



FACHSTELLE FÜR
SUCHTPRÄVENTION



#### ZERTIFIKATSKURS

Erste Hochschul-Zertifikate zur Suchtprävention vergeben

#### **ELTERNRATGEBER**

Ratgeber unterstützt Erziehende in der Suchtprävention

#### WEITBLICK

Sucht Zuhause – Erfahrungen aus Präventionsseminaren

#### INHALT

NEWSLETTER DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN	
SUCHTPRÄVENTION IN BERLIN Unser Beitrag für Gesundheit und Wohlbefinden	3
QUALITÄT IN DER SUCHTPRÄVENTION Erste Hochschul-Zertifikate "Fachkraft Suchtprävention" in Berlin ausgegeben!	4
VERANTWORTUNGSVOLLER UMGANG MIT ALKOHOL UND ILLEGALEN DROGEN Der missbräuchliche Umgang mit Alkohol in Deutschland, in Hamburg sowie Berlin 2000 bis 2017 Kletteraktionstag "Risiko erleben – ohne Alkohol hoch hinaus' Kein Alkohol am Arbeitsplatz! – Machen Sie mit bei der Aktionswoche Alkohol 2019!	5 " 7
SUCHTPRÄVENTION FÜR ELTERN Wenn Eltern überfragt sind: Ratgeber unterstützt Erziehende in der Suchtprävention	9
LANDESPROGRAMM "BERLIN QUALMFREI" Verbände fordern umfassendes Werbeverbot für Tabakprodukte und E-Zigaretten	10
AKTUELLE INFORMATIONEN ZUR TABAKPRÄVENTION Weltnichtrauchertag 2019 16. Konferenz zur Tabakkontrolle Neue Kampagne zu CO-Vergiftungen durch Shisha-Konsum Kurzfilme zur Tabakprävention	11 11 11
PRÄVENTION VON COMPUTER-, ONLINE- UND GLÜCKSSPIELSUCHT Volles Haus beim Fachtag zum Safer Internet Day 2019	12
NEUES ZU DEN PROJEKTEN DER FACHSTELLE FÜR SUCHT- PRÄVENTION BERLIN GGMBH UND IHREM GESELLSCHAFTER DEM INSTITUT FÜR GESUNDHEIT UND KOMMUNIKATION E.V.	
PERSPEKTIVE Perspektiven eröffnen – Erfahrungen aus der niedrigschwelligen Suchtprävention für Geflüchtete	14
WEITBLICK Unterstützung für Jugendliche aus suchtbelasteten Familien und riskant konsumierende Eltern	15
RAUS AUS DER GRAUZONE  Jugendliche vor Sucht schützen – hier finden Eltern Unterstützung	16
NEUERSCHEINUNGEN, TERMINE UND VERANSTALTUNGSHINWEISE ZUR SUCHTPRÄVENTION	17

#### **IMPRESSUM**

Themenheft Suchtprävention No. 53 | Ausgabe März 2019

Das Themenheft wird herausgegeben von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH.

Die Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin wird gefördert durch die Senatsverwaltung Gesundheit, Pflege und Gleichstellung und ist eine Einrichtung der:
Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH
Chausseestr. 128/129 | 10115 Berlin
Tel.: 030 - 29352615 | Fax: 030 - 29352616 info@berlin-suchtpraevention.de

www.kompetent-gesund.de www.berlin-suchtpraevention.de

Alleiniger Gesellschafter der Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH ist das:

Institut für Gesundheit und Kommunikation e.V.

Chausseestr. 128/129 | 10115 Berlin

Tel.: 030 - 24046970 | Fax: 030 - 29352616

info@iguk.de www.iguk.de

V.i.S.d.P. Kerstin Jüngling, Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH

Redaktion: Kerstin Jüngling, Christina Schadt

Gestaltung: Martina Jacob Erscheinungsweise: 4x jährlich Auflage dieser Ausgabe:

3.500 per E-Mail-Verteiler/250 gedruckte Exemplare

Wenn Sie dieses Themenheft abbestellen wollen, schicken Sie eine E-Mail mit dem Betreff "Abbestellen" an: info@berlin-suchtpraevention.de

Bildquellen Umschlag:

Fotolia/Sarunyu Foto; Fachstelle für Suchtprävention Berlin

#### Auf den folgenden 11 Seiten lesen Sie den Newsletter der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin, gefördert durch die Senatsverwaltung Gesundheit, Pflege und Gleichstellung

#### SUCHTPRÄVENTION IN BERLIN

## Unser Beitrag für Gesundheit und Wohlbefinden

Bei allem Erfolg der letzten Jahre: Berlin zeigt weiterhin enorme Bedarfe für suchtpräventives Handeln.

- Die offizielle Zahl der alkoholintoxikierten Jugendlichen in der Hauptstadt nimmt zwar weiterhin ab, gleichzeitig wissen wir jedoch von vielen Jugendlichen, die riskant Alkohol trinken und mit anderen Substanzen kombinieren (Mischkonsum). Lesen Sie dazu mehr auf Seite 5
- Weltweit Thema: Onlinemediennutzung hier werden neben Kindern und Jugendlichen auch Eltern und Pädagog\*innen angeregt, ihren eigenen Medienkonsum zu reflektieren, riskante Verhaltensweisen und deren Auswirkungen auf Familie und Kinder zu erkennen, dem beherzt entgegenzusteuern und Alternativen anzubieten.

Lesen Sie dazu mehr auf Seite 12

- Die starke Verbreitung von Cannabiskonsum unter Berliner Jugendlichen braucht kontinuierliche Präventionsangebote in "ihren" Settings zur Entwicklung einer gesundheitsförderlichen Haltung. Lesen Sie dazu mehr im Themenheft Nr. 52 auf Seite 17
- Gerade Kinder, die in Familien aufwachsen, in denen riskanter Konsum oder abhängiges Verhalten alltäglich sind, brauchen besondere Unterstützung – hier muss Berlin sein Engagement weiterhin verstärken, auch hinsichtlich einer strukturellen Verankerung verbindlicher Vernetzung und Kooperation zwischen den beteiligten Fachdiensten.

Lesen Sie dazu mehr auf Seite 15

Um auf diese aktuellen Bedarfe adäquat zu reagieren, braucht es professionelle Akteure, die mit Leidenschaft und hohem Qualitätsanspruch Suchtprävention umsetzen und gemäß der vorliegenden Standards Angebote und Projekte in den verschiedenen Settings durchführen. Unverzichtbar ist darüber hinaus Wissen und fachliche Expertise, die aktuellen Trends und Anforderungen gerecht wird, zeitgemäß Projekte und Angebote entwickelt, durchführt, evaluiert und auf ihre Wirksamkeit hin überprüft sowie bei Bedarf weiterentwickelt.

Grundlage ist ein klar formulierter politischer Wille in Berlin, Suchtprävention als bevölkerungsrelevantes Thema zu stärken.



KERSTIN JÜNGLING BILD: ISABELL KIESEWETTER

Wir freuen uns sehr, dass die DQS uns vor ein paar Tagen auditiert und erneut mit Bestätigung des Zertifikats zur internationalen DIN Norm 29 990 bescheinigt hat, welch hohem Qualitätsanspruch unsere suchtpräventive Arbeit gerecht wird. Dazu zeigt der erfolgreiche Abschluss des 1. Berliner Hochschul-Zertifikatskurses zur Fachkraft Suchtprävention, dass der Transfer von Qualität in Theorie und Praxis der Suchtprävention gut gelingt. Die überaus positiven Rückmeldungen sowohl seitens der Alice-Salomon-Hochschule Berlin als auch der neuen "Fachkräfte Suchtprävention im Kontext Schule/Jugendarbeit" bestätigen dies eindrücklich!

Für ein unabhängiges Leben und gute Gesundheit, vor allem für diejenigen, die besonders belastet sind, setzen wir uns gemeinsam mit unseren Kooperationspartner\*innen mit Vernunft und Leidenschaft ein: Suchtprävention kompetent gestalten!.

HERZLICHE GRÜSSE IHRE KERSTIN JÜNGLING Geschäftsführerin der Fachstelle für Suchtprävention

#### Ein Blick ins Sekretariat der Fachstelle für Suchtprävention...

Neben vielen anderen Tätigkeiten bearbeite ich die Anmeldungen und das Bestellportal. Hier bekomme ich immer wieder einen Eindruck, welche Themen Ihnen als Nutzer\*innen unserer Angebote aktuell "unter den Nägeln brennen".

So haben wir anlässlich des SID eine Fachveranstaltung zum Thema "Digitaler Familienalltag" durchgeführt. Geplant war die Veranstaltung mit 120 Teilnehmer\*innen, zwei Tage nach Veröffentlichung der Einladung zur Tagung war die Anmeldezahl bereits erreicht. Wir konnten um 30 Plätze aufstocken. Es kamen jedoch noch mehr als 250 Anmeldungen, die erfasst und bearbeitet werden wollten.

