

UNABHÄNGIG BLEIBEN!

Cannabis und Jugend
Präventionsangebote für Berlin

Agenda

- Situation in Berlin
- Ziele der Suchtprävention
- Jugendliche erreichen
 - Beispiel Durchblick
 - Berliner Präventionsparcours Cannabis
 - Beispiel HöhenRausch
- Weitere Angebote
- Fazit

Cannabiskonsum in Berlin – 2022

- Befragung von Personen im Alter von 16 bis 27 Jahren mit Wohnsitz in Berlin
- N = 2.410
- Methodenmix aus telefonischer (N=97), Online- (N=834) und Passanten-Befragung (N=1.479)
- Inhalte: Cannabiskonsum, Konsummotive, Einstellung zu Regulierung, Wissen und Auswirkungen der Pandemie
- Download Studie: <https://www.berlin-suchtpraevention.de/informationen/studien/>

Gefördert durch:



Lebenszeitprävalenzen (Basis: alle Befragten)

	N	%
Alkohol	1797	74,6
Tabak/Nikotin: Zigaretten, Shisha, E-Zigarette	1602	66,5
Cannabis (Gras, Haschisch)	1061	44,0
Nicht-verschriebene Medikamente mit aufputschender Wirkung: „Upper“, z.B. Ritalin	314	13,0
Nicht-verschriebene Medikamente mit beruhigender Wirkung: „Downer“, z.B. Valium	239	9,9

Cannabiskonsum (Basis: alle Befragten)

Mind. 1 mal im Leben		in den vergangenen 12 Monaten		in den letzten 30 Tagen	
N	%	N	%	N	%
1.061	44,0	698	29,0	381	15,8

Häufigkeit Cannabiskonsum (Basis 30 Tage Prävalenz)

	Weiblich	Männlich	Gesamt	Gesamt N
Konsumfrequenz	%	%	%	N
An 1-4 Tagen	50,1	32,2	38,6	147
An 5-10 Tagen	24,4	38,5	33,3	127
An 11-20 Tagen	11,2	15,9	14,4	55
An mehr als 20 Tagen	14,4	13,5	13,7	52

Konsumformen Cannabis (Basis: 12-Monats-Prävalenz)

	N	%
Rauchen im Joint: gemischt mit Tabak	588	84,2
Rauchen im Joint: pures Cannabis	316	45,2
Essen (z.B. als Keks) oder Trinken (z.B. im Tee)	248	35,5
Rauchen in der Wasserpfeife ('Bong')	178	25,5
Verdampfen (im Vaporizer)	157	22,5
Inhalieren von 'Dabs' (hochkonzentriertes Cannabis)	77	11,0

Wissensfragen rechtliche Situation Cannabis in Berlin

(Basis: alle Befragten)

	Ja	Nein	Weiß nicht	Gesamt N
	%	%	%	N
Generell ist der Besitz von bis zu 6 Gramm Cannabis erlaubt.	23,6	46,3	30,1	2410
Generell ist der Besitz von bis zu 10 Gramm Cannabis erlaubt.	21,0	51,1	27,9	2410
Jeglicher Besitz ohne Rezept oder Ausnahmegenehmigung ist verboten	40,0	41,2	18,8	2410
Wer Cannabis verschenkt, bleibt straffrei.	7,3	66,1	26,6	2410

Anteil an richtigen Antworten in grün

Regulierungsdebatte



Erschwert die Regulierungsdebatte Prävention?

- Chance, Präventions- und Hilfsangebote auszubauen
- Auflösung des Widerspruchs Illegalität – tägliches Erleben
- Langer Prozess & komplexe Situation der Regulierung: muss gut kommuniziert werden
- Keine Freigabe für Jugendliche – weiterhin auf den Schwarzmarkt angewiesen
- Jugendliche von heute sind Erwachsene von morgen – Prävention langfristig ansetzen

„jede*r zweite
Jugendliche, den
ich draußen
sehe, kiff“

„gesellschaftlich
akzeptiert“

„weil kiffen cool
ist“

„preiswert und leicht
zu beschaffen; es wird
für ungefährlich
gehalten für die
verhältnismäßig
geringe Wirkung“

„weil es nicht so extrem
weghaut, aber man
trotzdem ein bisschen weg
ist von sich selbst, wirkt bei
Tourette; man bekommt es
bald auf Rezept;
Gemeinschaftsgefühl“

„jede*r raucht
es, es ist
"unkriminell"“

„großartig, billig,
in Gesellschaft
angekommen“

Ziele der Suchtprävention

- Vermittlung eines hohen Wissensstandes über...
 - ...Wirkung und Gefahren des Suchtmittelkonsums
 - ...den verantwortlichen Umgang mit legalen Suchtmitteln
 - ...die Vermeidung des Konsums von illegalen Suchtmitteln
- Frühen Einstieg in den Konsum von Suchtmitteln hinauszögern oder vermeiden
- Riskantes Konsumverhalten möglichst früh erkennen und ihm entgegenwirken
- Schädlichen Konsum und Abhängigkeit verringern bzw. verhindern

Standards erfolgreicher Suchtprävention (BZgA)

Prävention, die wirkt, ...

