

## Zwischen (Ver-)Suchen und Sucht



- Die Angst der Eltern
- Neues und Wissenswertes
  - Alkopops
  - Bingedrinking
  - Cannabis
  - Designer-Drogen
- Pubertät, Zeit des Wandels
- Achtung Suchtgefahr!
- Signale ... ▶▶▶

Die Zeit, zu der Oliver zu Hause sein sollte ist längst überschritten. Seine Mutter ist unruhig, wartet auf ihn. Oliver, 14 Jahre alt, kommt nach Hause, ganz leise, denn er hätte eigentlich schon viel früher zu Hause sein sollen. Seine Mutter, die ihn sogleich ins Gebet nimmt, bemerkt dabei den Geruch von Zigaretten. Oliver wirkt „irgendwie komisch“ und schaut der Mutter nicht in die Augen. Er gibt keine klaren Antworten und begründet nicht, warum es später wurde, will sich auch schnellstmöglich in sein Zimmer zurückziehen. Frau B. ist beunruhigt, sie vermutet, dass Oliver mit Freunden zusammen geraucht, vielleicht sogar Alkohol getrunken hat. Da sie aber keine „Fahne“ gerochen hat, denkt sie auch an Haschisch.

Herr B. ist nicht zu Hause, er hat Spätschicht und kommt erst gegen ein Uhr heim. Frau B. ist eigentlich ganz froh darüber, dass er nicht da ist, denn bei Problemen mit Oliver geht er sehr schnell „hoch“, schreit herum und verhängt gleich lange Ausgehverbote, die nach wenigen Tagen dann doch wieder aufgehoben werden. Frau B. hat ihrem Mann auch schon des Öfteren schlechte Noten von Oliver verheimlicht, weil Herr B. sehr hohe Anforderungen an den Jungen stellt, die dieser nur mit viel Mühe erfüllen kann. Schließlich soll es Oliver mal besser gehen als dem Vater.

Als Frau B. am nächsten Tag im Gespräch mit Oliver ihren Verdacht äußert, gibt dieser zu, ein wenig von einem alkoholischen Mischgetränk getrunken und an einer Zigarette gezogen zu haben. Er begründet sein Verhalten damit, dass dies auch alle seine Freunde täten. Er betont aber, dass er nie in seinem Leben Haschisch rauchen würde, da dies ja Rauschgift sei. Als Frau B. Oliver erklärt, wie schädlich das Rauchen ist, kontert Oliver, dass sie selbst ja auch rauche und sein Vater auch öfter ein paar Bier trinke. Von dem Argument, dass seine Eltern erwachsen seien und dies deshalb auch tun dürften, lässt sich Oliver nicht beeindrucken. Erst mit der Drohung, den Vater zu informieren, ringt sie ihm das Versprechen ab, künftig nicht mehr zu rauchen und auch keinen Alkohol zu trinken.

Zwei Wochen danach kommt Oliver abends zwei Stunden später als vereinbart mit einer deutlichen „Fahne“ nach Hause und übergibt sich in der Toilette. Der Vater schreit erst herum, verhängt vier Wochen Ausgangssperre und geht dann ins Wohnzimmer, um sich vorm Fernseher mit einer Flasche Bier und einer Zigarette zu beruhigen. Frau B. hat sich heulend im Schlafzimmer eingeschlossen. Oliver hat seine Zimmertür zugeknallt und die Stereo-Anlage so weit aufgedreht, dass die Wände zittern.

## Die Angst der Eltern

Der freizügige Umgang unserer Gesellschaft mit Alkohol und Tabak, aber auch der frühe Kontakt von Jugendlichen mit illegalen Drogen, insbesondere mit Cannabis-Produkten, beunruhigt verständlicherweise die Eltern. Vermuten oder bemerken Eltern den Konsum von Alkohol, Tabak oder andere Drogen, geraten sie sehr schnell in Panik und es kommt zu Überreaktionen. Die Gefährlichkeit von Alkohol wird in der Regel unter-, die von Haschisch dagegen eher überschätzt, trotzdem ist der Konsum dieser so genannten „weichen Droge“ keinesfalls unbedenklich.

### Merkzettel

- Konflikte nur mit klaren Köpfen klären!
- Die gemachten Erfahrungen gemeinsam besprechen!
- Von eigenen Erfahrungen und Befürchtungen erzählen!
- Klare Abmachungen treffen!
- „Totalverbote“ vermeiden!
- Keine Verhöre und Schüffeleien!
- Falls die Vorfälle sich häufen, Unterstützung suchen!