Auch die Nachfrage nach unseren Druckmaterialien im Bestellportal ist groß: Nachdem wir z.B. über unseren neuen Elternratgeber informiert haben, erhielten wir pro Tag zwischen 10 und 15 Bestellungen. Die Anfragen zeitnah zu bearbeiten, ist uns ein großes Anliegen, gleichzeitig stoßen wir hier auch manchmal an unsere Kapazitätsgrenzen. Insgesamt ist es aber immer wieder schön, wie groß das Interesse an aktuellen suchtpräventivem Wissen und unseren Angeboten ist.

ANKE LOLLERT, Sekretariat der Fachstelle für Suchtprävention Berlin





ABSOLVENT\*INNEN DES ERSTEN ZERTIFIKATSKURSES "FACHKRAFT SUCHTPRÄVENTION

BILD: FACHSTELLE

# Erste Hochschul-Zertifikate "Fachkraft Suchtprävention" in Berlin ausgegeben!



m September 2018 hat er begonnen, der erste Hochschul-Zertifikatskurs "Suchtspezifische Präventionsansätze für Schule und Jugendarbeit", den die Fachstelle für Suchtprävention Berlin gemeinsam mit der Alice-Salomon-Hochschule Berlin mit einem umfassenden, qualitätsgesicherten Suchtpräventions-Curriculum anbietet.

In Schule und Jugendarbeit sind die Themen Suchtentwicklung, Suchtvorbeugung und suchtspezifische Präventionsprojekte für pädagogische Fachkräfte enorm wichtig, denn Suchtprävention soll ansetzen, bevor "das Kind in den Brunnen gefallen ist", so die Leitidee des Zertifikatskurses. Er trägt dem Wissen Rechnung, dass Suchtprävention ein Querschnittsthema ist und, begründet durch das Gesundheitsziel "Gesund aufwachsen", besondere Anwendung in den Settings Schule und Jugendarbeit findet. Riskanter Konsum von Suchtmitteln oder Verhaltensweisen betrifft Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus allen sozialen Schichten und Lebenslagen.

#### Wissen und Handlungskompetenz

14 Fachkräfte aus Schulen, Jugendeinrichtungen, (Jugend-)Beratungsdiensten oder Einrichtungen, die mit Geflüchteten arbeiten, haben teilgenommen. Im Kurs, der insgesamt sechs Module umfasst, haben sie sich mit u.a. wissenschaftlichen Grundlagen der Suchtprävention, mit Risiko- und Schutzfaktoren und aktuellen Konzepten wie risflecting auseinandergesetzt. Sie haben umfangreiches Wissen und Handlungskompetenz zu Suchtmitteln und riskanten Verhaltensweisen erhalten und die Anwendung bewährter und erprobter interaktiver Methoden praktisch geübt und reflektiert. Sie erhielten Grundlagenwissen zu qualitätsgesicherter Projektentwicklung, um für die eigene berufliche Praxis Präventionskonzepte zu erarbeiten und durchzuführen.

Das Abschlusskolloquium zeigte, dass die Teilnehmenden Wissen zu verschiedenen Themen der Suchtprävention sowie Methodenkompetenz anwenden können – in den vorgestellten Abschlussarbeiten, in denen Suchtpräventionskonzepte für unterschiedliche Settings und Themen entwickelt wurden, wurde dies mehr als deutlich. Eine Teilnehmerin betonte, dass anhand der vielfältigen Projektideen der Abschlussarbeiten zu sehen sei, wie viel im Zertifikatskurs gelernt werden konnte.

#### Hoher Nutzen für die berufliche Praxis

Auch die Evaluation des Zertifikatskurses zeigt die hohe Zufriedenheit mit dem Angebot. 94 % der Teilnehmenden sind mit der geleisteten Arbeit zufrieden und 96 % gaben die Rückmeldung, dass die Dozent\*innen die Inhalte gut vermittelt haben. 91 % der Teilnehmenden gaben an, die Inhalte in ihrer beruflichen Praxis nutzen zu können und 94 % der Teilnehmenden haben durch den Zertifikatskurs dazu gelernt. Insgesamt ein sehr positives Feedback, was auch mündlich von den Teilnehmenden im Abschlusskolloquium noch einmal bekräftigt wurde.

Der nächste Zertifikatskurs beginnt bereits im März 2019 – alle Plätze sind belegt und wir freuen uns, dass die Möglichkeit, sich zur "Fachkraft Suchtprävention" zertifizieren zu lassen, so rege in der Praxis angenommen wird.

## Weitere Informationen zum Zertifikatskurs finden Sie auf folgenden Webseiten:

www.ash-berlin.eu/weiterbildung und www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen

CHRISTINA SCHADT Fachstelle für Suchtprävention Berlin



# Der missbräuchliche Umgang mit Alkohol in Deutschland, in Hamburg sowie Berlin 2000 bis 2017



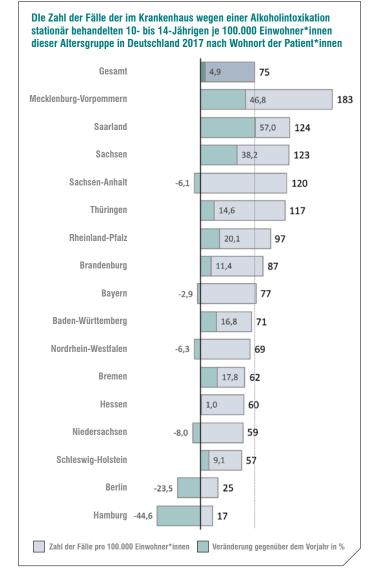
Graphische Visualisierung ausgewählter Daten der Krankenhausdiagnosestatistiken zur Fallzahlentwicklung der wegen einer akuten Alkoholintoxikation vollstationär behandelten Patient\*innen

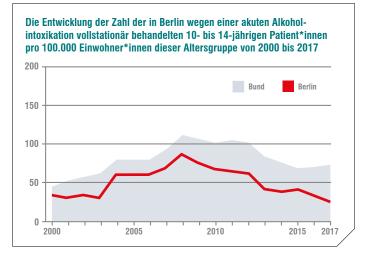
uf Basis der so genannten Krankenhausdiagnosestatistiken veröffentlicht das Statistische Bundesamt in Wiesbaden (Destatis) regelmäßig die deutschlandweit registrierten Fallzahlen der Personen, die wegen einer akuten Alkoholvergiftung stationär in einer Klinik behandelt werden mussten. Die nach Wohnsitz, Alter und Geschlecht der betroffenen Patient\*innen differenzierten Daten geben Hinweise darauf, wie sich die Verbreitung des exzessiven Alkoholkonsums in der Bevölkerung im Laufe der Zeit verändert hat.

#### **Zentrale Ergebnisse:**

Bei aller gebotenen Zurückhaltung im Kontext der Interpretation der vorliegend dokumentierten Daten lassen sich einige systematische Muster erkennen, die zu folgenden zusammenfassenden Feststellungen führen:

- Das Problem des übermäßigen Alkoholkonsums, infolge dessen eine vollstationäre Behandlung im Krankenhaus notwendig wurde, ist vor allem ein Phänomen, das bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu beobachten ist.
- Unabhängig vom Alter der Betroffenen sind es vor allem die männlichen Jugendlichen und Erwachsenen, die aufgrund ihres exzessiven Alkoholkonsums in ein Krankenhaus eingeliefert werden mussten.
- Der zunächst seit dem Jahr 2000 zu beobachtende starke Anstieg der Zahl der von einer Alkoholvergiftung betroffenen Jugendlichen erreichte in 2012 seinen Höhepunkt. Danach kam es in den meisten Bundesländern zu einem rückläufigen Trend.
- Beim Vergleich der Bundesländer untereinander ergeben sich für die süd-westdeutschen Flächenstaaten sowie für die ostdeutschen Bundesländer die jeweils höheren Patient\*innenraten.
- In den Stadtstaaten Hamburg und Berlin werden über den gesamten Beobachtungszeitraum hinweg deutlich niedrigere Anteile von einschlägig betroffenen Patient\*innen unter den Jugendlichen registriert als in allen anderen Bundesländern. Darüber hinaus sind es mit -20,2% (Hamburg) bzw. -11,5% (Berlin) erneut diese beiden Metropolen, in denen der aktuelle Rückgang der 10- unter 20-jährigen Patient\*innen im Vergleich zum Vorjahr am stärksten ausgeprägt ist.
- Der Abgleich der Bundesländerdaten macht schließlich noch deutlich, dass insbesondere für die Jugendlichen mit Wohnsitz in Mecklenburg-Vorpommern, Thüringen und Sachsen – deutlich stärker als im Bundestrend – eine weitere Zunahme der Patient\*innenzahlen zu konstatieren ist.





QUELLEN: STATISTISCHES BUNDESAMT (DESTATIS), KRANKENHAUSDIAGNOSESTATISTIK, WIESBADEN, 2018;
GRAFISCHE AUFREREITLING T. RALIMGÄRTNER. SUICHT HAMRURG. 2019.



ZIELGRUPPENSPEZIFISCHE SUCHTPRÄVENTION ZAHLT SICH NACHHALTIG AUS!