- ...ist mehr als nur reine Informationsvermittlung
- ...fördert Lebenskompetenzen
- ...nutzt interaktive Methoden / Programme
- ...muss Projektcharakter haben – keine Einzelmaßnahmen
- ...erreicht das gesamte System
- ...basiert auf den Erkenntnissen bewährter Theorien
- ...zeigt Erfolge auf der Basis plausibler Wirkungs- oder Interventionsmodelle

Jugendliche erreichen: Durchblick

- Seit 2018 soziallyagenbezogene Suchtpräventionsworkshops mit dem Schwerpunkt Cannabis
- In 3-4 stündigen Seminaren wird fundiertes Wissen zu Risiken und Wirkungen des Cannabiskonsums und anderen Substanzen vermittelt
- Sensibilisierung für die Gefahren von Konsum und Unterstützung bei der Entwicklung bzw. Stärkung kritischer Ansichten
- Motivation der Schüler*innen und Jugendlichen über Konsummotive zu sprechen
- Vorstellung des Berliner Hilfe- und Unterstützungsangebots

Jugendliche erreichen: Durchblick

- **Bedarfsorientierte Ausrichtung** des Seminars – es erfolgt in jedem Fall ein/e Beratung/Vorgespräch mit dem/der zuständigen Lehrer*in, um die spezifischen Bedarfe der jeweiligen Klasse aufzugreifen
- Angebot von **nachgehender Beratung** von Schüler*innen, die sich um sich oder andere (Freunde, Familie) Sorgen machen – Vermittlung von passenden Unterstützungs- und/oder Hilfemöglichkeiten
- **Abschlussgespräch** mit der/dem Lehrer*in mit fachlichen Empfehlungen zur Weiterbearbeitung des Themas in der Klasse



Berliner Präventionsparcours Cannabis

- Interaktiver Parcours mit Stationen
- Inhalte:
 - Informationen und Vermittlung realistischer Zahlen
 - Cannabis und Straßenverkehr
 - Lebenspläne, Ziele und Wünsche
 - Beziehung zu den Eltern
 - Umgang mit problematischem Suchtmittelkonsum in der Schule



Risflecting



- Konzept zur Entwicklung von Rausch- und Risikobalance
- Integration von Rausch- und Risikoerfahrungen auf persönlicher, sozialer und gesellschaftlicher Ebene
- Nutzbarmachung und Übertragung dieser Erfahrungen für die Alltags- und Lebensgestaltung
- Risflecting als Haltung, um ins Gespräch zu kommen

Risikokompetenz stärken

Ziele

- Informiertes Problembewusstsein über Drogenwirkungen und Konsumrisiken
- Entwicklung von Gebrauchsnormen, die das persönliche Risiko und schädliche Folgen für die Lebensumwelt und Gesellschaft minimieren
- Punktnüchternheit in bestimmten Lebensräumen und Entwicklungsstadien
- Ritualisierte Formen des nicht schädlichen Umgangs mit Rausch- und Suchtmitteln
- Entscheidungsfreiheit und -stärke für langfristige Konsumoptionen zwischen Abstinenz und kontrolliertem Konsum

(nach Franzkowiak 2002)

NO RISK – NO FUN?

BREAK: Halte inne, prüfe Deine psychische und physische Verfassung und treffe eine Entscheidung – für Dich.

LOOK AT YOUR FRIENDS: Schau, wer Deine Freunde sind und achtet aufeinander, wenn Ihr unterwegs seid.

REFLECT: Reflektiere Deine Erfahrungen auch gemeinsam mit anderen und nutze sie für zukünftige Situationen.

****UNABHAENIGBLEIBEN.DE/RISFLECTING***

Projekt „HöhenRausch“

- BZgA-Modellprojekt seit 2021 gefördert
- Setting
Jugendhilfe/Jugendfreizeit
- Niedrigschwelliger Ansatz,
integriert in
Erlebnispädagogisches
Angebot
- Durchführung in Berlin,
Baden-Württemberg und
Niedersachsen



HöhenRausch - Projektinhalte

- Erlebnispädagogische Veranstaltungen mit Risflecting-Ansatz, kombiniert mit Cannabisprävention
- Schulung der begleitenden Mitarbeiter*innen der teilnehmenden Einrichtungen
- Informationsangebote für Eltern (bspw. Online-Elternabende)
- Begleitende Evaluation der Maßnahmen



HöhenRausch – Ziele Jugendliche

- Die Jugendlichen in schwierigen sozialen Lagen wurden erreicht
- Die Jugendlichen wurden zu Fakten Mythen zu Cannabis sowie Cannabiskonsum aufgeklärt
- Die Jugendlichen haben Wertschätzung erfahren, eigene soziale Kompetenzen und die der anderen Teilnehmer*innen sind erlebbar gemacht worden
- Die Jugendlichen haben ihre persönlichen Grenzen und die der anderen Teilnehmenden erfahren und Schutzfaktoren sind bekannt

