UNABHÄNGIG BLEIBEN!

kompetent gesund.de
FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN

SUCHTPRÄVENTION BERLIN

THEMENHEFT NO. 58 / JUNI 2020

#PRÄVENTION DIGITAL

GERADE JETZT SIND WIR FÜR SIE DA!

KRISE ALS CHANCE –
NEUE FORMATE IN DER BERLINER
SUCHTPRÄVENTION

WELTNICHTRAUCHERTAG
Neue Mitmach-Station
zur Shishaprävention

MEDIENKONSUM
Aktuelle Befragung von Familien
in der Corona-Krise

CANNABISPRÄVENTION
Risiken von synthetischen
Cannabinoiden

IMPRESSUM

Themenheft Suchtprävention No. 58 | Ausgabe Juni 2020

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

Die Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin wird gefördert durch die Senatsverwaltung für 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:
Ollustrator/istock; Freepik, Nounproject

INHALT

NEWSLETTER DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN 3

LEITARTIKEL
Suchtprävention in Krisenzeiten 3

#PRÄVENTION DIGITAL
Krise als Chance – Neue Formate in der Suchtprävention 4

VERANTWORTUNGSVOLLER UMGANG MIT ALKOHOL UND ILLEGALEN DROGEN
Zuhause bleiben kann zu mehr Alkoholkonsum führen 5
HaLT reaktiv – Frühintervention für junge Menschen 5

LANDESPROGRAMM „BERLIN QUALMFREI“
Neue Mitmach-Station zu den Risiken von Shisha-Konsum 6
Rauchstopp-Navigator 7

QUALITÄT IN DER SUCHTPRÄVENTION
Zertifikatskurs Suchtprävention jetzt mit Webinar-Anteilen 7

CANNABISPRÄVENTION
Synthetische Cannabinoide in Cannabisprodukten 8
Digitale Elternabende zu Cannabisprävention gestartet 8
Was hat Corona mit risflecting® zu tun? 9

PRÄVENTION VON COMPUTER-, ONLINE- UND GLÜCKSSPIELSUCHT
Aufmerksamkeit der Eltern ist wertvoll – nicht nur für Kinder 10
Online-Befragung zur Mediennutzung in Krisenzeiten 11

INTERAKTIVE SUCHTPRÄVENTION
NEU: Methode „Lebenspläne, Ziele, Wünsche“ 12

SUCHTPRÄVENTION IN DER KITA
Kita-MOVE: Motivierende Gesprächsführung mit Eltern 13

NEUES ZU DEN PROJEKTEN DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN GGMBH UND IHREM GESELLSCHAFTER, DEM INSTITUT FÜR GESUNDHEIT UND KOMMUNIKATION E.V. 14

WEITBLICK
Sucht in der Familie in Zeiten von Corona 14

BUNDESWEITE CANNABISPRÄVENTION
Cannabisprävention via Social Media 15

RAUS AUS DER GRAUZONE
In der Pubertät ist Handlungssicherheit gefragt 16

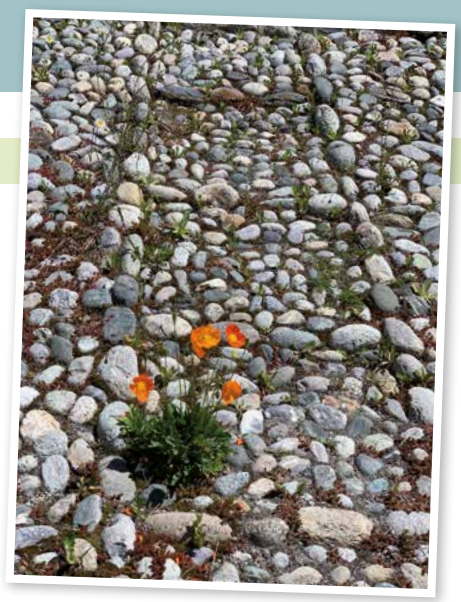
SUCHT IM ALTER
Webinar „Einführung in die Suchtsensible Pflegeberatung“ 16

BETRIEBLICHE SUCHTPRÄVENTION
Webinar für Personalverantwortliche und Führungskräfte 17

NEUERSCHEINUNGEN, TERMINE UND VERANSTALTUNGSHINWEISE ZUR SUCHTPRÄVENTION 18

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

FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN



LEITARTIKEL

In der Mitte von Schwierigkeiten liegen die Möglichkeiten.