BILD: ZIMT\_STERN / PHOTOCASE.COM

#### **Fazit**

Die Auswertungsergebnisse der Krankenhausdiagnosestatistiken zur aktuellen Fallzahlentwicklung insbesondere der alkoholintoxikierten Jugendlichen in Hamburg untermauern in beeindruckender Weise die bereits in den verschiedenen SCHULBUS-Untersuchungen ermittelten Befunde.¹ Dort zeichnete sich ebenfalls ein deutlicher Rückgang des jugendlichen Alkoholmissbrauchs in den Großstädten ab.

Damit wird einmal mehr deutlich, dass sich die Investition in eine zielgruppenspezifische Suchtprävention, so wie sie in Hamburg durch die verschiedenen zuständigen Fachstellen systematisch und koordiniert vorgehalten wird, nachhaltig auszahlt.

Gerade Kinder und Jugendliche sind auf fundierte Informationen über die Risiken des Alkoholkonsums angewiesen, damit sie sich gut gerüstet in unserer konsum-, leistungs- und erlebnisorientierten Welt zurechtfinden können.

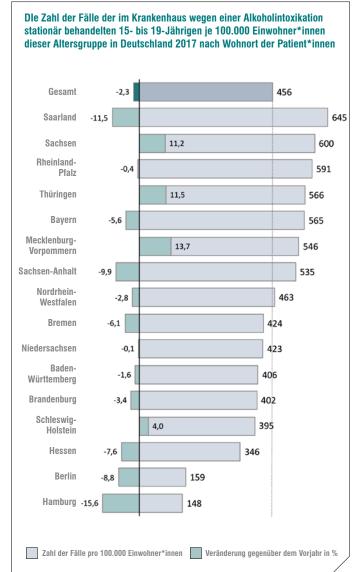
THEO BAUMGÄRTNER
SUCHT.HAMBURG GGMBH

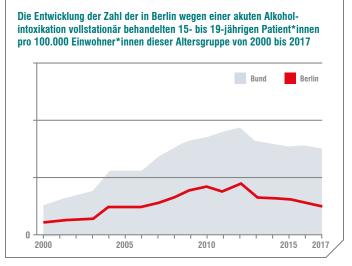
Der gesamte Artikel kann hier nachgelesen werden: www.tinyurl.com/y674tnp3

#### Quelle:

Baumgärtner (2019): Der missbräuchliche Umgang mit Alkohol in Deutschland und in Hamburg 2000 bis 2017. Hamburg: Sucht Hamburg.

1 Baumgärtner, T. & Hiller, Ph. (2016): Prävalenz des Umgangs mit Suchtmitteln von Schülerninnen und Schülern in den Grenzregionen Sachsens und Bayerns zur Tschechischen Republik sowie das Konsumverhalten von Gleichaltrigen in der Freien und Hansestadt Hamburg – Eine epidemiologisch vergleichende Untersuchung zur Identifikation regionalspezifischer Besonderheiten. Hamburg: Sucht. Hamburg g\u00e4mbH.





QUELLEN: STATISTISCHES BUNDESAMT (DESTATIS), KRANKENHAUSDIAGNOSESTATISTIK, WIESBADEN, 2018; GRAFISCHE AUFBEREITUNG T. BAUMGÄRTNER, SUCHT.HAMBURG, 2019

Baumgärtner, T. & Hiller, Ph. (2017): Suchtmittelgebrauch, Computerspiel- und Internetnutzung, Glücksspielerfahrungen und Essverhalten von 14- bis 17-jährigen Jugendlichen in der Freien Hansestadt Bremen. Deskriptive Ergebnisse der SCHULBUS-Untersuchung in Bremen und Bremerhaven 2016/17. Hamburg: Sucht. Hamburg GmbH.



# Kletteraktionstag "Risiko erleben – ohne Alkohol hoch hinaus"

m 6. Februar 2019 lud die Fachstelle für Suchtprävention Berlin zu einem Kletteraktionstag in Berlin-Mitte ein. Jugendfreizeiteinrichtungen sowie insbesondere Jugendliche aus Familien mit niedrigem sozioökonomischem Status waren angesprochen das kostenfreie Angebot zu nutzen. 92 Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren, begleitet von ihren Betreuer\*innen, nutzten das Angebot.

# Warum ein Kletterevent für Jugendliche zur Alkoholprävention?

Jugendliche trinken im Durchschnitt mit 15 Jahren zum ersten Mal Alkohol. Jeder siebte junge Erwachsene erlebte im letzten Monat mindestens einmal einen Alkoholrausch. Gerade bei Jugendlichen ist die Neugier groß, neue Erfahrungen zu machen und Grenzen und Gefahren auszutesten. Dabei kommt es auch zum Rauschtrinken. Im Jahr 2016 mussten in Berlin 258 Jugendliche zwischen 10 und 19 Jahren nach übermäßigem Alkoholkonsum in Krankenhäusern behandelt werden. Oft können sich Jugendliche noch nicht gut einschätzen, es fehlt

ihnen an einem ausgeprägten Gespür für den eigenen Körper und an Wissen über die Risiken

und Wirkungen von Alkohol. Hier setzt das Kletterevent an - es fördert Jugendliche, durch das Klettererlebnis einen verantwortungsvollen Umgang mit Risikosituationen, auch in Bezug auf Alkohol, zu erlernen.

In kleinen Gruppen kletterten die Jugendlichen, angeleitet von erfahrenen Klettertrainer\*innen. Die persönlichen Erfahrungen an der Kletterwand ließen Jugendliche Erfolg und Zusammenhalt erleben sowie eigene Grenzen spüren. Grundlage für das Kletterevent ist der Suchtpräventions-Ansatz risflecting®, der den verantwortungsvollen Umgang mit Rausch und Risiko – die Entwicklung einer sogenannten Risikobalance – in den Fokus stellt.

Eine Auswertung mit Hilfe der risflecting-Botschaften sowie ein Quiz zum Thema Alkohol, angeleitet



JUGENDLICHE KLETTERN IN KLEINEN GRUPPEN – HOCH HINAUS

RISFLECTING-BOTSCHAFTEN
MIT IN DEN ALLTAG NEHMEN
BILDER: FACHSTELLE (5)

von Präventionsexpert\*innen der Fachstelle für Suchtprävention, rundete den erfolgreichen und gut besuchten Winterferien-Aktionstag ab. Für Betreuer\*innen und Jugendliche wurden Materialien zum Mitnehmen bereitgestellt, um in den Einrichtungen in Folge des Klettertags nochmal über Alkohol ins Gespräch zu kommen. Zum Abschluss erhielten alle Jugendlichen einen Turnbeutel, mit dem sie die risflecting-Botschaften weiter in den Alltag tragen. Die Jugendlichen und ihre Betreuer\*innen freuten sich über diesen besonderen Klettertag und die Rückmeldungen von Jugendlichen und Erwachsenen waren rundum positiv. Betreuer\*innen vor Ort sagten, dass sie die Veranstaltung sehr gelungen fanden und sich eine Wiederholung wünschen würden. Ein Jugendlichen-Projekt sagte: "Die Möglichkeit gemeinsam zu klettern, gemeinsam über Grenzen hinauszugehen, sich anzufeuern, sich gegenseitig abzusichern hat uns allen gut getan. [...] DANKE für dieses tolle Angebot, DANKE für ein kostenloses, attraktives Ferienangebot [...]".

Wir danken außerordentlich dem Unternehmen Edeka Minden-Hannover, das durch die Spendenaktion im Rahmen des Landesprogrammes "Na klar – unabhängig bleiben!" dieser großen Anzahl an Jugendlichen diesen besonderen Kletteraktionstag zur Alkoholprävention ermöglicht hat!

#### Vielen herzlichen Dank an alle Beteiligten!

MAILIN MITSCHKA Fachstelle für Suchtprävention Berlin



#### Kennen Sie unser Drogen-Risiko-Quiz für Jugendliche und junge Erwachsene?

Jugendliche zeigen immer wieder großes Interesse daran, über ihre Erfahrungen, ihr Wissen, ihre Fragen zu u.a. Alkohol, Shisha, Cannabis, digitale Medien oder Glücksspiel ins Gespräch zu kommen. Um das methodisch interaktiv zu gestalten, steht das Online-Quiz "Drogen-Risiko-Quiz" zur Verfügung. Das Quiz umfasst neben diesen suchpräventiven Themen zu Substanzen und Verhaltensweisen auch Fragen zu rechtlichen Grundlagen und allgemeiner Lebenskompetenz – insgesamt umfasst es über 120 Quizfragen. Damit das Quiz den Spielspaß fördert, gibt es

auch "Sonderfunktionen", wie Timeout, Joker oder "Richtigreihen" – die Themen können ausgewählt werden, alle Funktionen können ein- oder ausgestellt werden, je nach Zielgruppe. Das Quiz kann einzeln oder in Gruppen gespielt werden.

Probieren Sie es aus – Sie finden das Quiz unter www.kompetent-gesund.de Viel Spaß wünschen wir beim Quizzen und Gewinnen!





