicht dazu da, den/die Teilnehmer/in durch Strafe vom Cannabis-Konsum wegzubringen, sie ist nicht die Polizei, auch keine Drogenberatung oder Therapieeinrichtung. Und auch bei solchen Einrichtungen würde das Abstinenzziel nur dann erreicht werden, wenn der/die Betreffende die entsprechende Motivation aufgebaut hat.

Aber innerhalb der DLRG-Jugend können wir durch das *RISPEKT*-Konzept Chancen für eine bessere Entwicklung geben – für den/die Einzelne/n und die Normen in der Gruppe.

SITUATION 6: KONSUM VON ILLEGALEN SUBSTANZEN IN EINER JUGENDGRUPPE

Die Teilnehmer/innen haben ganz klar gegen das

BEISPIEL 9:
Ein/e Jugendleiter/in bekommt mit, dass in seiner/ihrer Gruppe Ecstasy konsumiert werden soll

Der/die Leiter/in einer Jugendgruppe (ab 16 Jahren) findet durch Gespräche heraus, dass Jugendliche zu einem DLRG-Jugend Wochenende „Pillen“ mitgenommen haben, die sie dort konsumieren wollen. Er/Sie spricht die Jugendlichen an und findet heraus, dass es sich um Ecstasy handelt.

Betäubungsmittelgesetz verstoßen (vergleiche Seite 22). Der/die Jugendleiter/in kann nicht hinnehmen, dass innerhalb seiner/ihrer Jugendgruppe (innerhalb der DLRG- Jugend) diese illegalen Substanzen konsumiert oder an andere Jugendliche weitergegeben werden. Der /die Jugendliche gefährdet sich selbst und diejenigen, deren Interesse die Droge erwecken soll. (Die schädigende Wirkung kann vom Nutzer nie abgeschätzt werden, da die Zusammenstellung bei Ecstasy unterschiedlich ist.)

Zunächst gilt es, den Stoff zu entsorgen, um die Gefahr abzuwenden. Der/die Ecstasyführende soll die gesamten Pillen vor den Augen der Betreuungsperson in die Toilette spülen.

Achtung: Die Betreuungsperson macht sich strafbar, wenn sie die Pillen an sich nimmt (nicht selbst konfiszieren, siehe BtM-Gesetz!)

Dann gilt es nach Ermessen der Situation das Thema Drogen zu thematisieren. Orientierungslinien für eine Entscheidung können sein:

- Wie groß ist die Drogenmenge?
- Wer/Wie reagiert der/die Jugendliche?

Bei Verweigerungshaltung, einer drohenden Eskalation und größerer Drogenmenge ist zum Eigenschutz die Verständigung der Polizei angeraten. Der/die betreffende Jugendliche sollte letztlich nach Hause geschickt werden. Gleichzeitig sollte die Betreuungsperson im direkten Kontakt mit den betroffenen Jugendlichen die Risikokompetenz-Prinzipien dieser Arbeitshilfe erläutern und den Hintergrund besprechen:

- Wie ist es zu der Situation gekommen?
- Was wünschten die Jugendlichen durch das Ausprobieren von dieser Droge zu erfahren?

Weiterhin sollte die Notwendigkeit dargestellt werden, dass der/die Jugendleiter/in die anderen Gruppenmitglieder und die DLRG- Jugend schützen muss.

Ein Teil dieses Gesprächs sollte die Forderung sein, dass die Jugendlichen eine Drogenberatung aufsuchen, um sich über diese Substanzen und ihr Risikoverhalten gründlich zu informieren (mit schriftlicher Bestätigung für den/die Jugend-

leiter/in.) Hierbei ist wichtig, dass der Nutzen für den/die Jugendliche/n erklärt wird. Die Betreuungsperson sollte Auskunft geben können, wo sich eine **Beratungsstelle befindet**: dass der Kontakt ohne Terminvereinbarung möglich ist, welche Öffnungszeiten und Kontaktmöglichkeiten es gibt (vertrauliches Gespräch unter Wahrung der Anonymität, Anruf, E-Mail oder Chat zur Klärung von Fragen). Bei minderjährigen Teilnehmer/innen müssen die Eltern informiert werden. Es ist darauf zu achten, dass dies mit pädagogischem Ziel und im Interesse der Jugendlichen geschieht, es geht nicht um Bestrafung.

Die Jugendlichen können weiter Mitglied der Gruppe bleiben, aber sie müssen glaubwürdig versichern, dass sie innerhalb der DLRG-Jugend keine illegalen Substanzen konsumieren und auch nicht andere DLRG-Jugend Mitglieder mit den Substanzen „versorgen“ (handeln). Mit den betroffenen Jugendlichen sollte eine schriftliche Vereinbarung (Alkohol- und Drogenvertrag, siehe Seite 28) getroffen werden.

Wenn die Jugendlichen sich im Training befinden oder eine Ausbildung anstreben, muss ihnen klar sein, dass sie eine Verantwortungsposition einnehmen werden, in der sie absolut clean sein müssen. Es ist dann an ihnen, mit gutem Beispiel voranzugehen, und ein Vermischen von privatem Ausprobieren muss ausgeschlossen werden können.

Wenn keine glaubwürdige Verhaltensänderung in Aussicht gestellt oder durchgeführt wird und auch kein sinnvolles Gespräch möglich ist, sollten die Jugendlichen aus der Jugendgruppe entlassen werden. Falls bereits die gesamte Jugendgruppe von dem Vorgang informiert und betroffen ist, dann sollte der/die Jugendleiter/in nachfolgend Gespräche mit der Gruppe führen. Informationen, die in der Arbeitsgruppe gesammelt wurden sollten erneut ausgetauscht werden. Es geht darum, klare Regeln in der Gruppe zu vereinbaren, die andere Jugendliche wie auch die Betreuer/innen schützen.



NOTFALLPLAN

(Kopiervorlage zum Besprechen, Verteilen und Aufhängen)

ERSTE HILFE BEI ÜBERDOSIERUNG VON ALKOHOL UND ANDEREN DROGEN

Diese Seiten ersetzen keinen Erste-Hilfe-Kurs. Sie können aber ein paar einfache Grundregeln vermitteln, die bei medizinischen Notfällen nach Drogenkonsum helfen.

Drogen können nach ihrer Wirkung grob in zwei Gruppen eingeteilt werden: aufputschende Mittel („Uppers“) und beruhigende Mittel („Downers“). Uppers aktivieren Geist und Körper, Downers machen eher schläfrig und benommen. Das bedeutet, dass Überdosierungen in zwei Richtungen gehen können. Bei Uppers steht die körperliche und geistige Übererregung im Vordergrund, bei Downers die Dämpfung. Wenn Konsumenten Substanzen mischen, wird das Ergebnis sehr unberechenbar. Gleichartige Drogen verstärken sich in ihren Nebenwirkungen, verschiedenartige Drogen sind in ihrem Zusammenspiel überhaupt nicht vorhersehbar. Ein fast schon alltägliches Beispiel ist die Mischung von Wodka mit Energy-Drinks. Gefährlich ist dabei das erlebte Gefühl der Klarheit und Wachheit (durch den Energy-Drink) bei gleichzeitig mangelnder Urteilskraft und eingeschränkten geistigen Fähigkeiten (durch den hochprozentigen Alkohol). Der gefällige Geschmack verführt überdies zum Konsum größerer Mengen.