# Neues und Wissenswertes

---

## **Alkopops:**

Seit der Einführung von Alkopops (süße Limonaden mit 5 % Alkohol, das entspricht zwei Schnäpsen) trinken Jugendliche mehr und häufiger Alkohol. Der Anteil der Jugendlichen von 12 bis 15 Jahren, die Alkopops konsumieren, hat sich verdoppelt. Entgegen aller Verbotsregelungen im Jugendschutzgesetz trinken von den unter 16-Jährigen jeder vierte mindestens einmal im Monat Alkopops. Insgesamt besehen trinken mehr Jugendliche häufiger Alkohol und auch in bedenklich großen Mengen.

Da der Alkoholgeschmack durch Zucker und Aroma verdeckt ist, besteht die große Gefahr der frühen Gewöhnung an Alkohol. Weil man den Alkohol nicht schmeckt, wird zuviel getrunken und es kommt häufig zu Alkoholvergiftungen.

## **Koma-Saufen (bingedrinking):**

Mehr als jeder dritte Jugendliche praktiziert das so genannte „Rauschtrinken“, also gezieltes „Saufen“ bis zur Bewusst-

losigkeit, was hochriskant ist. Die Folgen sind Kreislaufzusammenbruch, Alkoholvergiftung, Verlust der Selbstkontrolle, sowie erhöhte Unfallgefahr.

Den ersten Rausch haben die Jugendlichen meist im Alter von 15 Jahren. Das Ausprobieren und die Suche nach Grenzerfahrungen sind in dieser Altersspanne besonders häufig und nehmen meist später wieder ab.

## **Cannabis:**

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) berichtet, dass ungefähr jeder vierte Jugendliche schon mindestens einmal im Leben Cannabis konsumiert hat. Im Jahr 2004 lehnten gerade noch die Hälfte der befragten Jugendlichen den Cannabiskonsum ab. Der Konsum von Cannabis wird von Jugendlichen als ungefährlich angesehen. Neuere Forschungsergebnisse zeigen aber eindeutig, dass regelmäßiger Cannabiskonsum erhebliche gesundheitliche Schäden verursacht, z.B. Kehlkopf-

und Lungenkrebs. Psychische Folgen sind dauerhafte Konzentrationsprobleme und Antriebslosigkeit.

## **Designer-Drogen:**

Hierbei handelt es sich um künstlich hergestellte Stoffe mit meist aufputschender Wirkung, die häufig in Diskotheken konsumiert werden. Ein Problem dabei ist, dass oft nicht klar ist, welche Inhaltsstoffe in welcher Dosierung und mit welcher Wirkungsweise in den Pillen enthalten sind. Es kann also zu fatalen Folgen kommen.

Am weitesten verbreitet ist immer noch „Ecstasy“, eine Droge, die sehr umfassend auf Körper und Psyche wirkt. Antriebssteigerung bis zur Enthemmung, Steigerung der Kontaktfähigkeit, intensivere Sinneswahrnehmungen und Abnahme der eigenen Körperwahrnehmung, aber auch Angstzustände und körperliche Zusammenbrüche sind häufige Wirkungen.

# Pubertät, Zeit des Wandels

---

Wichtige Prozesse sind hier „Verselbstständigung“, das „Angenommen werden von der eigenen Gruppe“, das „Zeigen von Selbstbewusstsein“ (cool sein), „Abgrenzung von den Zielen und Werten

der Eltern“, „Spüren und Leben der eigenen Sexualität“ u.v.m. Dass es in dieser Phase auch Kontakte mit Alkohol, Drogen und Zigaretten gibt, ist eigentlich normal und sogar relativ häufig.

Ob sich jedoch aus dem erstmaligen Kontakt mit Drogen ein krankhafter Konsum entwickelt, wird von vielen Umständen beeinflusst.

# Achtung Suchtgefahr!

**Informieren Sie sich und verhalten Sie sich ruhig und besonnen!**

Sucht (von Sieche gleich Krankheit) gilt unter Fachleuten als eine Art „Seelenkrebs“. Sie hat sehr viele unterschiedliche Ursachen und ist aber auch durchaus erfolgreich behandelbar.

Grundsätzlich unterscheidet man zwischen Stoff gebundenen Süchten (Alkohol, Drogen, etc.) und nicht Stoff gebundenen Süchten (z.B. Spielsucht, Computersucht, Kaufsucht, etc.).