INFO

# Kein Alkohol am Arbeitsplatz! – www.aktionswoche-alkohol.de Machen Sie mit bei der Aktionswoche Alkohol 2019!

ur noch knapp zwei Monate – dann findet sie wieder statt, die bundesweite Aktionswoche Alkohol 2019 "Alkohol? Weniger ist besser" vom 18. Mai bis 26. Mai 2019. Die Aktionswoche rückt das Alltagsthema Alkohol nach zwei Jahren wieder in den Fokus und macht aufmerksam auf die Risiken von Alkoholkonsum, in diesem Jahr insbesondere am Arbeitsplatz und in der Ausbildung.

#### Berlin engagiert sich!

Berlin beteiligt sich mit vielfältigen Aktivitäten – das Landesprogramm "Na klar – unabhängig bleiben!" und seine Partner\*-innen legen das Augenmerk auf den Zusammenhang von Alkohol, Arbeit und Leistungsdruck. Hierzu finden verschiedene Veranstaltungen statt, z.B. ein Fachgespräch, Gesundheitstage in Verwaltungen etc. Auch der Einzelhandel mit dem Unternehmen Edeka unterstützt in diesem Jahr zum mittlerweile fünften Mal die Aktionswoche Alkohol in Berlin! Es gibt Präventionseinkaufstüten aus und führt eine Spendenaktion zugunsten der Alkoholprävention in der Stadt durch.

#### **Machen Sie mit!**

Registrieren Sie Ihre Veranstaltung bzw. Ihr Vorhaben bundesweit unter www.aktionswoche-alkohol.de. Mit der Registrierung erhalten Sie die Berechtigung, die bundesweiten Materialien zur Aktionswoche kostenfrei zu bestellen — Sie finden auf dieser Webseite auch Logos, Banner und andere unterstützende Tools zur Vorbereitung und Durchführung Ihrer Veranstaltung. Machen Sie Ihr Engagement auch für Berlin sichtbar und tragen Sie Ihre Veranstaltung oder Maßnahme ebenfalls unter www.praevention-na-klar.de ein. Sie erhalten bei Bedarf durch die Fachstelle für Suchtprävention Berlin Unterstützung bei der Planung Ihrer Veranstaltung, wir stellen Ihnen interaktive Methoden sowie Printmaterialien rund um das Thema Alkohol zur Verfügung.

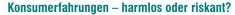
Klarer Kopf im Beruf – ohne Alkohol! – Na klar, reden wir drüber ... in der diesjährigen Aktionswoche Alkohol!

CHRISTINA SCHADT Fachstelle für Suchtprävention Berlin

## Wenn Eltern überfragt sind: Ratgeber unterstützt Erziehende in der Suchtprävention

ie können Eltern ihr Kind stärken, wenn es erste Konsumerfahrungen mit Alkohol, Drogen oder Glücksspiel macht? Die Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin veröffentlicht hierzu den Elternratgeber "Kinder und Jugendliche vor riskantem Umgang mit Alkohol, Cannabis oder Handy schützen". Er liefert konkrete Hilfestellungen für den Familienalltag und gibt Orientierung in Fragen der Suchtprävention.

> Wenn Kinder und Jugendliche erstmals Kontakt mit Zigaretten, Alkohol, Drogen oder Glücksspiel haben, fühlen sich Eltern mitunter überfordert. Wie können sie mit ihrem Kind sprechen, wenn es etwa angetrunken oder bekifft nachhause kommt? Auch bei erhöhtem Medienkonsum wissen Eltern oft nicht, wie sie mit ihrem Kind im Gespräch bleiben und altersadäquate Grenzen setzen können.



Hier gibt der Elternratgeber Hilfestellungen und vermittelt zentrale Botschaften der Suchtprävention. Er unterstützt Eltern dabei zu verstehen, welche Konsumerfahrungen harmlos oder riskant sind. So wird verhindert, dass kinder- und jugendtypisches Neugierverhalten zu ernsthaften Risikofaktoren für die Entwicklung von Kindern wird. Der Ratgeber informiert zudem über die geltenden Gesetze zu legalen und illegalen Drogen, Glücksspiel und Medienkonsum sowie über die Regelungen zum Jugendschutz.



Insbesondere in der Pubertät können erste Konsumerfahrungen zu Konflikten im Familienalltag führen. Auch wenn Kinder in diesen Jahren selbstständiger werden, sind Eltern weiterhin wichtige Vorbilder für sie. Erziehende sollten sich daher über ihre eigenen Haltungen zu Rauschmitteln bewusst werden. Der

Ratgeber unterstützt sie dabei, im Alltag und zuhause klare Regeln zu setzen. Auch wenn Kinder diese einmal überschreiten, sollten Eltern interessiert und zugewandt mit ihnen im Gespräch bleiben.

Die Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin liefert mit dem Ratgeber ein unterstützendes Angebot für einen konstruktiven und vertrauensvollen Umgang von Eltern mit ihren Kindern.

Hier finden Sie den Elternratgeber:

Die Broschüre steht ab sofort zum Download bereit oder auf issue.com. Sie kann auch in der Fachstelle für Suchtprävention als Druckfassung oder über das Bestellportal bezogen werden. Ratsuchende können dort darüber hinaus persönliche Beratung in Anspruch nehmen.

> JULIA STRAUB Fachstelle für Suchtprävention Berlin





ÜBERREICHUNG VON MEHR ALS 50.000 UNTERSCHRIFTEN AN DIE BUNDESDROGENBEAUFTRAGTE MARLENE MORTLER

BILD: SUMOFUS

# Verbände fordern umfassendes Werbeverbot für Tabakprodukte und E-Zigaretten

in Bündnis von 13 Verbänden und Organisationen fordert ein umfassendes Werbeverbot für Tabakprodukte und E-Zigaretten. In einem gemeinsamen Appell an die Bundestagsabgeordneten der Regierungskoalition von CDU/CSU und SPD sprechen sich die Gesundheits-, Verbraucherschutz- und Kinderrechtsorganisationen dafür aus, über die bereits bestehenden Tabakwerbeverbote hinaus ein Tabakaußenwerbeverbot, ein Werbeverbot im Kino sowie ein Promotion- und Sponsoringverbot für Tabakprodukte und E-Zigaretten gesetzlich abzusichern. Neben dem Deutschen Kinderhilfswerk, der Deutschen Krebshilfe, dem Deutschen Krebsforschungszentrum, dem IFT Nord und der Deutschen Allianz Nichtübertragbarer Krankheiten haben u.a. das Netzwerk rauchfrei plus, die Fachstelle für Suchtprävention Berlin, der Ärztliche Arbeitskreis Rauchen und Gesundheit, die Verbraucherorganisation SumOfUs und das Projekt Unfairtobacco den Appell unterzeichnet.

#### "Nein" zur Tabakwerbung

Kerstin Jüngling, Geschäftsführerin der Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH, betont: "Den Grundsatz, Menschen
zu schützen und sie dazu zu befähigen ein gutes, gelingendes
Leben zu führen, hat die Gesundheitspolitik verstärkt in den Mittelpunkt gerückt. Dies sollte auch im Zentrum der Debatte zur
Tabakaußenwerbung stehen. Eine gestärkte Suchtprävention, die
Maßnahmen der Verhaltens- und Verhältnisprävention verknüpft,
trägt wirkungsvoll zur Reduktion des Tabakkonsums sowie zum
Nichtraucherschutz bei. In diesem Kontext befürworten wir ein
klares "Nein" zur Tabakwerbung und ein umfassendes Werbeverbot für alle Tabakprodukte, inkl. elektronischer Zigaretten und
Verdampfer."

Tabakwerbung und die Werbung für E-Zigaretten ist insbesondere für Jugendliche und auch Kinder attraktiv und macht ein umfassendes Verbot unumgänglich. Studien zeigen, dass insbesondere junge Menschen auf Tabakaußenwerbung reagieren – 75% der Jugendlichen und jungen Erwachsenen nehmen diese wahr. Besonders ins Auge fallen dabei Plakatwände. Neben dem Freundeskreis ist Zigarettenwerbung der häufigste Grund für junge Menschen, mit dem Rauchen anzufangen. Stärker als bei anderen Produkten haben Studien eine klare Verbindung zwischen der Wahrnehmung von Zigarettenwerbung und dem Rauchverhalten festgestellt.

#### Tabakwerbeverbote zeigen Wirkung:

In Ländern mit umfassenden Verbotsregelungen ist ein deutlich größerer Rückgang des Tabakkonsums zu verzeichnen. Allerdings funktioniert das vor allem dann, wenn Werbeverbote umfassend sind.

Zur Unterstützung des Appells überreicht die Organisation SumOfUs gemeinsam mit weiteren Organisationen und Partner\*innen am 29.01.2019 mehr als 50.000 Unterschriften für ein Werbeverbot für Tabakprodukte an die Drogenbeauftragte der Bundesregierung Marlene Mortler.

Der Appell mit allen Unterzeichnenden findet sich unter:

 $www.berlin\hbox{-}sucht praevention. de$ 

Diese Pressemitteilung erschien am 29. Januar 2019

## Weltgesundheitsorganisation WHO: Weltnichtrauchertag 2019

Jedes Jahr am 31. Mai findet, initiiert von der Weltgesundheitsorganisation WHO, der Weltnichtrauchertag statt. 2019 lautet sein Schwerpunktthema "Tabakkonsum und Lungengesundheit". Nutzen auch Sie diesen Tag für ein Angebot rund um das Thema

Tabakkonsum und sensibilisieren Sie für die Risiken und Gefahren des (Passiv-)Rauchens.