AUFPUTSCHENDE MITTEL „UPPERS“

Drogen, die den Körper und den Geist „pushen“, sind beispielsweise Ecstasy, Speed und Kokain. Dies kann aber auch bei LSD und Pilzen eintreten. Sie sind unterschiedlich in ihren Wirkprofilen. So entstehen durch Speed in der Regel keine Halluzinationen (Tagträume bis zu realitätsfremden Wahrnehmungen und Sinnestäuschungen), dafür aber ein Gefühl der Unverwundbarkeit und große Aktivität. Pilze erzeugen dagegen eher keine überzogene Wachheit, dafür sind sie sehr halluzinogen, weshalb sie auch konsumiert werden.

Die Grenzen von Traum und Realität verschwimmen, die Umwelt wird anders wahrgenommen und bewertet. Gemeinsam ist diesen Stoffen die angeregte oder überdrehte Aktivität von entweder Körper oder Geist oder beiden. Daher ist bei einer Überdosierung zuerst der/die Konsument/in an einen ruhigen Ort zu bringen, die Bezugsperson muss in der Nähe bleiben und darf nicht weggehen.

Wenn sich eine Symptomatik stetig verschlimmert und die Helfenden sich überfordert fühlen, kann es unerlässlich werden, den Rettungsdienst hinzuzuziehen. Unter Umständen müssen diese Patient/innen nämlich medikamentös etwas beruhigt werden, um sie vor sich selbst zu schützen (z.B. durch Valium-Präparate). Bis Fachpersonal eintrifft, sollte der Betreffende durch das „Talking down“, also ein Gespräch, beruhigt werden.

Die Hauptgefahr bei Überdosierung von Uppers ist die Eigengefährdung durch unvernünftiges Verhalten – und je nach Dosis natürlich die Giftigkeit der Substanz selbst.

BERUHIGENDE UND DÄMPFENDE MITTEL „DOWNERS“

Substanzen, die Körper und Geist eher dämpfen, sind Alkohol, Cannabis oder Opiate (wie Heroin oder Codein). Die Hauptgefahr bei diesen Drogen ist das Erlöschen der Schutzreflexe und das „Vergessen“ zu atmen. Von den Schutzreflexen ist der wichtigste der Hustenreflex, der dazu führt, dass Erbrochenes wieder aus der Lunge entfernt wird. Wenn ein/e Konsument/in „so weit weg“ ist, dass er/sie seinen/ ihren Speichel oder sein/ ihr Erbrochenes nicht aushusten kann, sind seine Atemwege früher oder später verstopft, und er/ sie erstickt.

Eine einfache Maßnahme dagegen ist die stabile Seitenlage, die du ja im Erste-Hilfe-Kurs gelernt hast. Bei manchen Substanzen (und das sind vor allem die Opiate) passiert es auch, dass der Atemantrieb erlischt. Der/ die Patient/in atmet dann einfach nicht mehr und läuft blau an. Dann ist es notwendig, ihn/sie dazu zu bringen, wieder zu atmen. Die Mund-zu-Mund-Beatmung wird daher auch in der Ersten Hilfe gelernt. Sie hilft, die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes zu überbrücken. Auch wenn ein Patient ganz flach atmet oder viel zu langsam, ist es sinnvoll, seine Atmung zu unterstützen. Man sollte nicht darauf warten, bis er ganz damit aufhört. Die Hauptgefahr bei Downers ist die Verstopfung der Atemwege. Deshalb ist es wichtig darauf zu achten, dass das Erbrochene nicht im Mund oder im Rachen bleibt.

Wenn man zu einem „schief gegangenen Trip“ bzw. zu einer hilflosen oder hilfeschenden Person, gerufen wird, muss man folgende Aufgaben schnell übernehmen, um die Situation zu entschärfen, bevor der Arzt/die Ärztin eintrifft.

REGELN FÜR DEN/DIE HELFER/IN

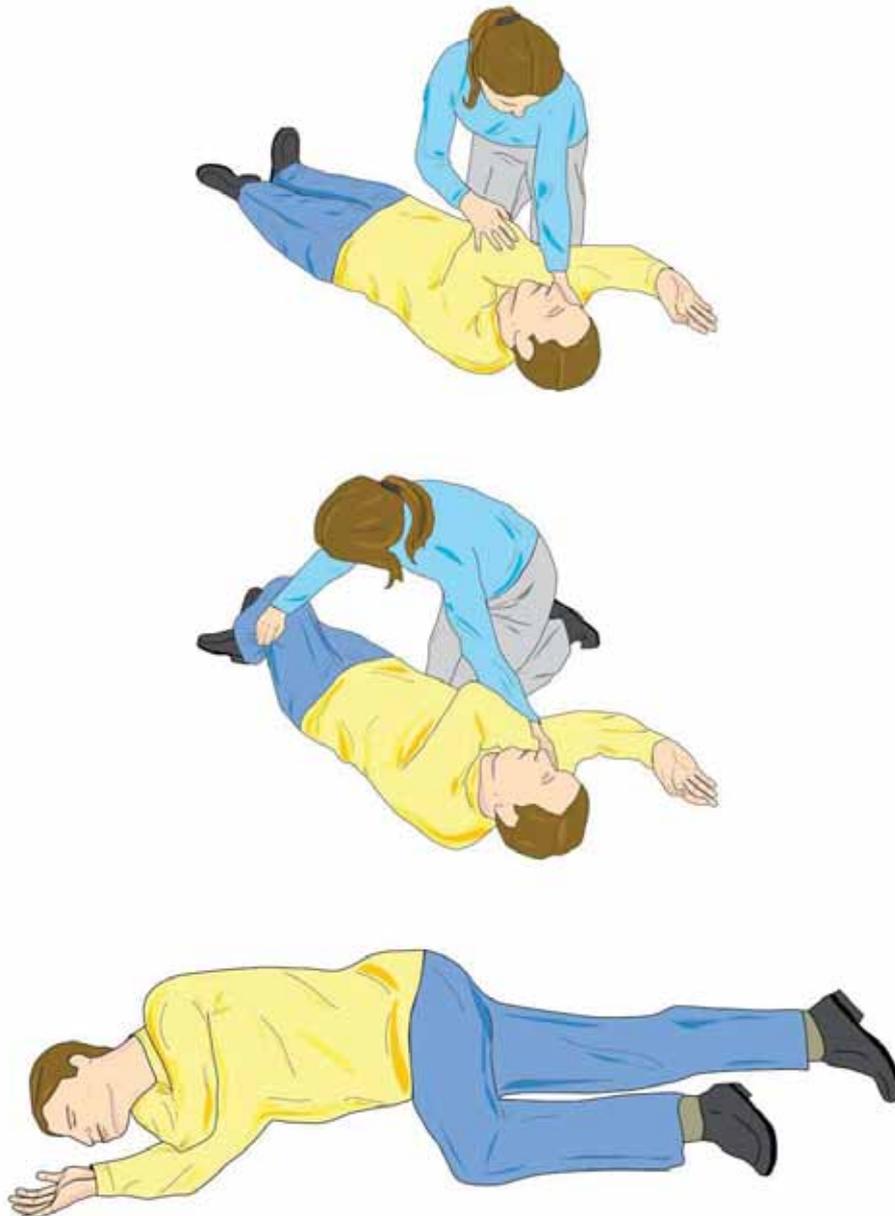
1. Du bist der/die Helfer/in, nicht der/die Patient/in. Du kannst also ruhig bleiben. Auch wenn dich die Person kennen sollte, stelle dich mit Namen vor, erkläre, was du als nächstes machst und konzentriere dich auf das Notwendige. Es ist jetzt nicht der Zeitpunkt, über Schuld oder Fehlverhalten zu diskutieren.
2. Finde heraus, welche Substanzen in welcher Menge im Körper der Person stecken.
3. Rufe einen Notdienst: Viele Situationen erfordern medikamentöse Hilfe. Tel: 112.