Eine wesentliche Rolle bei der Entstehung von Sucht bei Jugendlichen spielen die familiäre Situation, das soziale Umfeld, körperliche Veranlagung, aber auch die materielle Situation der Familie (Armut). Bei der Abwendung von Suchtgefahren haben Eltern eine sehr wesentliche Funktion,

wenn sie als Vorbilder ein funktionierendes Problemlöseverhalten, Achtung voreinander und menschliche Wärme im Umgang miteinander vermitteln können. Das bedeutet, Eltern müssen im Konfliktfall im Gespräch miteinander bleiben, aber auch den Kontakt zum Jugendlichen pflegen und aufrechterhalten, wenn es zu Drogenproblemen gekommen ist. Sich vor diesen unangenehmen Gesprächen zu drücken, bzw. sich „zu betäuben“ (wie der Vater im Beispiel, der Bier und Zigaretten zur Beruhigung „benutzt“) und die Auseinandersetzung mit der Wirklichkeit zu meiden, helfen dem Jugendlichen nicht. Er braucht hier das Gefühl, angenommen und verstanden

zu sein, was nicht heißt, dass Eltern Drogenkonsum gut finden müssen. Grenzerfahrungen und Probierverhalten sind in der Zeit der Pubertät üblich und auch wichtig. Eltern müssen akzeptieren, dass Jugendliche eigene Wege gehen, und nur wenn ein guter Kontakt zu den Jugendlichen besteht, werden sie reden und sich nicht zurückziehen. Nicht verurteilen und strafen, sondern sich für die jungen Menschen ernsthaft interessieren – das ist der Weg in ihre Welt und heraus in eine drogenfreie Existenz.

## Signale ...

**... aber kein Grund zur Panik:**

eine Alkoholfahne, Rückzugsverhalten, Gereiztheit, schlechter Umgang, Schule schwänzen, häufiger Geldmangel, schlechte körperliche Verfassung, dramatische Verschlechterung der Schulnoten, Konzentrationsmängel, Vernachlässigung der Körperpflege, auffälliges Essverhalten (zu wenig, zu viel), mangelnde Selbstkontrolle, kein „Draht“ mehr zur Familie. Die genannten Symptome

können ein Zeichen für Sucht sein, müssen es aber nicht sein, daher keine Panik. Finden sich diese Symptome jedoch gehäuft und in Kombination, sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden.

Für den Fachbeitrag:  
Dipl.-Psychologe Rudolf-Wolfgang Geiling,  
Erziehungsberatungsstelle für Kinder, Eltern und Jugendliche, Haus der Diakonie, Pirmasens

### Zum Weiterlesen:

- Trude Ausfelder: „Stark ohne Stoff. Alles über Drogen“; H. Ellermann Verlag; Hamburg, 2002
- Gabriele Haug-Schnabel u.a.: „Wie man Kinder von Anfang an stark macht“; Oberstebrink / Eltern-Bibliothek, 2002
- Iris Lemanczyk: „Ich bin doch nicht blöd“; Arena Verlag, 2001



Beitrag zur Besinnung:  
Pfarrerin Petra Vollweiler-Freyer †,  
Kaiserslautern;  
Pfarrerin Elisabeth Weber,  
Grünstadt

# seh<sup>n</sup> SEHEN SUCHT

Ich will so gerne groß sein,  
will so gerne schön sein,  
Ich will so gerne beliebt sein  
und dazu gehören ...

Vielleicht hilft ja eine Zigarette zum coolen Bild.  
Vielleicht wenn ich hungere, werde ich attraktiv.  
Vielleicht macht mich der leichte Nebel im Hirn locker  
und mutig...

Pass gut auf Deine Sehnsucht auf,  
Du!  
Finde Deine Farben und Bewegungen.  
Finde Deine Kraft und Begabung.  
Und lebe Dein Leben – Deins!

Vergiss es nie, Du bist ein Gedanke Gottes!  
Nicht dass Du jemand anderes wirst.  
Sondern das, was Du bist,  
sollst Du sein und noch werden!

Verschwende Dich nicht an das Vordergründige...

Der alte Paulus schrieb in seinem ersten Brief an die Gemeinde in Korinth:

*„Wisst Ihr nicht, dass Euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist,  
der in Euch ist und den Ihr von Gott habt,  
und dass Ihr nicht Euch selbst gehört?“*

und –

*„Alles ist mir erlaubt,  
aber nicht alles dient zum Guten.  
Alles ist mir erlaubt,  
aber es soll mich nichts gefangen nehmen.“*

(1. Kor. 6, 19.12)