Weitere Informationen: www.euro.who.int





# Deutsches Krebsforschungszentrum: 16. Konferenz zur Tabakkontrolle

Das DKFZ hat im Dezember 2018 die 16. Konferenz zur Tabakkontrolle durchgeführt. Es ging vor allem um den Erfahrungsaustausch über bereits erfolgreiche Maßnahmen zur Verminderung des Tabakkonsums in Deutschland und um die Förderung der Entwicklung zukünftiger Projekte und Konzepte.

Die einzelnen Vorträge sind auf der Webseite der DKFZ verfügbar: www.dkfz.de

## Deutsches Krebsforschungszentrum: Infoblätter Tabak

Ergänzend zur 16. Deutschen Konferenz zur Tabakkontrolle hat die DKFZ auch mehrere Infoblätter veröffentlicht, die den aktuellen Stand zu E-Zigaretten, Wasserpfeifen und Tabakerhitzern zusammenfassen.

Hier geht es zu den direkten Downloads: Infoblatt E-Zigaretten: www.tinyurl.com/y55vxyh6 Infoblatt Wasserpfeifen: www.tinyurl.com/yy3g5lns Infoblatt Tabakerhitzer: www.tinyurl.com/yxuf7zqy

# Landesamt für Gesundheit und Soziales: Neue Kampagne zu Kohlenmonoxid-Vergiftungen durch Shisha-Konsum

Das Landesamt für Gesundheit und Soziales startete im Dezember 2018 eine Gesundheitskampagne zu Kohlenmonoxid-Gefahren beim Shisha-Rauchen unter dem Motto "Lüften statt vergiften!". Die Präventionskampagne richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene mit dem Ziel Hinweise zu geben, für richtige Rahmen-

bedingungen, sich zu Hause und in Bars nicht den giftigen Gasen auszusetzen.



Weitere Infos: www.shisha.berlin.de

## Unfair Tobacco: Kurzfilme zur Tabakprävention

Die Berliner Landesarbeitsgemeinschaft Umwelt und Entwicklung (Blue 21 e.V.), Projekt "Unfairtobacco", erstellte im Rahmen von Trickfilmworkshops zusammen mit Schüler\*innen der Evangelischen Schule Schönefeld Erklär-Videos. Vier Trickfilme zu den Arbeitsbedingungen im Tabakanbau entstanden dabei in Zusammenarbeit mit dem Landesverband Kinder- und Jugendfilm e.V. innerhalb von nur vier Tagen.



können für den Unterricht genutzt werden:

www.unfairtobacco.org/vier-trickfilme-in-vier-tagen

# DIGITALER FAMILIENALLTAG: MEDIENNUTZUNG UND FRÜHE KINDHEIT

#### **Volles Haus beim Fachtag zum Safer Internet Day 2019**

nlässlich des Safer Internet Days am 5. Februar fand in Kooperation mit der Landeskoordinierungs- und Servicestelle Frühe Hilfen ein Fachtag zu Mediennutzung und früher Kindheit statt. Schon kurz nach dem Verschicken der Einladungen waren alle Plätze ausgebucht – mehr als 150 Teilnehmer\*innen konnten wir im Alwin-Brandes-Saal im Mendelsohn-Bau am Halleschen Tor begrüßen - die gut gefüllte Warteliste mit über 290 Interessenten zeigte die große Relevanz des Themas auf.

Die Vorträge von Dipl. Psych. Mariana Rudolf (Fachstelle für Suchtprävention Berlin), Dr. Claudia Lampert (Hans-Bredow-Institut für Medienforschung der Universität Hamburg) und Dr. Uwe Büsching (Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte)

> beleuchteten das Thema aus verschiedenen Perspektiven. Wolfgang Porsche (radioeins) führte als Moderator durch die Veranstaltung.



MARIANA RUDOI F

#### Mediennutzung im Familienalltag

Mariana Rudolf gab in ihrem Einführungsvortrag einen Überblick über (kritischen) Medienkonsum sowie entwicklungspsychologische Aspekte bei Kindern. Dabei ging es auch um die Frage, inwiefern sich der übermäßige Gebrauch von Bildschirmmedien in der frühen Kindheit potentiell negativ auf eine

spätere Suchtentwicklung auswirken kann. Sie machte deutlich, dass wichtige Kompetenzen, die sich in der frühen Kindheit bilden - Bedürfnisaufschub, Frustrationstoleranz, Selbstwirksamkeit,

Emotionsregulation – bei eher eindimensionaler Nutzung von "immer verfügbaren" Medien schnell zu kurz kommen können: Lernen findet in Beziehung statt, die jedoch durch gemeinsamen Mediengebrauch nicht ausgeschlossen sein muss. Kinder machen diesen Wunsch deutlich, indem sie gegen eine vereinzelt exzessive Mediennutzung auf Elternseite durchaus "Protest einlegen": die Botschaft war: "Kinder zeigen



WOLFANG PORSCHE

schon früh, was sie brauchen - bleiben sie daher in Kontakt!"

Safer Internet Day 2019 | 5. Februar 2019

Eltern sind in ihrem Verhalten somit ein Vorbild für ihre Kinder - damit beschäftigte sich auch der zweite Vortrag des Tages von Dr. Claudia Lampert mit dem entsprechenden Titel "Kinder brauchen medienkompetente Vorbilder - Herausforderungen für Medienumgang in der Familie". Sie hob hervor, dass Kinder vor allem durch ihre Eltern einen Zugang zu (digitalen) Medien erhielten und



sich dabei deren Verhalten abschauen. Sie beleuchtete Trends wie das "Sharenting" - das Teilen von Bildern und Videos des Nachwuchses in verschiedenen Sozialen Netzwerken - wozu sicher jede\*r Beispiele aus dem Alltag kennt. Nicht nur aus Gründen des Datenschutzes sind solche Phänomene problematisch.

Wichtig ist, dass Eltern ihren Kindern eine Haltung vermitteln, (gemeinsame) Vereinbarungen treffen und sich mit dem Thema aktiv auseinandersetzen. Dabei brauchen sie auch Unterstützung, wie sie beispielsweise Informationsangebote wie www.schau-hin.info anbieten. In der anschließenden Diskussion kamen gehäuft Fragen nach konkreten Mediennutzungszeiten auf: Hier gibt es zwar offizielle Empfehlungen, zum Beispiel durch die BZgA, wobei Frau Dr. Lampert betonte, dass Kinder sehr unterschiedlich sind und daher aus ihrer Sicht pauschale Regelungen oft den individuellen Bedürfnissen nicht gerecht werden. Das "wie" der Nutzung und nicht nur das "wie viel" scheint entscheidend. Die zentrale Botschaft war, dass Eltern sich im Einzelnen mit dem Thema ausei-



VOLUES HAUS" IM MENDELSOHN-BAU



DIE TEILNEHMENDEN NUTZEN PAUSEN FÜR VERNETZUNG UND AUSTAUSCH.

BILDER: FACHSTELLE (8)

nandersetzen sollten und hierbei auch durch Unterstützung von Fachkräften profitieren können.

Im abschließenden Vortrag berichtete Dr. Uwe Büsching auszugsweise aus den Ergebnissen der BLIKK-Medien-Studie. Er führte den Begriff "Medienmündigkeit" ein: Kinder sind medienmündig, wenn sie bestimmte Fähigkeiten im Bereich der Kommunikation, Sensomotorik, Empathie, Gestaltung,

Planung und Realisierung sowie der kritischen Auseinandersetzung entwickelt haben. Vorher sei ihnen ein kompetenter Medienumgang aus seiner Sicht nicht möglich – "Kinder sind keine kleinen Erwachsenen". Er sprach sich dafür aus, Kinder möglichst spät mit digitalen Medien zu konfrontieren, da er sonst schädliche Auswirkungen auf die Entwicklung befürchte. Analog zu Dr. Lampert konnte die BLIKK-Studie feststellen, dass sich 42% der befragten Eltern noch nicht mit dem Thema Medienerziehung auseinandergesetzt haben – hier muss also mit Beratungs- und Informationsangeboten sowie vonseiten der Fachkräfte u.a. in Kitas angesetzt werden.



DR. UWE BÜSCHING

#### Eltern sind Vorbild für ihre Kinder

In der Diskussion wurden die unterschiedlichen Standpunkte aufgenommen und engagiert diskutiert, was auch beim gemeinsamen Mittagsimbiss fortgesetzt wurde. Deutlich wurde, dass es sehr schwer erscheint, fachliche Empfehlungen, wie beispielsweise konkrete Mediennutzungszeiten oder bis zu einem gewissen Alter absolute Medienabstinenz im Altag umzusetzen. Insbesondere das

Hinterfragen des eigenen (Vorbild-)Verhaltens und die Stärkung der Elternrolle sollte hierbei nicht vergessen werden. An diesem Punkt setzt die gemeinsame Kampagne der Landeskoordinierungs- und Servicestelle Frühe Hilfen und der Fachstelle für Suchtprävention Berlin, "Heute schon mit Ihrem Kind gesprochen?" an, im Zuge derer letztes Jahr 150.000 Postkarten sowie 10.000 Plakate mit "typischen Alltagssituationen" u.a. an die Berliner Kitas verteilt wurden. Ziel der Kampagne war es, Eltern für einen kritischen Umgang

mit ihrer eigenen Mediennutzung zu sensibilisieren – ganz nach dem Motto des Fachtags "Auf dem Spielplatz oder im Whatsapp-Chat?".