BEWUSSTLOSE PERSONEN

1. Führe die Grundschrirte der Ersten Hilfe durch:
 - a) Stabile Seitenlage, Sicherung der Atemwege (siehe nachfolgende Abbildung)
 - b) frische Luft, dabei Auskühlung verhindern
 - c) nichts in den Mund stecken, auch keine Flüssigkeiten. Muss sich die Person erbrechen, solltest du nichts dagegen tun – was raus ist, ist draußen und kann nicht noch mehr Schaden anrichten (Erbrochenes darf nicht im Mund oder im Rachen bleiben).

Abbildung 1: Stabile Seitenlage

Vereinfachte Seitenlage



Stand: 31.01.2007



Nicht vergessen: Kopf überstrecken!

WACHE ODER STARK ERREGTE PERSONEN

1. Ein/e wache/r Patient/in darf alkoholfreie Flüssigkeiten trinken. Sehr oft ist ein Flüssigkeitsmangel der Grund für das vorzeitige Ende der Party. Ist der Puls langsam oder nur schwach tastbar, lege die Person hin, wenn sie es toleriert, lege ihre Beine hoch.
2. Bei Panikreaktionen: ruhig reden („Talk down“). Ruhigen, reizarmen Ort suchen.
3. Wenn die Person „durchdreht“: festhalten bis der Arzt kommt (falls du dich nicht selbst gefährdest).
4. Bringe die Person an einen ruhigen Ort, suche Freunde oder eine andere sinnvolle Bezugsperson. Eine/r muss immer bei dem/der Patienten/Patientin bleiben, um ihn/sie zu beruhigen und auf Veränderungen zu reagieren.

Gerade bei stark alkoholisierten Personen, ist es nicht immer eindeutig, ob Hilfe gerufen werden muss oder nicht. Faustregel: im Zweifelsfall soll der Rettungsdienst gerufen werden. Spätestens, wenn eine Person bewusstlos ist, keinen oder kaum noch Puls hat und auch auf starke körperliche Reize (wie Kneifen und leichte Ohrfeigen) nicht mehr reagiert, sollte ein Notarzt gerufen werden. Erfahrene Drogenkonsumenten beachten oft einige Grundregeln („Safer Use“), egal um welche Substanz es geht.

Dazu gehört, dass:

1. nie in schlechter Stimmung eine Droge konsumiert wird
2. immer einer nüchtern bleibt – zum Aufpassen und zum Heimfahren.
3. alle anderen die Hände weg vom Steuer lassen (auch Fahrrad!).
4. keine Drogen gemischt werden, das macht den Rausch unkontrollierbar.

Man kann aber auf keinen Fall davon ausgehen, dass Jugendliche diese oder andere Regeln beherzigen, sie sind ja gerade erst dabei, sich mit dem Rausch auseinanderzusetzen und kennen häufig ihre Grenzen noch nicht.

Ausführliche und gut beschriebene Informationen zu den Wirkungen und zur Therapie bei Überdosierung für die handelsüblichen Substanzen findet man hier:

→ „Too Much! Erste Hilfe bei Drogenvergiftungen“²⁹

→ „Risiko mindern beim Drogengebrauch“

→ Behandlungen von Alkohol- und Drogenotfällen erfordern Fachpersonal!³⁰

²⁹ Richi Mosher „TOO MUCH. Erste Hilfe bei Drogenvergiftungen“

³⁰ Heutdlass & Stöver: Risiko mindern beim Drogengebrauch.



ÜBUNGEN

SPIELE UND ÜBUNGEN FÜR JUGENDGRUPPEN³¹

ÜBUNG 1: WAS IST EIN RICHTIGES FEST?

Ziele/ Erfahrungsmöglichkeiten:

Die Konsumgewohnheiten bei Festen werden hinterfragt und gemeinsam wird ein Fest geplant, bei dem Bedürfnisse und Wünsche erfüllt werden können, ohne Suchtmittel zu gebrauchen. Richtig feiern und genießen zu können bildet einen Gegenpol zur Sucht. Die Jugendlichen lernen ihre Stärken, Fähigkeiten und ihre Originalität zu schätzen und engagieren sich für das gemeinsame Erleben „unbezahlbarer Augenblicke“:

- Gemeinschaftserlebnis
- aktive Beteiligung/Verantwortung übernehmen
- Genuss- und Erlebnisfähigkeit
- Beziehungs- und Kommunikationsfähigkeit
- Selbstwertgefühl/Selbstaussdruck
- eigene Ressourcen kommen in der Gemeinschaft zu tragen
- Bewusstwerden von Konsumgewohnheiten
- Kreativität

Die Übung kann einen Austausch über die Festgestaltung in den Familien und unterschiedlichen Kulturen anregen

TEIL 1: ERSTELLEN EINER COLLAGE - WAS GEHÖRT ZU EINEM RICHTIG GUTEN FEST?

Beschreibung:

„Gemeinsam zu feiern ist eine gute Möglichkeit Spaß zu haben und sich wohl zu fühlen. Und Feste gibt es viele. Sie sind sehr unterschiedlich: Manche total langweilig, andere einfach richtig gut. Was ein richtig gutes Fest ist, darüber gehen die Meinungen auseinander. Manche meinen, gemeinsam feiern bedeutet, dass man zusammenkommt und viel Alkohol trinkt. Manche finden so etwas abstoßend und langweilig. Um ins Gespräch zu kommen, was eurer Meinung nach zu einem richtig gutem Fest gehört, machen wir eine Collage.“ Die Teilnehmer/innen finden sich in Kleingruppen zusammen. Alle Ideen und Meinungen zum Thema: „Zu einem richtig gutem Fest gehört für mich ...“ sollten festgehalten werden (malen, schreiben, Collage-Technik). Jede Kleingruppe stellt ihr Ergebnis dem Plenum vor.

Tipps:

Andere Formulierungsmöglichkeiten wären: „ein total langweiliges Fest“ oder „ein Fest, das man nie mehr vergisst“ oder „so feiern Erwachsene – so feiern wir!“ Die Auseinandersetzung mit dieser Frage macht Lust auf die baldige Umsetzung der Ideen.

Auswertung:

Die Auswertung findet während der Übung statt.

Zusätzliche Fragen zur Reflexion:

Wie wird bei uns in der Familie gefeiert?

Was war bisher mein schönstes Fest?

Was ist allgemein/für mich persönlich besonders wichtig für ein gelungenes Fest?

Welche typischen Konsumhaltungen wurden bewusst?

Erfahrung:

Eine 17-jährige Schülerin erzählte bei dieser Übung, dass sie bei Familienfesten auch immer

³¹ „Es muss nicht immer Wodka sein.“

Ideenbuch zur Suchtprävention mit jugendlichen Spätaussiedlern (S. 96). Hrsg. Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern e.V.: München 2004.

viel Alkohol trinken würde. Sie finde es gut und lustig, dass sie als Mädchen auch schon viel vertragen würde. Sie gehe ganz gern zu diesen Feiern. Auf mein Nachfragen wurde ihr bewusst, dass sie fast jedes Wochenende auf einer Feier sei und richtiggehend nach Feiernmöglichkeiten suche, nur noch auf das Wochenende hin lebe und den Alltag unter der Woche als „grau“ erlebe. Die Rückmeldungen der anderen Mädchen, die den Alkoholkonsum „nicht mehr in Ordnung“ fanden, wurden von ihr mit Unverständnis und Ärger („Sie sollen sich nicht so einmischen!“) abgelehnt. Eine Woche später meldete sich das Mädchen und bat um ein Beratungsgespräch: ihr sei mit Erschrecken klar geworden, wie alleine sie sei, wie wenig andere Interessen sie habe, dass sie wirklich auf dem Weg sei, Alkoholikerin zu werden – sie hatte es bisher nicht gemerkt, weil keiner aus ihrer Familie etwas gesagt habe.