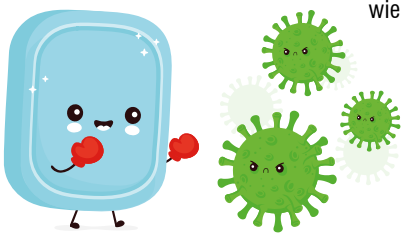
ALBERT EINSTEIN

Suchtprävention in Krisenzeiten

Seit dem letzten Themenheft hat sich die Welt verändert: wir befinden wir uns in einer Situation, die geprägt ist von Kontakt- und Begegnungsbeschränkungen aufgrund der sich schnell verbreitenden Covid-19-Erkrankung. Krisensituationen kennen wir alle im individuellen Kontext oder im familiären oder beruflichen Umfeld. Neu ist die gesamtgesellschaftliche, globale Dimension, die Corona mit sich bringt.

Zuversichtlich Neues lernen

Resilienz, also Widerstandskraft und Flexibilität, ist aktuell gefragter denn je. Konkret können wir uns fragen, wie hoch ist derzeit unser Improvisationsvermögen und die Bereitschaft, uns auf Unbekanntes einzulassen bzw. Neues zu lernen? Sind wir zuversichtlich, und bereit, die aktuelle Situation zu akzeptieren und schauen lösungsorientiert und kreativ nach realistischen Handlungsmöglichkeiten? Übernehmen wir Verantwortung und haben den Eindruck, mit unserem Zu-Tun etwas bewirken zu können? Sorgen wir für uns und diejenigen, die uns wichtig sind? Pflegen wir unsere Beziehungen, auch wenn wir uns aktuell nur mit Abstand begegnen können? Haben wir eine Idee, wie Prävention in der Corona-Krise, aber auch darüber hinaus gestaltet werden kann und was Menschen unserer Stadt jetzt brauchen?



Als Fachstelle für Suchtprävention Berlin haben wir mit Umsicht und Optimismus unsere Fachkompetenz, unsere Lösungsorientierung und unser Improvisationsvermögen aus 15 Jahren Berliner Fachstelle zusammengebracht und binnen kurzer Zeit digitale Angebote der Suchtprävention für diverse Zielgruppen erstellt.

Lesen Sie hier z.B. über digitale Elternabende zum Thema Cannabis, hören Sie sich einen unserer Podcasts an oder binden Sie eines unserer suchtpräventiven Videos, z.B. „Klaviermodell“ oder „Tipps für den Familienalltag“ in ihre pädagogische Arbeit ein.

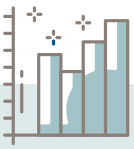
Auch jetzt sind wir für Sie da! Fehlt etwas? Kontaktieren Sie uns gern mit Wünschen und Anregungen.

KERSTIN JÜNGLING

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre des aktuellen Themenhefts und viel Erfolg beim Nutzen der Möglichkeiten!

HERZLICHE GRÜSSE IHRE
KERSTIN JÜNGLING
Geschäftsführerin der Fachstelle für Suchtprävention