## Weiteres per Internet

- <http://www.drugcom.de>  
Das Internetportal informiert über legale und illegale Drogen und bietet Interessierten und Ratsuchenden die Möglichkeit, sich auszutauschen oder auf unkomplizierte Weise professionelle Beratung in Anspruch zu nehmen.
- <http://www.dhs.de>  
Infos über verschiedene Substanzen, Daten, Veröffentlichungen, Beratung
- <http://www.drogen-und-du.de>  
Ansprechende Infoseite für Jugendliche (Substanzinfos, Risiken, Abhängigkeit, Selbsttest)
- <http://www.suchtpraevention-trier.de>  
Homepage zum Thema Suchtprävention in der Region Trier (umfangreiche Linksammlung zum Thema)
- <http://www.bist-du-staerker-als-alkohol.de>  
Infos und Selbsttest für Jugendliche
- <http://www.bzga-essstoerungen.de>  
Infos zu verschiedenen Essstörungen

Gestaltung: U. Hartmann Design  
Nachdruck, auch auszugsweise,  
nur mit Genehmigung der Herausgeber.  
©Herausgeber:

**Diakonie**   
Diakonisches Werk Pfalz

Karmeliterstraße 20, 67346 Speyer

Redaktionskreis: Ute Dettweiler (Ev. Arbeitsstelle Bildung und Gesellschaft), Ute Hartmann (Grafik-Design), Rita Kurtzweil (Arbeitsstelle für Konfirmandenarbeit), Heidrun Rühmann (Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des DW in Kusel), Petra Vollweiler-Freyer † (Ev. Arbeitsstelle Bildung und Gesellschaft, Federführung), Elisabeth Weber (Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des DW in KL), Bettina Wilhelm (EAF Pfalz e. V.)

## Beratungsstellen für Suchtkranke und Angehörige

### Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes Pfalz

#### Bad Dürkheim

Kirchgasse 14, 67098 Bad Dürkheim  
Tel.: 0 63 22 / 94 18-0  
E-Mail: fachstellesucht.duew@diakonie-pfalz.de

#### Frankenthal

Bahnhofstraße 38, 67227 Frankenthal  
Tel.: 0 62 33 / 2 22 66  
E-Mail: fachstellesucht.ft@diakonie-pfalz.de

#### Kaiserslautern

Pirmasenser Straße 82, 67655 Kaiserslautern  
Tel.: 06 31 / 7 22 09  
E-Mail: fachstellesucht.kl@diakonie-pfalz.de

#### Kusel

Bahnhofstraße 62, 66869 Kusel  
Tel.: 0 63 81 / 20 49  
E-Mail: fachstellesucht.kus@diakonie-pfalz.de

#### Landau

Westring 3a, 76829 Landau  
Tel.: 0 63 41 / 40 93  
E-Mail: fachstellesucht.ld@diakonie-pfalz.de

#### Ludwigshafen

Falkenstraße 17-19, 67063 Ludwigshafen  
Tel.: 06 21 / 5 20 44-0  
E-Mail: fachstellesucht.lu@diakonie-pfalz.de

#### Neustadt

Schillerstraße 11, 67434 Neustadt  
Tel.: 0 63 21 / 92 74 98-0  
E-Mail: fachstellesucht.nw@diakonie-pfalz.de

#### Pirmasens

Waisenhausstraße 5, 66954 Pirmasens  
Tel.: 0 63 31 / 22 36-0  
E-Mail: fachstellesucht.ps@diakonie-pfalz.de

#### Zweibrücken

Wallstraße 46, 66482 Zweibrücken  
Tel.: 0 63 32 / 1 23 18  
E-Mail: fachstellesucht.zw@diakonie-pfalz.de

## Beratungsstellen für Jugend und Drogen (BJD)

### Fachstelle Sucht des Diakonischen Werkes Pfalz

#### Bad Dürkheim

Kirchgasse 14, 67098 Bad Dürkheim  
Tel.: 0 63 22 / 94 18-0  
E-Mail: fachstellesucht.duew@diakonie-pfalz.de

#### Frankenthal

Bahnhofstraße 38, 67227 Frankenthal  
Tel.: 0 62 33 / 2 22 66  
E-Mail: fachstellesucht.ft@diakonie-pfalz.de

#### Landau

Westring 3a, 76829 Landau  
Tel.: 0 63 41 / 40 93  
E-Mail: fachstellesucht.ld@diakonie-pfalz.de

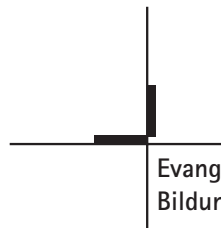
#### Neustadt

Schillerstraße 11, 67434 Neustadt  
Tel.: 0 63 21 / 92 74 98-0  
E-Mail: fachstellesucht.nw@diakonie-pfalz.de



Evangelische Aktionsgemeinschaft  
für Familienfragen - Pfalz e. V.

Unionstraße 1, 67657 Kaiserslautern



Evangelische Arbeitsstelle  
Bildung und Gesellschaft

Unionstraße 1, 67657 Kaiserslautern