Material:

- große Papierrollen (z.B.: Backpapier, unbedrucktes Zeitungspapier)
- Scheren
- Klebstoff
- Filzstifte
- Evtl. Zeitschriften, Illustrierte (zum Ausschneiden)

TEIL 2: FESTVORBEREITUNG

Beschreibung:

Manche Feste brauchst du nicht vorzubereiten, die werden ganz von alleine gut. Bei anderen, vor allem wenn sich die Leute nicht so gut kennen, ist es besser, sie vorzubereiten, damit sie ein richtig gutes Erlebnis werden. Aus den Ergebnissen des vorherigen Spieles oder auch durch Zuruf (Brainstorming) werden nochmals alle wichtigen Elemente eines guten Festes zusammengetragen:

- gute Stimmung
- sich wohl fühlen und dazu gehört auch: keine

Angst haben zu müssen ausgelacht zu werden

- dass etwas los ist: Bewegung, Unterhaltung (Musik, Theater, Spiele, Tanz, Shows)
- etwas Gutes zu essen und zu trinken
- Raumgestaltung
- Motto des Festes
- Einladungen (Informationen für die Gäste)

Die Teilnehmer/innen werden gebeten, auf ein Kärtchen zu schreiben, was sie persönlich zu dem Fest beitragen möchten. Nun finden sich Kleingruppen mit ähnlichen Interessen und Fähigkeiten zusammen. Die Kärtchen werden entweder in der Runde vorgelesen oder die Jugendlichen heften sich die Kärtchen an die Kleidung und gehen zum Lesen durch den Raum. Entstehende Untergruppen können auch Teilnehmer/innen zur Mitarbeit werben. Die entstandenen Gruppen werden mit Namen und Aufgabe an der Pinnwand notiert.

Material:

- Kärtchen und Stifte



ÜBUNGEN





ÜBUNG 2: „DAS RAD DER MOTIVE“³²

Ziele/Erfahrungsmöglichkeiten:
Orientierung und Sinn

Atmosphäre: Konzentriert

Hintergrund für den/die Gruppenleiter/in bzw. Übungsleiter/in:

Es gibt verschiedene Motive für den Konsum psychoaktiver Substanzen. Einige sind problematisch andere weniger. Auf jeden Fall ist es gut zu wissen, warum ich selber oder jemand anders Alkohol oder andere Drogen konsumiert. Die Übung vermittelt einen Eindruck von der Vielfalt und lässt vor allem eine persönliche Einordnung zu. Das „Rad“ ist eine Zusammenstellung von zehn Motiven für den Konsum psychoaktiver Substanzen. Zwei Motive stehen sich jeweils gegenüber, weil sie eng miteinander verbunden sind (als Gegenteil oder als gradueller Übergang von einem zum anderen).

Vorbereitung:

Der/die Gruppenleiter/in bzw. Durchführende malt das „Rad der Motive“ auf eine Tafel/Flipchart-Papier. Es bleibt aber zunächst für die Gruppenteilnehmer/innen verborgen!

Beschreibung:

1. Ihr wisst sicher, dass es verschiedene Gründe gibt Alkohol, Zigaretten, Cannabis oder Ecstasy zu konsumieren. Lasst uns versuchen möglichst viele dieser Gründe zu finden und zu beurteilen, ob das jeweils eine „Flucht“ (F) oder eine „Suche“ (S) darstellt.
2. Teilnehmer/innen nennen Gründe (Warum? Wozu?) für den Konsum von psychoaktiven Substanzen. Der/die Gruppenleiter/in bzw.

Übungsleiter/in notiert diese an eine Tafel/Flipchart-Papier.

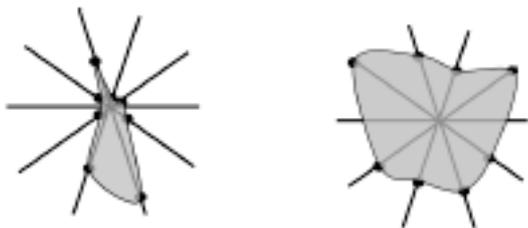
3. Sobald einige Motive gesammelt wurden (und nichts mehr aus der Gruppe kommt) präsentiert der/die Gruppenleiter/in das „Rad der Motive“ und ordnet die vorher notierten Begriffe diesem Rad zu, indem sie an den Rand geschrieben werden.
4. Sobald diese Ordnung geschehen ist, werden die Teilnehmer/innen aufgefordert, jedes Motiv zu bewerten:
 - a) Ist das Motiv XY (z.B. „von der Gruppe akzeptiert werden“) eher eine „Flucht“ (F) oder eher eine „Suche“ (S)?
 - b) Der/die Gruppenleiter/in bzw. Durchführende notiert jeweils ein „F“ oder ein „S“ hinter die notierten Begriffe.
5. Am Ende kriegt jede/r Teilnehmer/in das Aufgabenblatt mit dem „Rad“ (Kopiervorlage siehe nächste Seite).
 - a) Aufgabe: notiert auf jedem „Weg“ (1-5) des Rads, wie sehr ein Motiv bei euch selber vorhanden ist. (Ein Strich näher am Mittelpunkt bedeutet: weniger stark, ein Strich näher am äußeren Rand bedeutet: stärker)



³² Suchtpräventive Bausteine im Rahmen der WSD-Kurse (Kids & Teenies). Dr. Henrik Jungaberle (Institut für Medizinische Psychologie des Universitätsklinikums Heidelberg) für die Mentorstiftung Deutschland. 2007.

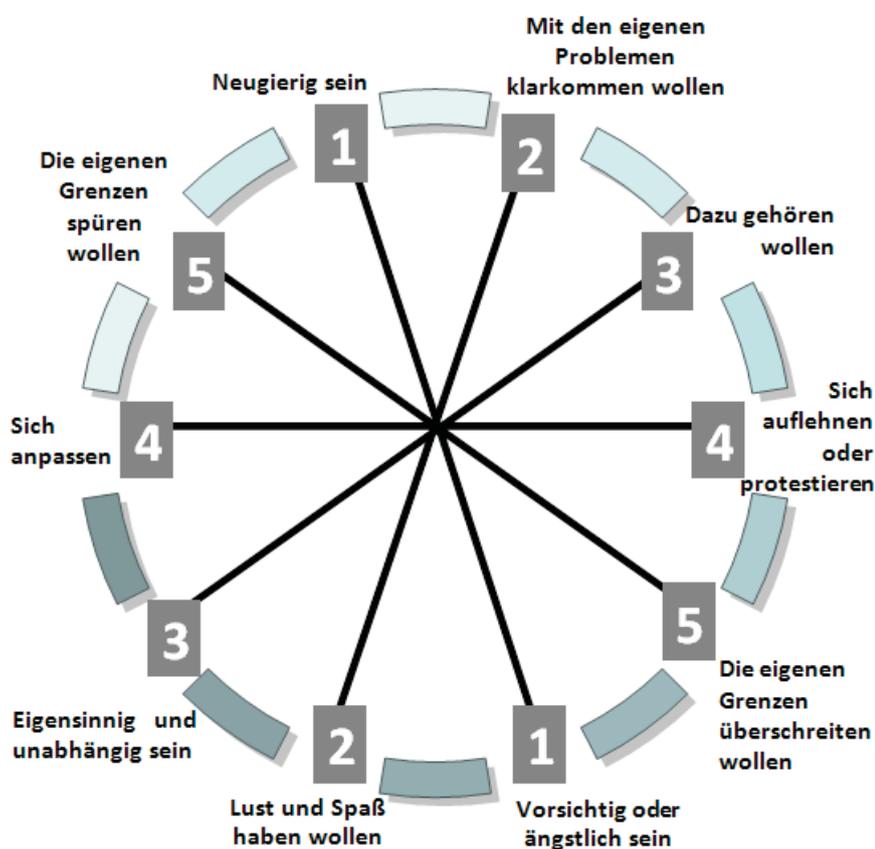
AUFGABENBLATT ZU ÜBUNG 2: „DAS RAD DER MOTIVE“: WAS BEWEGT MICH SELBER BEIM THEMA „DROGEN“ (SELBSTEINSCHÄTZUNG)