Wir danken den Referent\*innen für ihre Vorträge, die sich dem Thema aus unterschiedlichen Perspektiven genähert haben sowie allen Teilnehmenden. Unser Dank gilt besonders auch der BKK VBU für die Unterstützung dieser Veranstaltung. Das große Interesse am Fachtag sowie die außerordentlich positiven Rückmeldungen machen deutlich, dass weitere Veranstaltungen zum Themenkomplex "Familie und digitale Medien" sinnvoll sind – eine Nachfrage, der

sich die Landeskoordinierungs- und Servicestelle Frühe Hilfen und die Fachstelle für Suchtprävention Berlin auch weiterhin annehmen werden.

Die Tagung wird auf der Website www.berlin-suchtpraevention.de dokumentiert und die freigegeben Beiträge werden in Kürze dort abrufbar sein.

ANNA FREIESLEBEN Fachstelle für Suchtprävention Berlin



GROSSES INTERESSE DER TEILNEHMENDEN AM THEMA



REFERENT\*INNEN UND ORGANISATOR\*INNEN DER TAGUNG

Auf den folgenden 3 Seiten lesen Sie Neues zu den Projekten der Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH und ihrem Gesellschafter, dem Institut für Gesundheit und Kommunikation e.V.





#### **PERSPEKTIVE**

# Perspektiven eröffnen – Erfahrungen aus der niedrigschwelligen Suchtprävention für Geflüchtete



lle am Integrationsprozess Beteiligten stehen vor großen Herausforderungen, wenn es darum geht, Menschen mit Fluchthintergrund bei Ihrem Neustart hier in Deutschland zu begleiten. Fachkräfte brauchen Informationen in verschiedenen Handlungsfeldern, um kompetent und kultursensibel beraten zu können. Für die Geflüchteten selbst nehmen im Alltag die Auseinandersetzung mit der deutschen Kultur, Sprachbarrieren, die unsichere Bleibeperspektive, Ausgrenzungserfahrungen und nicht zuletzt die Verarbeitung des Erlebten viel Raum ein. Hinzu kommt das Gefühl eines Mangels an Autonomie, die eigene Situation aktiv beeinflussen zu können. Diese Faktoren begünstigen die Entwicklung einer Suchterkrankung und gesundheitliche Einschränkungen physischer, psychischer oder sozialer Natur davonzutragen. Das Projekt "Perspektive" bietet hier wichtige suchtpräventive Unterstützung.

#### Die Angebote von "Perspektive"

Die niedrigschwelligen Angebote von "Perspektive" wenden sich an Fachkräfte sowie Geflüchtete selbst. So gehen wir u.a. in Willkommensklassen, Wohngemeinschaften, etc. und sprechen mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen interaktiv und in einfacher Sprache über Substanzkonsum, psychische Gesundheit und resilientes Verhalten. Fachkräfte profitieren von Beratung, (Team-) Coachings bis hin zu ganztägigen Suchtpräventions-

seminaren. Wir haben viele Gründe erlebt, die dafür sprechen, diese Angebote vorzuhalten.

# Perspektive Ein wegweisendes Angebort für Geflüchtete in Berlin www.kompetent-gesund.de/ Geflüchtete

PROJEKTFLYER MIT INFOS ZU DEN ANGEBOTEN

#### "War nützlich und wir haben etwas gelernt"

Die Rückmeldungen der Teilnehmer\*innen der Workshops für Geflüchtete machen einen Wissenszugewinn deutlich – direkt, z.B. zu bestimmten Substanzen, rechtlichen Grundlagen oder dem Berliner Suchthilfesystem. Beispielsweise ist die Tatsache, dass Cannabisprodukte in Deutschland illegal sind, vielen Jugendlichen nicht bekannt – im Übrigen auch bei betreuenden Fachkräften – und da sie das im Berliner Alltag oft anders erleben auch nur schwer nachvollziehbar. Umso wichtiger ist es, hierüber aufzuklären und mögliche Konsequenzen zu verdeutlichen. Wir erleben die Jugendlichen

interessiert und offen für einen Austausch, wie z.B. für den Abgleich eigener Erfahrungen aus den Heimatländern mit hiesigen Begebenheiten. Auch ließen sich im Rahmen der Veranstaltungen konfliktbeladene Themen wie Rauchverbot oder Alkoholkonsum konstruktiv ansprechen.

# Suchtpräventionskompetenzen im Team erweitern – ein Gewinn für alle Beteiligten

In Unterkünften, die uns zum Coaching einladen, haben die Teams viele Fragen zum Thema Substanzkonsum bei Geflüchteten, rechtlichen Hintergründen und zum Umgang damit in ihrer täglichen Arbeit. Der von uns begleitete teaminterne Austausch wird als informativ, strukturierend und unterstützend empfunden: Gerade eine gemeinsame suchtpräventive Grundhaltung im Team, klare Regeln zum Substanzkonsum und nachvollziehbare Strukturen sind für Handlungssicherheit im Alltag, z.B. in Gemeinschaftsunterkünften oder dem betreuten Jugendwohnen, enorm wichtig. Coachings im Rahmen von "Perspektive" unterstützen Fachkräfte dabei, eine informierte Haltung zu entwickeln und weitere, ihrem Arbeitskontext angemessene, Schritte zu gehen.

## Interdisziplinärer Austausch im Rahmen von Intensivseminaren

"Es wurden viele Dinge in mir angestoßen" — dies meldete eine Teilnehmerin unseres Intensivseminars für die suchtpräventive Arbeit mit Geflüchteten zurück. Zusätzlich zum fachlichen Informationszugewinn möchten wir im Rahmen unserer Intensivseminare Raum für die Reflektion der eigenen Haltung sowie für interdisziplinäre, Einrichtungs-übergreifende Gespräche bieten. Durch den Erfahrungsaustausch zwischen den Teilnehmer\*innen entstehen neue Ideen, Lösungsansätze und Kooperationen, was auch seitens der Teilnehmer\*innen positiv zurückgemeldet wurde ("eine Erweiterung des Erfahrungshorizonts durch eine interessante Teilnehmer\*innen-Mischung"). Die standardmäßige Evaluation ergab eine 100-prozentige Zufriedenheit mit der Durchführung sowie den Inhalten und praktischer Relevanz des Seminars. Dies zeigt, dass das Angebot die suchtpräventive Handlungskompetenz von Fachkräften in der Arbeit mit Geflüchteten stärkt.

Unsere Erfahrungen in der Durchführung der interaktiven Angebote von "Perspektive" bekräftigen zum einen den Bedarf an

03 | 19

Landingpage

für Jugendliche: www.etwasstimmtnicht.de

suchtpräventiven Angeboten für die beiden Zielgruppen, zum anderen zeigen sie, dass Informationen dankend angenommen werden. Beides ein Ansporn, diese Maßnahmen als suchtpräventiven Beitrag für die Gesundheit Geflüchteter in Berlin weiterzuführen!

Weitere Informationen zu unseren suchtpräventiven Angeboten für Geflüchtete und Multiplikator\*innen finden Sie auf unserer Webseite unter www.kompetent-gesund.de/Gefluechtete.

2019 bieten wir noch drei weitere Intensivseminare an. Auch In-House-Schulungen sind möglich.

#### Sprechen Sie uns an!

Kontakt: Anna Freiesleben, Email freiesleben@kompetent-gesund.de

ANNA FREIESLEBEN UND MARC PESTOTNIK Fachstelle für Suchtprävention Berlin

#### WEITBLICK

# Unterstützung für Jugendliche aus suchtbelasteten Familien und riskant konsumierende Eltern: Erste Erfahrungen aus den Präventionsseminaren



n 2018 startete das von der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung geförderte Projekt "Suchtprävention 3D", das sich an Jugendliche in suchtbelasteten Familien und von riskantem Konsum betroffene Eltern richtet. Erste Erfahrungen aus der Pilotphase möchten wir an dieser Stelle berichten.

Riskanter Konsum oder Suchtprobleme sind nicht nur für die Konsumierenden selbst, sondern auch für ihr Umfeld eine Belastung. Vor allem Kinder leiden unter riskantem Konsum oder Abhängigkeit der Bezugspersonen. Sie geben sich oft selbst die Schuld an den Problemen der Eltern und übernehmen für ihr Alter zu viel Verantwortung, um die negativen Folgen zu mildern. Dadurch wird das "Familiengeheimnis Sucht" gewahrt und betroffene Kinder und Jugendliche bleiben oft isoliert. Vor diesem Hintergrund werden Jugendliche im Rahmen der Workshops durch den offenen und vertrauensvollen Austausch entlastet. Ihnen wird vermittelt, dass sie in ihrer Situation nicht allein sind.