Ein Blick aus der Buchhaltung: die Zahlen „hinter“ den Projekten



Die Vielfalt der Projekte, wie sie hier umgesetzt werden, und die vielen Menschen, die damit erreicht werden, beeindrucken mich immer wieder aufs Neue. Ich bin, auch wenn es in der Buchhaltung eher um die Zahlen hinter den Projekten geht, immer ganz nah dran am Präventionsalltag. Für mich ist es schön zu erleben, mit wie viel Enthusiasmus und Herzblut die Mitarbeiter*innen der Fachstelle die Themen bearbeiten. Wir sind ein tolles Team und ich bekomme als Mitarbeiterin in der Buchhaltung auch immer wieder die Rückmeldung aus dem Team, dass wie sehr es geschätzt wird, dass ich mit den Zahlen mittendrin bin im Geschehen und die Wege so ganz kurze sind – denn Projektaktivitäten und Finanzen gehören ja zueinander. Es ist beachtlich zu sehen, mit wie wenigen Mitteln so viel erreicht wird für Berlin. Wir werden weiterhin gemeinsam viel bewegen, da bin ich mir sicher!

CAROLA GÜNZEL, Finanzbuchhaltung,
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

INFO

BILDER: KERSTIN JÜNGLING, PRIVAT, FREEPIK (2)

#PRÄVENTION DIGITAL
GERADE JETZT SIND WIR FÜR SIE DA!

Krise als Chance – Neue Formate in der Berliner Suchtprävention

FILMBEITRAG ZUM RESSOURCEN-ORIENTIERTEN „KLAVIERMODELL“

ONLINE-VORTRAG ZU HANDY, GAMING, SOZIALE MEDIEN

Die Corona-Krise traf auch die Berliner Suchtprävention unerwartet und stellte uns vor neue Herausforderungen: was tun, wenn persönliche Beratung aufgrund des Kontaktverbots nicht möglich ist, Workshops in Schulen, Elternabende oder Fortbildungen für Fachkräfte plötzlich wegen des Versammlungsverbots auf unbestimmte Zeit verschoben oder abgesagt werden müssen? Aber auch: wie organisieren wir uns im Team?

Suchtprävention in Krisenzeiten systemrelevant

Schnell wurde die Arbeitsweise umgestellt, Homeoffice-Teams gebildet, interne Besprechungen online organisiert und ein Hygiene-Konzept erstellt. Gleichzeitig wurde kreativ über neue Wege nachgedacht, unsere Zielgruppen zu erreichen und Ideen wurden direkt umgesetzt: am 18. März 2020 ging unsere neue Chat-Beratung online (*www.berlin-suchtpraevention.de/online-beratung*), die sich gleichermaßen an Fachkräfte, Eltern und Jugendliche richtet. Beratung per Telefon oder E-Mail wurden selbstverständlich weiterhin angeboten.

#Prävention Digital gestartet

Unsere Kampagne #Prävention Digital unter dem Motto „Gerade jetzt sind wir für Sie da!“ startete gleichzeitig. Darunter veröffentlichen wir auch weiterhin unter anderem Erklärvideos, beispielsweise zum Thema digitaler Familienalltag oder Stressabbau, aber auch eine Neuauflage unseres Spiels Stadt-Land-Update in einer aktualisierten Corona-Edition. Podcasts beschäftigen sich mit dem Thema Risikokompetenz oder Suchtprävention im Sport.

NEUAUFLAGE UNSERES SPIELS STADT-LAND-UPDATE ALS CORONA-EDITION

Für Multiplikator*innen werden Vorträge (zum Beispiel zu Cannabisprävention) eingesprochen oder Fachartikel veröffentlicht. Unsere Elternabende und Elternaustausche setzen wir per Videokonferenz um; für Fachkräfte werden Webinare und Arbeitskreise digital angeboten; und das ist nur ein Ausschnitt aus unseren Aktivitäten.

CHATPROTOKOLL UNTER 2 KOLLEGINNEN ZUM THEMA CANNABIS

#Prävention Digital fand auch prominente Unterstützung – auf der Webseite der Bundesdrogenbeauftragten (*www.drogenbeauftragte.de*) wurde auf das innovative Angebot digitaler Suchtprävention hingewiesen. Unterstützung kam u.a. von Rapper Silla, der das Chat-Angebot zur Suchtprävention bei Berliner Jugendlichen bekannt gemacht hat. Ganz herzlichen Dank an Silla, dadurch konnten mehr als 80.000 Follower erreicht werden. Weitere positive Resonanz zu den neuen digitalen Angeboten aus anderen Bundesländern und der Schweiz freut uns sehr und motiviert uns, unsere Arbeit weiter innovativ zu entwickeln.