Notiere auf jeder Linie (1-5) zwischen zwei „Motiven“, wie stark dieses Motiv auf dich selber zutrifft. Ein Strich in der Nähe des Mittelpunkts bedeutet „kaum“, ein Strich ganz außen am Rad bedeutet „ziemlich stark“. Trage das für jede Linie im Rad ein und verbinde dann deine Striche miteinander, so dass sich eine Figur ergibt.



Beispiele:

Hier findest du das „Rad“: verschiedene Motive, die man beim Thema „Drogen“ (Alkohol, Zigaretten, Cannabis, Ecstasy usw.) haben kann:



ÜBUNGEN





ÜBUNG 3: „BOOTSMODELL“³³

Diese Übung bezieht sich auf die Lebenswelt der Jugendlichen und die damit verbundenen Entwicklungsaufgaben.

Ziele/Erfahrungsmöglichkeiten:

- Einfühlung in die Lebenswelt der Jugendlichen
- Bewusstmachen der Gefahren auf dem Weg zum Erwachsenwerden und der Funktion von Genussmitteln
- Erarbeiten von Unterstützungsmöglichkeiten für die Jugendlichen durch Übungsleiter/innen

Beschreibung:

Mit Hilfe einer Metapher („Der Überfahrt auf einem Boot“) wird dargestellt, was Jugendliche brauchen, um durch die Jugendzeit zu kommen, wie sie diese Zeit gut überstehen können und was Erwachsene tun können, damit sie gut im Erwachsenenleben ankommen. Diese Übung kann bei ausreichend Teilnehmenden in Kleingruppenarbeit umgesetzt werden, ansonsten bietet sich Arbeit im Plenum an.

Das Bild wird auf Papier/an einer Tafel entwickelt. Am linken Rand liegt das „Land der Kindheit“, am rechten Rand wird das „Land der Erwachseneins“ skizziert. Dazwischen liegt die Jugend, dargestellt als Meer, das es zu überwinden gilt. Jede/r Jugendliche nutzt für die Überfahrt ein eigenes Boot mit einer Positionslampe. Zunächst stellt sich die Frage, was sinnvollerweise Nützliches im Boot sein soll, um gut über das wilde Meer zu kommen (immaterielle Dinge wie z.B. Vertrauen in die eigene Kraft, Mut, Ausdauer, Ruhe, Teamfähigkeit, Zuversicht, Geduld, Zielstrebigkeit, etc.) - wird per Zuruf oder durch Gruppenarbeit gesammelt und links notiert. Auf dem Meer werden die anderen Jugendlichen in

ihren Booten wichtiger als die Eltern, zu denen gerade Distanz entsteht. Aber fahren die anderen Jugendlichen in die richtige Richtung? Was mache ich, wenn Nebel aufkommt? Offene Diskussion. Während der Überfahrt kommt es immer wieder zu heftigen Stürmen: Viele Herausforderungen müssen bewältigt werden – die Themen werden in dicken Pfeilen notiert.

Auf Inseln kann man Halt machen und sich ausruhen, entspannen. Die Inseln heißen „Freunde“, „Urlaub/Ferien“, „Sport“, „Musik“, „Familie“, „Hobbys“, „Spiele“, etc. Auch Rauchen und Trinken kann als Insel gesehen werden. Hier – wie auch auf den anderen Inseln – lautet die Frage: Will ich von dieser Insel auch wieder ablegen oder bleibe ich und vergesse, mich wieder auf die Reise zu machen und erwachsen zu werden? Inseln sind auch Übungsplätze für das Erwachsenenleben. Hier können Verhaltensvarianten erprobt, diskutiert und erwogen werden.

Was können Erwachsene tun, damit Jugendliche zu ihnen kommen wollen? Wie stellt sich das Erwachsenenleben für Jugendliche dar? Als Mühe und Plage? Bestehend aus Muss und Pflicht? Oder als Lebensabschnitt, der neue Möglichkeiten eröffnet, der befreit ist von den kindlichen und jugendlichen Abhängigkeiten? Können Erwachsene Orientierung geben, z.B. durch einen Leuchtturm? Wie sieht das im praktischen Leben aus? (Leuchtturm auf rechtes Land zeichnen!) Gibt es Anlegestellen oder hat das Land der Erwachsenen steile Klippen und ist abweisend? D.h., wird altersgerechte Verantwortung übertragen? Bekommen Jugendliche ihre Chance zu zeigen, was sie inzwischen können? Werden sie in Entscheidungsprozesse, z.B. in Vereinsangelegenheiten, mit einbezogen?

Zeit:

30 bis 60 Minuten

Material:

- Papierbögen oder Tafel
- Buntstifte oder Filzstifte, Kreiden.

³³ Aktion Jugendschutz Bayern: Mitten im Leben statt voll daneben. Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und Drogen in der Jugendarbeit, München 2007, S.35. (Das „Bootsmodell“ stammt von Claudia Kahr, von der „Vivid“, Fachstelle für Suchtprävention in Graz/Österreich).

ÜBUNG 4: „BESTANDSAUFNAHME“³⁴

Diese Diskussionsübung bezieht sich auf die Vereins- und Konsumkultur.

Ziele/Erfahrungsmöglichkeiten

- Bewusstmachung von Konsumritualen im Vereinsalltag und deren Priorität,
- Aufdecken von eventuellem Problemkonsum im Vereinsleben
- Ansatzpunkte für Veränderungsmaßnahmen erarbeiten

Beschreibung:

Folgende Fragen zur Reflexion stehen zur Auswahl:

- Bei welchen typischen Gelegenheiten werden im Verein/Verband Suchtmittel konsumiert?
- Welche Rolle spielen Suchtmittel im emotionalen Bereich, als Trostspender oder als Belohnung?
- Gibt es Vereins-/Verbandsmitglieder, die sich aus Konsumsituationen heraushalten und beispielsweise eine Trinkgelegenheit ablehnen, und wie wird von den anderen darauf reagiert?
- Existiert ein „harter Kern“ von Vereinsmitgliedern, die den Verein hauptsächlich aufsuchen, um trinken zu können?
- Wie einfach bzw. wie kontrolliert ist der Zugriff auf Alkohol und Tabakwaren im Verein?
- Kommt es regelmäßig zu rauschbedingten Ausfällen im Vereinsalltag?
- Gibt es Kolleg/innen, die problematisch konsumieren und brauchen sie Hilfestellung?
- Welche Wahrnehmung haben die Jugendlichen aus der Jugendgruppe auf den Konsum von Suchtmitteln im Verein/Verband?