HöhenRausch – Ziele Multiplikator*innen

- Die Multiplikator*innen wurden zum Thema Cannabiskonsum im Jugendalter sensibilisiert und in ihrer Rolle als pädagogische Fachkraft gestärkt
- Die Multiplikator*innen wurden bei der Entwicklung von Präventionskonzepten sowie der Implementierung von Regelwerken zum Umgang mit Substanzkonsum unterstützt und geschult
- Einrichtungsinterne Regeln wurden hinterfragt bzw. erarbeitet



 break

Halte inne, prüfe Deine psychische und physische Verfassung und treffe eine Entscheidung – für Dich.

 look at your friends

Risflecting und Klettern

- Vorbereitung
 - „Wie weit willst Du gehen?“
 - „Hilft es Dir, einen Plan zu haben?“
 - „Wie ist es, Unterstützung zu haben/ Unterstützung zu geben?“
 - „Was mache ich, wenn mir die Kraft ausgeht?“
 - „Welcher Weg ist der, mit dem ich auf lange Sicht gut zurechtkomme?“

Risflecting und Klettern

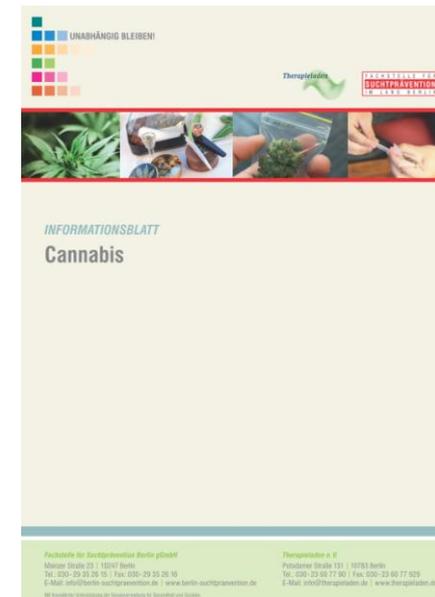
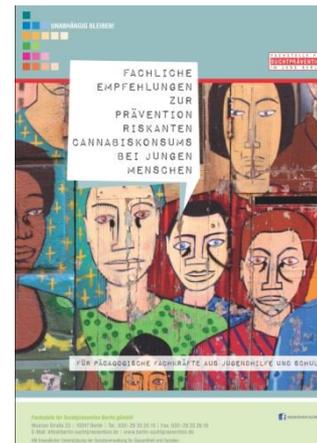
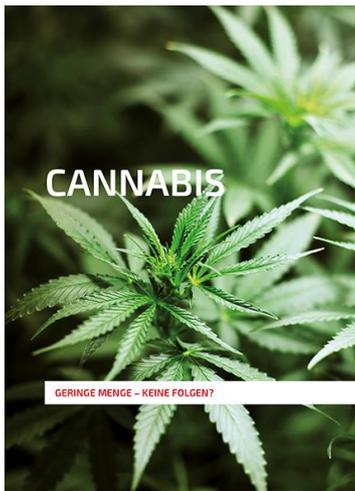
- Klettern
- Auswertung
 - Was ist mir gut gelungen und was noch nicht?
 - Habe ich mich überschätzt/ unterschätzt?
 - Passt das dazu, wie ich sonst im Alltag bin?
 - Welche Sicherheitsvorkehrungen brauchst du im Alltag?
 - Was kann das für meinen Umgang mit Cannabis bedeuten?

Erfahrungen

- Niedrigschwelliger Ansatz in Kombination mit Erlebnispädagogik ist sinnvoll
- Ganzheitlicher Ansatz verankert Cannabisprävention in den Einrichtungen
- Schwer erreichbare Jugendliche werden erreicht
- Personalaufwand in der Vor- und Nachbereitung sowie der Begleitung der Jugendlichen
- Herausforderung: Balance aus Anspruch und Entgegenkommen

Weitere Informations- und Präventionsangebote der Fachstelle für Suchtprävention Berlin

- Präventionsmaterialien:
 - Fachliche Empfehlungen zur Prävention riskanten Cannabiskonsums bei jungen Menschen
 - Infokarten (mehrsprachig)
 - Informationsblatt Cannabis
- Gesamtelternabende und Elternkurse
- diverse interaktive Methoden



Berliner Präventionspraxis für Familien

Zielgruppe: **Eltern** von pubertierenden Kindern mit ersten Sorgen rund um Konsum (Medien, Alkohol, Cannabis, etc.) und **Jugendliche**

Kostenlos und unkompliziert können Termine für Eltern, Jugendliche oder die ganze Familie vereinbart werden

per Mail: info@berlin-praeventionspraxis.de

Telefonisch: 030 240 469 79



Herzlichen Dank!

Anna Freiesleben
Fachstelle für Suchtprävention Berlin
Chausseestraße 128/129
10115 Berlin

Fon: 030 - 29 35 26 15

info@kompetent-gesund.de
www.kompetent-gesund.de

info@berlin-suchtpraevention.de
www.berlin-suchtpraevention.de