Alle Veröffentlichungen finden Sie unter:
www.berlin-suchtpraevention.de/aktuelles

Sie finden uns auch unter:
Abonnieren Sie uns auch bei YouTube (*www.tinyurl.com/yxyql8y4*) und Facebook (*www.facebook.com/unabhaengigbleiben*), um keine Veröffentlichung oder Veranstaltung zu verpassen!

ANNA FREIESLEBEN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

NUTZEN SIE UNSEREN LIVE-CHAT:
WWW.BERLIN-SUCHTPRAEVENTION.DE/ONLINE-BERATUNG

Wir sind für Sie da – immer während der Öffnungszeiten …

BILDER: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION, OLLUSTRATOR/ISTOCK

LANDESPROGRAMM ZUR SUCHTPRÄVENTION BERLIN
NA KLAR
UNABHÄNGIG BLEIBEN!

#Stayathome: Zuhause bleiben kann zu mehr Alkoholkonsum führen

Medienberichten der letzten Monate zufolge führten die anhaltenden Kontaktbeschränkungen aufgrund der Corona-Krise (Ausgangs- und Begegnungseinschränkungen, Homeoffice, Kurzarbeit, etc.) dazu, dass mehr Alkohol gekauft wurde – das ergab auch eine Studie der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) im März 2020.

Viele Gründe können eine Zunahme des Konsums bedingen: Bewältigung von Einsamkeit, (familiärer) Stressabbau, Reduktion (Kurzarbeit) oder Verlust der Erwerbstätigkeit, Entwicklung neuer Freizeitgewohnheiten und häuslicher Rituale, depressive Verstimmungen, Zukunftsängste etc.

Krisen haben sicherlich die meisten Menschen schon einmal durchlebt – neu an der aktuellen Situation ist die gesamtgesellschaftliche Dimension, die wiederum Einfluss hat auf jeden und jede einzelne – im Beruflichen und im Privaten. Doch gerade dann ist es wichtig, achtsam zu sein und die eigene Gesundheit besonders zu schützen!

Eine gute Gelegenheit, um noch einmal auf die Empfehlungen u.a. von der WHO zu verweisen, welche Menge Alkohol für Erwachsene als risikoarm angesehen wird: Frauen wird empfohlen nicht mehr als 16g reinen Alkohol, Männer nicht mehr als 24g täglich zu trinken.[1] Andernfalls steigen die Risiken für körperliche Folgeerkrankungen (Krebs, Bluthochdruck, Leberschäden usw.), aber auch für psychische Erkrankungen. Konkret sind z.B. in 0.5 Liter Bier bzw. 0.2 Liter Wein etwa 20g reiner Alkohol enthalten. Es werden in diesem Kontext auch mindestens zwei alkoholfreie Tage in der Woche empfohlen. Bei Jugendlichen gilt, da sie noch in der körperlichen Entwicklung sind: Je weniger, desto besser!

Übermäßiger Alkoholkonsum ist in Krisensituationen keine Hilfe, sondern schwächt – auch das eigene Immunsystem, das wir für die Widerstandskraft gegen Viren dringend brauchen. Krisen ressourcenorientiert auch als Chance sehen zu können, lösungsorientiert Handlungsalternativen zu finden, kreativ zu werden und Neues zu lernen, stärkt uns und lässt uns nach vorne blicken! Bleiben Sie gesund!