³⁴ Aktion Jugendschutz Bayern: Mitten im Leben statt voll daneben. Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und Drogen in der Jugendarbeit, München 2007, S.37.

Dieses Raster von Fragen kann z.B. während der JuLeiCa-Ausbildung als Kleingruppenarbeit bearbeitet werden. Die Kleingruppen stellen ihre Ergebnisse im Plenum vor und diskutieren sie.

Zeit:

30 Minuten

Material:

- Flipchart-Bögen
- Filzstifte

Ist eine Bestandsaufnahme durch obige Methoden erfolgt, wird den Jugendleiter/innen bzw. Gruppenteilnehmer/innen die Frage gestellt, ob sie Veränderungsbedarf in ihrem Vereinsalltag sehen und wenn ja, wie sie diese Veränderungen in Gang bringen können und ob sie dabei Unterstützung brauchen und von wem sie diese bekommen.





ÜBUNG 5: „PLANSPIEL VEREINSFEST“³⁵

Dieses Spiel kann im Bezug auf die Planung und Durchführung von Vereinsfesten eingesetzt werden.

Ziele/Erfahrungsmöglichkeiten:

- Entwicklung einer Routine bei der Festplanung
- Reflexion und Einfühlung verschiedener Standpunkte
- Fokussierung des Themas Konsum und Suchtmittel bei Veranstaltungen
- Risikominimierung

Beschreibung:

Das Planspiel beginnt, indem die Teilnehmer/innen gebeten werden, sich in verschiedene Rollen zu versetzen. Eine Kleingruppe spielt Jugendliche, eine weitere Kleingruppe spielt die Öffentlichkeit (Polizei, Bürgermeister/in, und Nachbarn/innen am Veranstaltungsort); eine letzte Gruppe spielt die Festveranstalter. Alle drei Gruppen bleiben bis zum Ende des Planspiels in ihrer Rolle. Die Kleingruppen werden gebeten, die Ergebnisse auf großen Papiergrößen festzuhalten, um sie später im Plenum präsentieren zu können.

Die Kleingruppen beschäftigen sich mit den vorgefertigten Arbeitsanweisungen (siehe Kopiervorlage S. 57, Meldung aus dem Tagesblatt vom 22.01.2011).

Nachdem dieses Arbeitsblatt von den Gruppen bearbeitet wurde, kommen die Teilnehmer/innen im Plenum zusammen. Die Gruppen bleiben in ihren Rollen. Man lässt zuerst die Jugendlichen zu Wort kommen und ihr Ergebnis vorstellen, dann die Öffentlichkeit und zum Schluss die Veranstal-

ter. Auf dieser Basis kann man als Moderator/in eine Diskussion entfachen, wie man ein Vereinsfest künftig aus den verschiedenen Perspektiven sicherer gestalten kann. Die Teilnehmer/innen lernen dabei aus den unterschiedlichen Perspektiven und damit verbundenen Bedürfnissen, welche mannigfaltigen Erwartungen bei der Planung eines Vereinsfestes zu berücksichtigen sind, um ein „sicheres Fest“ zu gestalten.

Neben dem Planspiel, das in der Regel zu hitziger Diskussion und Auseinandersetzung führt, ist es für Jugendleiter/innen und anderen Verantwortungsträger/innen wichtig, sich mit der „nüchternen“ Umsetzung von Jugendschutz auf Festivitäten auseinander zu setzen.

Zeit: 45 Minuten

Material:

- vorgefertigte Arbeitsanweisungen (siehe Kopiervorlage umseitig)



³⁵Aktion Jugendschutz Bayern: Mitten im Leben statt voll daneben. Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und Drogen in der Jugendarbeit, München 2007, S.53 (Idee von Daniel Wittman, Ralf Menken).

AUFGABENBLATT ZU ÜBUNG 5: „PLANSPIEL VEREINSFEST“

„Party geht in Alkohol unter“

Am Wochenende fand im Vereinsheim des X-Vereins aus Y-Stadt eine Party für sämtliche Mannschaften des Vereins statt. Alt und Jung feierten zusammen. Leider eskalierte die Party schon nach drei Stunden. Mehrere Jugendliche verwüsteten das Grundstück des Nachbarn und benutzten seinen Rasen als Toilette. Die Eskalation gipfelte in einem Handgemenge mit der Polizei, bei dem ein Polizist leicht verletzt wurde. Die Polizei behielt fünf Führerscheine von Partygästen und Vereinsmitgliedern ein, die aufgrund der Eskalation im angetrunkenen Zustand mit ihren Mopeds und Autos flüchten wollten. Der Vereinsvorstand weist jegliche Verantwortung von sich: „Die Jugendlichen sind schon alkoholisiert zu uns gekommen“.

Beschäftigt euch mit dem obigen Zeitungsartikel (siehe oben) und bearbeitet folgende Fragen:

Arbeitsauftrag 1:

Gruppe Jugendliche: Mit welchen Erwartungen seid ihr auf die Party gegangen, wie habt ihr euch dort gefühlt und wie seid ihr mit den Folgen klar gekommen?

Gruppe Öffentlichkeit: Welche Vorurteile hattet ihr vor der Party gegenüber den Veranstaltern und den Besuchern, wie wurden eure Vorurteile durch den Verlauf der Party bestärkt und wie geht ihr mit den „Nachwehen“ der Party um?

Gruppe Veranstalter: Welche Befürchtungen hattet ihr vor und während der Party? Wurden diese nach der Party bestärkt?

Arbeitsauftrag 2: Wie könnte die Situation aus eurer Perspektive das nächste Mal besser laufen?

ÜBUNGEN





ÜBUNG 6: „GRUPPENBEWERTUNG/ VORBILDFUNKTION“³⁶

Ziele/Erfahrungsmöglichkeiten

- Es sollte ein Bewusstsein dafür geschaffen werden, wann sich der/die Jugendleiter/in bzw. Verantwortung Tragende in der „professionellen“ Rolle befindet und wann nicht.
- Lassen sich Privatleben und Ausübung der Jugendleiter/innen / Teamer/innen-Rolle trennen?
- Welche Konsumsituationen können für den/die Jugendleiter/in/Teamer/in problematisch in Bezug auf die Vorbildfunktion gegenüber den Jugendlichen sein?

Beschreibung:

Man schreibt verschiedene Konsumsituationen bzw. Rollen der Teilnehmenden auf Kärtchen und lässt diese von den Teilnehmenden in drei verschiedenen Kategorien „eher problematisch“, „neutral“ und „unverfänglich“ zuordnen. Die Arbeit in Kleingruppen bietet sich hier an.

Typische Konsumsituationen können sein:

- Ich trinke mit meinen Freunden ein Bier in meiner Stammkneipe.
- Ich rauche in der Pause, während des Trainings mit den Jugendlichen eine Zigarette.
- Auf dem letzten Vereinsfest war ich sturzbesoffen.

Es gibt verschiedene Rollenverschränkungen, denen ein/e Jugendleiter/in oder ein/e Teamer/in oder andere Verantwortung Tragende unterliegen kann:

- Am Wochenende arbeite ich in einer Kneipe, in der die Jugendlichen aus meinem Verband verkehren.
- Ich bin starke/r Raucher/in.