#### Jugendliche erfahren Entlastung

Dass bei Jugendlichen Leidensdruck besteht, für sie eine Ansprache des Themas jedoch nicht leicht ist und durch Schamgefühle und Ängste erschwert sein kann, wurde in den umgesetzten Seminaren deutlich: "Ich würde da nix sagen... da kommt man ja gleich ins Heim, da ist es auch nicht besser." "Meine Mama trinkt nur, wenn mein Bruder und ich uns streiten". Als sehr hilfreich wurde von den mitmachenden Jugendlichen erlebt, "einfach mal über das Thema zu sprechen" und Mut gemacht zu bekommen,

sich Hilfe holen zu dürfen.



Etwa jedes sechste Kind in Deutschland wächst in einer suchtbelasteten Familie auf. In ieder Schulklasse trifft man statistisch betrachtet daher mehrere betroffene Kinder an. Angesichts der großen Anzahl betroffener Kinder setzt "Weitblick" daran an, dass im Setting Schule sowohl Betroffene als auch Kinder und Jugendliche in deren Umfeld von suchtpräventiven Maßnahmen erreicht werden. Dieser Ansatz hat auch die Oberschule, an der der Pilotworkshop durchgeführt wurde, überzeugt.

#### Eltern werden gestärkt

Auch riskant substanz- oder medien-konsumierende Eltern lieben ihre Kinder und wünschen sich, dass sie gesund aufwachsen. In den Seminaren berichteten sie von Schuldgefühlen den Kindern gegenüber, die dazu



PROJEKTFLYER MIT INFO 711 DEN ANGEROTEN

führen, dass sie die Kinder nicht genügend begrenzen und sie mehr gewähren lassen, als ihnen gut tut. Gerade die alleinerziehenden Eltern haben zusätzlich noch ein schlechtes Gewissen, weil sie ihren Kindern keine intakte Familie bieten können. Mütter berichteten auch, dass der Kindesvater riskant bis süchtig konsumiert, und sie unsicher sind, inwiefern die Kinder am Vaterwochenende gut betreut sind. Das Pilotseminar konnte zeigen, wie wichtig es ist, Eltern für die Auswirkungen von problematischem Konsum auf die Entwicklung der Kinder zu sensibilisieren und sie aleichzeitia wertschätzend in ihren Entscheidungs- und Handlungskompetenzen zu unterstützen.

#### **Zielgruppengerichtete Angebote**

Online-Unterstützung finden Eltern unter www.suchtzuhause.de und Jugendliche unter www.etwasstimmtnicht.de. Gerne können sich alle, die Informations- oder Unterstützungsbedarf haben, telefonisch sowie per Email an uns wenden oder zu unseren Öffnungszeiten sowie nach Terminabsprache persönlich bei uns vorbei kommen.

> ANKE SCHMIDT, KATRIN PETERMANN UND MARIANA RUDOLF Fachstelle für Suchtprävention Berlin



## Jugendliche vor Sucht schützen – hier finden Eltern Unterstützung

enn die eigenen Kinder plötzlich schwierig werden, dann haben wir es gemeinhin mit der Zeit der Pubertät zu tun. Wenn sie dann stundenlang am Computer hängen, keinen Bock mehr auf Schule haben oder mit ihren Freunden auf einmal Cannabis rauchen, verzweifeln viele Eltern.

#### Ist mein Kind gefährdet?

Häufig wenden sich alleinerziehende Mütter an uns. So fragt sich zum Beispiel eine Mutter, ob die Abhängigkeitserkrankung des Vaters bedeutet, dass auch ihr 16-jähriger Sohn gefährdet ist. In diesem Zusammenhang stellt sich erstmal die Frage, ob die Sucht des Vaters ein Geheimnis ist oder offen darüber gesprochen wird. Und dann gilt es auch zu unterscheiden: Was sind meine Sorgen als Mutter und was haben diese Sorgen eigentlich mit meinem Sohn, seiner Persönlichkeit, seinen Interessen zu tun? Wie gehe ich mit meinem Unbehagen um, wenn er sich im Restaurant mit mir ein Bier bestellen möchte?

Ganz unbegründet sind die Sorgen nicht, denn statistisch gesehen haben Jungs, die mit suchterkrankten Elternteilen aufwachsen eine höhere Gefahr als andere Kinder, später selbst süchtig zu werden. Das ist jedoch kein Automatismus!

#### Respektvoll Verantwortung stärken

Im Gespräch versuchen wir, Klarheit in die Situation zu bekommen und geben konkrete Tipps, wie Eltern mit heranwachsenden Kindern gute Gespräche führen können. Gerade ein respektvoller Umgang ist wichtig, der die Jugendlichen in ihrer Selbstverantwortung stärkt. Dazu gehört auch Ehrlichkeit auf Seiten der Eltern. Denn wenn wir möchten, dass Kinder über ihre Gedanken und Gefühle sprechen, sind wir auch die Vorbilder, wie das eigentlich aussieht.

Das muss nicht immer harmonisch sein. Ehrlichkeit bedeutet Authentizität! Ärger und Streit sind unglaublich wichtig in dieser Entwicklungsphase. Wenn Jugendliche ihre Eltern mit ihrem Verhalten provozieren, dann suchen sie geradezu nach dieser Auseinandersetzung, an der sie definitiv wachsen werden.

In einem kurzen Film auf *youtube* lernen Sie die Projektkoordinatorin kennen und erhalten einen Einblick in das Projekt "Raus aus der Grauzone".

Unter www.rausausdergrauzone.de finden Sie die Termine für die Elternaustauschgruppen und viele weitere Informationen.

#### Kontaktdaten:

Tel.: 030 – 24 04 69 76 kontakt@rausausdergrauzone.de

KATRIN PETERMANN

Fachstelle für Suchtprävention Berlin

## Mit RisikoCheck den Horizont erweitern!

Kostenloses erlebnispädagogisches Angebot für Ihre Jugendlichen

Zielgruppe: Gruppen von 3–6 Jugendlichen im Alter zwischen 13 und 18 Jahren aus Berliner Schulen oder ambulanten/ stationären Einrichtungen der Jugendarbeit/Jugendhilfe oder ähnlichen Projekten

Termine: Die Termine sind limitiert und finden als Nächstes in den Osterferien statt.



ANGEBOTSFLYER FÜR MULTIPLIKATOREN

INFO

#### **ALKOHOL**

#### Null Alkohol – Voll Power: Arbeitshilfe für Alkoholpräventionsprojekte mit 12–16- jährigen Jugendlichen

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),

weitere Infos: www.bzga.de

#### Fachbeitrag "Was lernen jugendliche Rauschtrinkende aus den negativen Folgen ihres Alkoholkonsums?"

Forschungsspiegel Sucht Schweiz, Download unter: shop.addictionsuisse.ch

#### TABAK/E- ZIGARETTEN

#### Ergebnisse des Alkoholsurvey 2016 und Trends "Rauchen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland"

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),

Download unter: www.bzga.de

#### **CANNABIS**

#### **Broschüre**

#### "Schule und Cannabis – Regeln, Maßnahmen, Frühintervention. Ein Leitfaden für Schulen und Lehrkräfte"

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),

Download unter: www.bzga.de

#### Artikel "THC-Gehalt in Cannabis hat sich verdoppelt"

Zeit Online,

weitere Infos: www.zeit.de

#### **AMPHETAMINE**

# Filme und Arbeitsmaterial für Schule und Jugendarbeit "Crystal Meth"

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),

weitere Infos: www.bzga.de

#### **ONLINE-MEDIEN**

#### Broschüre "Smart Home Clever vernetzt – Infos und Tipps für Eltern und pädagogische Fachkräfte zur Medienerziehung"

Bundesministerium für Familien, Frauen, Senioren und Jugend (BMFSFJ),

Download unter: www.bmfsfj.de

#### Broschüre "Internetkompetenz für Eltern – Kinder sicher im Netz bealeiten"

klicksafe.de, Download unter: www.klicksafe.de

# Informationsmaterial "Leben mit Medien"

Informationskampagne Drogenbeauftragte und Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ),

weitere Infos: www.drogenbeauftragte.de

#### Broschüre "Digitale Spiele"

Pädagogisch beurteilt, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ), Download unter: www.bmfsfj.de

#### Plakat "Clever mit Apps"

Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ), Download unter: www.bmfsfj.de

#### Studie "DIVSI U25-Studie: Euphorie war gestern – Die "Generation Internet" zwischen Glück und Abhängigkeit"

Deutsches Institut für Vertrauen und Sicherheit im Internet, Download unter: www.divsi.de

#### GLÜCKSSPIEL

#### Ergebnisse des Surveys 2017 und Trends "Glücksspielverhalten und Glücksspielsucht in Deutschland"

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),

Download unter: www.bzga.de

#### Kartenset "Geldspielsucht in 11 Sprachen"

Sucht Schweiz,

weitere Infos: shop.addictionsuisse.ch

#### SUCHT UND FAMILIE

#### Kursmanual "Gemeinsam stark"

Sucht Schweiz,

weitere Infos: shop.addictionsuisse.ch

#### MIGRATION UND SUCHT

#### **Broschüre**

#### "Frühe Hilfen für geflüchtete Familien. Impulse für Fachkräfte"

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),

Download unter: www.bzga.de

#### Broschüre

#### "Glücksspielen – Suchtrisiko bei jungen Migranten"

Arbeitshilfe für Fachkräfte der Integrationshilfen, für Ehrenamtliche der Suchtselbsthilfe und für Angehörige zum Umgang mit (jugendlichen) Glücksspielern mit Migrationshintergrund, Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), Download unter: www.dhs.de