- Jeder im Dorf weiß, dass ich regelmäßig zum Stammtisch gehe.
- Neben meiner Tätigkeit als Jugendleiter/in fahre ich Skirennen mit und werde von einer Brauerei gesponsert.

Bei der Auswahl der Konsumsituationen und Rollen sind dem/der Verantwortungstragenden keine Grenzen gesetzt. Die Beispiele sollten nah am Alltag der Jugendleiter/innen oder Teamer/innen sein.

Natürlich kann der/die Teamer/in bzw. Verantwortungstragende in unterschiedlichem Maße Einfluss nehmen, je nach Bedarf der Gruppe. Der/die Teamer/in bzw. Verantwortungstragende sollte jedoch bedenken, dass es keine vorgefertigten Lösungen und Moralvorstellungen gibt. Wie die einzelnen Konsumsituationen bewertet werden, entscheidet die Gruppe gemeinsam. Ein Einigungsprozess soll stattfinden, indem die Situationen von den Jugendleiter/innen, Teamer/innen oder anderen Verantwortungstragenden zugeordnet werden.

Material:

- Karten (z.B. aus Moderationskoffer)
- Flipchart-Papier oder Tafel zum Ordnen
- Filzstifte

Zeit:

30 bis 40 Minuten



³⁶ Aktion Jugendschutz Bayern: Mitten im Leben statt voll daneben. Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und Drogen in der Jugendarbeit, München 2007, S.55 (Idee von Daniel Wittmann, Ralf Menken).

ÜBUNG 7: „RISIKOPLANER“³⁷

BEISPIEL:

Rauschbedingte Randalie im Feriencamp

„Im gemeinsamen Feriencamp der DLRG-Ortsgruppe XY sind die beiden Jugendmannschaften – Jungen und Mädchen – eine Woche zusammen am Meer. Es wird gezeltet; neben dem Trainingsbetrieb sind die Jugendlichen viel beim Baden und feiern jeden Abend eine „fette Strandparty“. Alkoholische Getränke sind hier für die 14- bis 16-jährigen Jugendlichen leicht zu bekommen. Die Trainer/innen und Begleitpersonen zwischen 17 und 23 Jahren feiern zum Teil mit und zeigen unterschiedliches Verhalten gegenüber den Jugendlichen. Am letzten Abend entgleitet die Geselligkeit. Einheimische Jugendliche kommen hinzu und bringen reichlich Alkohol und Cannabis mit. Das Auftauchen der Jugendlichen wird toleriert, da sie aus der hiesigen DLRG-Gliederung sind und der Austausch doch gefördert werden soll.

Zwei der Jugendlichen landen mit Alkoholvergiftung im Krankenhaus. Am Zeltplatz wurde randaliert und es entstand erheblicher Sachschaden. Ein Mädchen aus der Mädchenmannschaft hat die Nacht mit einem einheimischen Jugendlichen verbracht und kann sich aber aufgrund ihres Rauschzustands an nichts mehr erinnern. Sie hat Angst, schwanger zu werden. Drei Jugendliche haben sich geprügelt, mit leichten Verletzungen werden sie ebenfalls ins Krankenhaus eingeliefert. Nun ist die Aufregung groß. Die Polizei wird vom Krankenhaus eingeschaltet, der Vereinsvorstand weiß noch nichts, und mehrere Eltern sind schon auf der Anreise. Die Begleitpersonen streiten sich nun, wer versagt hat. Die Schuld wird hin- und hergeschoben. Sie sind handlungsunfähig.“

Diese Übung bezieht sich auf das Risikomanagement und die Risikokompetenz von Jugendlichen.

Ziele Erfahrungsmöglichkeiten

- Reflexion der Risikosituation in all ihren Facetten
- Ausloten der Grenzen des eigenen Handelns und des Handlungsspielraums
- kompetentes Handeln in Risikosituationen

Beschreibung:

Zuerst wird ein Fallbeispiel ausgehändigt. Die Gruppenteilnehmer/innen werden nun aufgefordert, in Kleingruppen den Fall zu lesen und einen Handlungsplan zu erstellen, wie sie an Stelle der

betroffenen Jugendleiter/innen bzw. Begleitpersonen mit der Risikosituation „Jugendliche sind im Feriencamp und in Partystimmung“ umgehen würden - bis hin zu Schritten, die einzuleiten sind, wenn das Feriencamp „baden geht,“ wie im obigen Fall. Die Jugendleiter/innen sollen Grenzen formulieren, wie weit sie den Jugendlichen Freiräume überlassen können und wann „die Party ein Ende hat“. Der/die Moderator/in begleitet die Kleingruppen bei der Ergebnisfindung.

Die Handlungsregeln werden auf einem Flipchartbogen mit der Überschrift „Risikoplaner“ gesammelt; die Grenzen werden auf einem Bogen mit der Überschrift „Limits“ zusammengefasst.

Im Plenum werden die Gruppenergebnisse vorgestellt. Von dem/der Moderator/in werden die wichtigsten Rahmenbedingungen oder Limits (z. B. das Jugenschutzgesetz) und die Regeln nochmals auf zwei Bögen mitnotiert und nach

³⁷ Aktion Jugendschutz Bayern: Mitten im Leben statt voll daneben. Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und Drogen in der Jugendarbeit, München 2007, S.55 (Idee von Daniel Wittmann, Ralf Menken).





der Veranstaltung für die Teilnehmer/innen auf scheckkartengroße Kärtchen übertragen und an sie ausgehändigt. So können sie in jeder Situation hervorgeholt werden.

Zeit:

30 bis 40 Minuten

Material:

- Flipchart-Bögen und Tafel
- Filzstifte
- Kärtchen in Scheckkartengröße

ÜBUNG 8: „DAS SCHMECKT!“³⁸

Ziele/Erfahrungsmöglichkeiten

- Sensibilisieren für Genuss
- Unterschiede wahrnehmen von Gier und Genuss

Beschreibung:

Alle Jugendlichen schlingen auf Kommando ein Stück Schokolade hinunter. Anschließend wird unter Anleitung ein Stück Schokolade genossen: Es sich bequem machen / sich das Stück servieren lassen / aus dem Schokoladenpapier auspacken / wie riecht es? / wie fühlt es sich an? / auf der Zunge zergehen lassen / Finger abschlecken ...

Auswertung:

- Was war der Unterschied?
- Was kann ich wirklich genießen?
- Beeinflusst mich die Werbung?

Material:

- Schokolade und andere „Köstlichkeiten“ (für diejenigen, die keine Schokolade mögen)
- Schönes Gefäß zum Servieren

³⁸ Entnommen aus: „Es muss nicht immer Wodka sein.“ Ideenbuch zur Suchtprävention mit jugendlichen Spätaussiedlern. Hrsg. Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern e.V.: München 2004, S. 99.

LITERATUR UND MATERIALTIPPS

Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern e.V. (Hrsg.): „Es muss nicht immer Wodka sein.“ Ideenbuch zur Suchtprävention mit jugendlichen Spätaussiedlern. München 2004

Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern e.V., Bayerischer Jugendring (Hrsg.): „Mitten im Leben statt voll daneben“. Arbeitshilfe zum Umgang mit Alkohol und Drogen in der Jugendarbeit. München 2007

Bandura, A.: Selfefficacy. In V. S. Ramachandran (Ed.), Encyclopedia of human behavior (Vol. 4, pp. 71-81). San Diego: Academic Press 1994

Bühler, A., & Kröger, C.: Expertise zur Prävention des Substanzgebrauchs. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) 2006

Bühler, A.; Kröger, C.: „Expertise zur Wirksamkeit suchtpreventiver Maßnahmen“ Hrsg.: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln 2006

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2008. Alkohol-, Tabak- und Cannabiskonsum. Erste Ergebnisse zu aktuellen Entwicklungen und Trends. Köln 2008

Erikson, E. H.: Identität und Lebenszyklus. Frankfurt am Main: Suhrkamp 1979 (1959)

Freitag, M. & Hurrelmann, K. (Hrsg.): Illegale Alltagsdrogen. Weinheim: Juventa 1999

Gingelmaier, S.: Die Haltung zu Drogen als Entwicklungsaufgabe: Eine entwicklungspsychologische Untersuchung über adoleszente Identitätsarbeit im Kontext von psychoaktiven Substanzen und Ritualisierungen. Vdm Verlag Dr. Müller 2008

Havighurst, R. J.: Developmental tasks and education. New York: Longman 1948

Havighurst, R.J.: Developmental tasks and education. 1982 (1st ed. 1948). In: Oerter, R. & Montada, L. (Hrsg.): Entwicklungspsychologie. 4. Aufl. 1998, S. 121. Weinheim, Basel: Beltz

Hawks, D., Scott, K., & McBride, M.: Prevention of psychoactive substance abuse: a selected review of what works in the area of prevention. Geneva: World Health Organization 2002

Heudtlass, J-H., Stöver H. (Hrsg.): Risiko mindern beim Drogengebrauch. Gesundheitsförderung, Verbrauchertipps, Beratungswissen, Praxishilfen. Fachhochschulverlag (Frankfurt am Main) 2005

Hurrelmann, K. & Rosewitz, B. & Wolf, H.K.: Lebensphase Jugend. Weinheim und München: Juventa 1985





Jessor, R.: New Perspectives on Adolescent Risk Behaviour. Cambridge: Cambridge University Press 1998

Jungaberle, H.: Suchtpräventive Bausteine im Rahmen der WSD-Kurse (Kids & Teenies). Institut für Medizinische Psychologie des Universitätsklinikums Heidelberg für die Mentorstiftung Deutschland 2007

Kraus, L., Steiner, S. & Pabst, A.: Die Europäische Schülerstudie zu Alkohol und anderen Drogen (ESPAD): Befragung von Schülerinnen und Schülern der 9. und 10. Klasse in Bayern, Berlin, Brandenburg, Hessen, Mecklenburg-Vorpommern, Saarland und Thüringen (IFT-Berichte Bd. 165). München: IFT Institut für Therapieforchung 2008

Mosher, R.: TOO MUCH. Erste Hilfe bei Drogenvergiftungen. Der Grüne Zweig. 172 Edition Rausch-Kunde, 8. verbesserte Auflage

Raschke, P., Kalke, J.: Lernen durch Verzicht. Konzept und Wirkungen des suchtpreventiven Unterrichtsprogramms „Gläserne Schule“. Schneider Verlag Hohengehren: Baltmannsweiler 2002

Resch, F. Westhoff, K.: Adoleszenz und die Postmoderne. In Resch, Schulte-Markwort (Hrsg.): Kursbuch für integrative Kinder- und Jugendpsychotherapie (S. 67-73). Weinheim, Basel: Beltz-Verlag 2005)

Robra, A.: Das SuchtSpieleBuch: Spiele und Übungen zur Suchtprävention in Kindergarten, Schule, Jugendarbeit und Betrieben. Kallmeyer Verlag 1999

Saß, H. et al.: Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen– Textrevision– DSM-IV-TR. Hogrefe, Göttingen 2003

Silbereisen, R. K. & Reese, A.: Substanzgebrauch: Illegale Drogen und Alkohol. In: J. Raithel (Hrsg.) Risikoverhaltensweisen Jugendlicher (pp. 131-153). Opladen: Leske + Budrich 2001

Wustmann, C.: Resilienz: Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Berlin: Cornelsen Scriptor 2004 (Nachdruck 2008)

LINKS UND ADRESSEN

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
www.BZgA.de

www.drugcom.de

Sucht- und Drogen-Hotline

Neue Sucht- und Drogenhotline unter 01805 - 313031, bundesweit und 24 Stunden täglich
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (www.dhs.de).

REBOUND – Resilienz- und Präventionsprojekt

www.my-rebound.de

BILDNACHWEIS

Titel | Tobias Mittmann | www.jugendfotos.de | CC-Lizenz (by-nc-nd)

Seite 5 | dieprojektoren agentur für gestaltung und präsentation*

Seite 20 | Fabian Reck | DLRG-Jugend

Seite 22 | „Topilin Keno“ | www.jugendfotos.de | CC-Lizenz (by-nc-nd)

Seite 24 | © Altmann Shapes | AllSilhouettes.com | PIXELIO | www.pixelio.de

Seite 36 | Samuel Bayer | www.jugendfotos.de | CC-Lizenz (by-nc-nd)

Seite 40 | Michael T. | www.jugendfotos.de | CC-Lizenz (by-nc)

Seite 48 | Ausbildungsvorschrift Erste Hilfe (AV 1) | Foliensatz | DLRG

Seite 51 | Franziska Maxi Müller | www.jugendfotos.de | CC-Lizenz (by-nc)

Seite 52 | Stefan Gerlach | www.jugendfotos.de | CC-Lizenz (by-nc)

Seite 55 | Stefan Franke | www.jugendfotos.de | CC-Lizenz (by-nc-nd)

Seite 55 | Timo Dorsch | www.jugendfotos.de | CC-Lizenz (by-nc-nd)

Seite 58 | © RKB by Klicker | PIXELIO | www.pixelio.de

*Das Foto wurde der Foto-DVD „Blickwinkel“, die der Deutsche Bundesjugendring im Rahmen von „Projekt P - misch dich ein“ produziert hat, entnommen.





COPYRIGHT

Die Arbeitshilfe RISPEKT ist urheberrechtlich geschützt. Wer Teile davon verwenden möchte, wendet sich an die DLRG-Jugend, Bundesverband.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER & BESTELLUNGEN

DLRG-Jugend, Bundesvorstand
Im Niedernfeld 2
31542 Bad Nenndorf
Tel.: 05723 - 955 300
E-Mail: info@dlrg-jugend.de
Internet: www.dlrg-jugend.de

AUTOREN

Dipl.-Psych. Ede Nagy, Dr. Henrik Jungaberle & Prof. Dr. med. Dipl. Psych. Rolf Verres | Institut für Medizinische Psychologie im Zentrum für Psychosoziale Medizin des Universitätsklinikums Heidelberg | Bergheimer Str. 20 | 69115 Heidelberg | Tel 06221-568151 | E-Mail Ede_Nagy@med.uni-heidelberg.de |

Michael Ganter | DLRG-Jugend | michael.ganter@dlrg-jugend.de

Dr. med. Christoph Mauer | DLRG-Jugend | christoph.mauer@dlrg-jugend.de

Redaktion | DLRG-Jugend | Anne Staufenbiel

LAYOUT

DLRG-Jugend | Petra Dietz | und andere
Projekt REBOUND – Resilienzbasierete Suchtprävention

ONLINE DRUCK

<http://www.dlrg-jugend.de/service/arbeitsmaterialien.html>

INSTITUTIONEN & KOOPERATIONEN

DLRG-Jugend

Institut für Medizinische Psychologie im Zentrum für Psychosoziale Medizin des Universitätsklinikums Heidelberg | www.medpsych.uni-hd.de

Projekt REBOUND – Resilienzbasierete Suchtprävention | www.my-rebound.de