#### Broschüre "Wenn Glücksspielen zum Problem wird!"

in deutscher und türkischer Sprache, Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), Download unter: www.dhs.de

#### **ALLGEMEIN**

#### Broschüre

#### "Kokain, Crack und Freebase"

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), Download unter: www.dhs.de

#### Aufruf und Online-Befragung "Substanzgebrauch in der Schwangerschaft"

Forschungsgruppe für Cannabinoide der LMU München,

weitere Infos: fdr-online.info

#### Dossier

#### "Jugendschutz in leichter Sprache"

Bundesarbeitsgemeinschaft Kinderund Jugendschutz, Berlin,

Download unter: www.bag-jugendschutz.de

#### Elternratgeber "Kinder und Jugendliche vor riskantem Umgang mit Alkohol, Cannabis oder Handy schützen"

Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH, Download unter:

www.berlin-suchtpraevention.de

Beliebte Materalien wieder verfügbar

Druckfrisch erhalten Sie die abgebildeten Flyer zu den Themen Cannabis, Jugendschutz, Mediennutzung in der Familie etc.

wieder bei uns in der Fachstelle für Suchtprävention oder

#### Reitox Jahresbericht 2018 "Situation illegaler Drogen in Deutschland"

DBDD, Download unter: www.dbdd.de

#### Schweizer Suchtpanorama 2019

Sucht Schweiz,

Download unter: www.suchtschweiz.ch



bestellportal



#### VERANSTALTUNGEN

online über das Bestellportal.

#### 26. März 2019 Fachtag "Familien mit psychisch belasteten Eltern"

donum vitae e.V., Gelsenkirchen, weitere Infos: *qladbeck.donumvitae.org* 

#### 10. April 2019 Vortrag "Suchtgefahren bei Jugendlichen"

Dr. Christian Walz, Stiftung Synanon, weitere Infos: www.landesstelle-berlin.de

#### 10.–11. April 2019 Armutskongress "Baustelle Deutschland. Solidarisch anpacken!"

AWO/Paritätischer Gesamtverband/ DGB/Nationale Armutskonferenz, Berlin, weitere Infos: www.armutskongress.de

#### 6. Mai 2019 Skoll Fachtagung Berlin

Caritasverband für die Diözese Osnabrück e.V., weitere Infos: www.skoll.de

#### 18. Mai – 26. Mai 2019 Aktionswoche Alkohol "Für einen klaren Kopf im Beruf: Kein Alkohol am Arbeitsplatz!"

DHS, weitere Infos:

www.aktionswoche-alkohol.de

# 20. Mai – 21. Mai 2019 41. fdr + Suchtkongress "Hey Alex, ich habe ein Suchtproblem! Digitaler Aufbruch in der Suchthilfe"

Der Verband für Drogen- und Suchthilfe und fdr+, Frankfurt am Main, weitere Infos: fdr-online.info

#### 24.–26. Mai/07.–09. Juni 2019 "Adventure Camp" für Jugendliche zur Suchtprävention

Keine Macht den Drogen e.V., Walsrode/Niedersachsen sowie Neuburg an der Donau/Bayern, weitere Infos: www.kmdd.de

# 28. Mai 2019 7. Deutscher Diversity Tag

Charta der Vielfalt, weitere Infos: www.charta-der-vielfalt.de

#### 31. Mai 2019 Weltnichtrauchertag 2019

Weltgesundheitsorganisation (WHO), weitere Infos: www.euro.who.int

#### 12. Juni 2019 Vortrag "Essstörungen– Ursachen & Prävention"

Referentin: Sonja Vukovic, Autorin/Journalistin,

weitere Infos: www.landesstelle-berlin.de

#### 26.–28. Juni 2019 32. Heidelberger Kongress "analog – digital: Herausforderungen für die Suchtbehandlung"

Fachverband Sucht e.V., Bonn, weitere Infos: www.sucht.de

#### 16.–18. September 2019 Deutscher Suchtkongress Mainz

DG Sucht, Mainz, weitere Infos: www.dg-sucht.de/tagungen/kongresse/

#### 27.–28. September 2019 21. FASD Fachtagung "FASD – Träumen erlaubt?!"

FASD Deutschland e.V., Dortmund, weitere Infos:

www.fasd-fachtagung.de

#### Neue Öffnungszeiten

Während unserer Öffnungszeiten oder nach persönlicher Terminvereinbarung stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.



Bitte beachten Sie die geänderten Öffnungszeiten:

Montag 10.00 – 14.00 Uhr Dienstag 10.00 – 18.00 Uhr

Donnerstag 16.00 – 19.00 Uhr Freitag 09.00 – 13.00 Uhr

INFO

#### VERANSTALTUNGEN DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN

#### Unser Jahresprogramm für 2019 – jetzt anmelden und Plätze sichern!

# JAHRESPROGRAMM DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN

## VERANSTALTUNGEN FÜR MULTIPLIKATOR\*INNEN

Berufsbegleitender Zertifikatskurs Suchtprävention:

»Fachkraft für Suchtprävention im Kontext

Schule und Jugendarbeit« (6 Module)

21. März – 13. September 2019

Weitere Informationen unter Kursnummer S.02.19 auf

www.ash-berlin.eu/weiterbildung sowie unter Zertifikatskurs Suchtprävention:

www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen

In Kooperation mit der ASH, Anmeldung über die Fachstelle für Suchtprävention

Weitere Fortbildungen:

Schulung »KlarSicht Parcours«

Fortbildung »Kind s/Sucht Familie«

06. - 07. Mai 2019 In Kooperation mit dem SFBB, Anmeldung über das SFBB, Kursnummer 6254/19

03. - 05. Juni 2019 02. September 2019

02. April 2019

Fortbildung »MOVE – Motivierende Kurzintervention« Schulung »Berliner Präventionsparcours Cannabis«

Fortbildung »KITA-MOVE«

Prev@WORK-Seminar für Ausbilder\*innen

und Personalverantwortliche

Fortbildung »acht bis zwölf-Kursleiter\*innen«

Fortbildung »SCHUL-MOVE-ELTERN«

Basisseminar »Papilio – 3bis6« (6 Module)

09. - 11. September 2019

17. September 2019 30. September - 02. Oktober 2019

In Kooperation mit der ASH, Anmeldung über die Fachstelle für Suchtprävention

- ausgebucht -

28. - 30. Oktober 2019

13. November 2019 - 13. Januar 2020

## VERANSTALTUNGEN FÜR DIE SUCHTPRÄVENTIVE ARBEIT MIT GEFLÜCHTETEN

Intensivseminar »Perspektive 3D«

15. Mai 2019 04. September 2019 11. November 2019

#### VERANSTALTUNGEN FÜR ELTERN

Elternseminar »Digitale Medien«

05. März 2019 21. Mai 2019 03. September 2019 22. November 2019

26. März 2019

Elternseminar »Cannabis«

25. Oktober 2019

Elternaustausch »Unterstützung in der Pubertät«

Konkrete Termine im Veranstaltungskalender unter Raus aus der Grauzone: www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen

#### Kennen Sie unseren Veranstaltungskalender?

Die genauen Beschreibungen der Fortbildungen, Workshops und Kurse finden Sie online auf unserer Webseite www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen

Hier finden Sie auch Veranstaltungen von Partnern und haben die Möglichkeit, eigene, öffentlich zugängliche Suchtpräventionsveranstaltungen unter dem Link "Veranstaltung vorschlagen" einzureichen.

# IHR BEITRAG IM NÄCHSTEN »THEMENHEFT SUCHTPRÄVENTION BERLIN«?

Das Themenheft erscheint 4x im Jahr und wird sowohl über unseren E-Mail-Verteiler an 3.500 Empfänger verschickt und auch in kleiner Auflage gedruckt. Online sind alle Ausgaben über unsere Webseite und auf issue.com verfügbar.

Das nächste Themenheft ist bereits in Planung und wird im Juni 2019 erscheinen.

Wir freuen wir uns über Beiträge zu Angeboten, Aktivitäten, Projekten oder

Terminen der Suchtprävention von Ihnen und laden Sie herzlich ein, sich redaktionell einzubringen.

Der Redaktionsschluss ist 2. Mai 2019 – bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt auf zu:

Christina Schadt (schadt@berlin-suchtpraevention.de)

#### Unterstützen Sie die Berliner Suchtprävention

Mit Ihrem Engagement können wir die Suchtprävention stärken und noch mehr Aufklärungsarbeit für die Menschen unserer Stadt leisten.



Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH
IBAN DE12 1002 0500 0001 3431 00
BIC BFS WDE 33 BER bei der Bank für Sozialwirtschaft
Verwendungszweck: Spende Suchtprävention Berlin