CHRISTINA SCHADT
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

1 Anton-Proksch-Institut Wien, Dr. Alfred Uhl

HaLT reaktiv – Frühintervention für junge Menschen mit riskantem Substanzmittelkonsum

HaLT

HaLT ist ein Projekt für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit riskantem Alkohol- und Mischkonsum sowie deren Familien und Peers. Das Berliner HaLT Projekt mit seinem reaktiven Baustein versorgt seit 2005 junge Menschen, die aufgrund einer akuten Alkoholintoxikation ambulant oder stationär medizinisch behandelt werden müssen direkt im Krankenhaus mit einem psycho-sozialen Beratungsangebot. Schwere Vergiftungen aufgrund von Alkohol oder anderen Substanzen werden von jungen Menschen und deren Eltern häufig als Krise erlebt. In dieser Situation begleiten die Mitarbeiter*innen von HaLT die betroffenen Familien und fördern den sogenannten teachable moment und damit die größere Aufmerksamkeit, Sensibilität und Veränderungsbereitschaft im Kontext des riskanten Substanzmittelkonsums. Das Beratungsangebot steht auch jungen Menschen ohne Klinikaufenthalt zur Verfügung.

Gruppe junger Konsument*innen mit multiplen Problemen und Sorgen wächst

Im Mittelpunkt der Intervention stehen die Aufarbeitung der Konsumsituation, Erhebung der individuellen Risiko- und Schutzfaktoren sowie die Entwicklung von alternativen, risikoärmeren Handlungs- und Konsumstrategien. Nicht selten setzten Jugendliche exzessiven Substanzmittelkonsum als Bewältigungsstrategie ein. In den letzten Jahren nahm die Gruppe derjenigen, die aufgrund von Problemen wie Mobbing, häuslicher Gewalt, suchtkranke Eltern oder Leistungsdruck etc. riskant Alkohol oder andere Substanzmittel konsumieren, deutlich zu und stellt damit die größte Konsumgruppe bei HaLT dar. Die Gruppe der 14-16-jährigen Mädchen fällt besonders auf. 75% geben hier an, aufgrund von Problemen exzessiv zu konsumieren. Viele der betroffenen jungen Menschen haben durch HaLT das erste Mal Kontakt zum Berliner Hilfesystem. Vor diesem Hintergrund scheint es sehr wichtig, die junge Klientel schnell zu erreichen und durch ihre schwierige Zeit zu begleiten. Um das zu gewährleisten, kooperiert HaLT mit 14 Berliner Kliniken, sowie mit Schulen und Einrichtungen der Jugendhilfe und Justiz.

HaLT reaktiv ist ein Kooperationsprojekt der Stiftung SPI und des Caritasverbandes für das Erzbistum Berlin e.V.

JÖRG KREUTZIGER
Projekt „HaLT reaktiv“

BILDER: JÖRG KREUTZIGER (2), FREEPIK (3)

Weltnichtrauchertag 2020: Neue Mitmach-Station klärt Jugendliche über die Risiken von Shisha-Konsum auf

Im Sommer gehen wir immer in den Park und rauchen da. Ist so ein Gemeinschaftsding.

Das gehört doch zu unserer Kultur dazu! Alle rauchen Shisha.

Ist doch eigentlich nur Wasserdampf, der süß schmeckt.

Zigaretten kann ich nicht rauchen. Die kratzen immer so im Hals. Shisha ist total angenehm.

Diese O-Töne Berliner Jugendlichen zeigen:

Die Attraktivität von Shisha-Rauchen unter Jugendlichen ist hoch. Gleichzeitig schätzen sie Shishas häufig als harmloser ein als Zigaretten.

Beim Shisha-Konsum von Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist aktuell ein Anstieg zu verzeichnen, so haben im Jahr 2018 laut Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung 24% der Jugendlichen schon einmal Shisha-Rauchen probiert, 9% haben in den letzten 30 Tagen Shisha geraucht. Unter jungen Erwachsenen haben 61% schon einmal Shisha probiert und es rauchten mit 19% doppelt so viele junge Erwachsene wie Jugendliche in den letzten 30 Tagen Shisha.

Dabei birgt Shisha-Konsum zahlreiche Risiken und es halten sich unter Jugendlichen viele Mythen, so wird z.B. immer wieder gesagt, dass in einer Shisha „ja nur Obst drin sei“ oder „dass durch das Wasser in der Shisha ja alle Schadstoffe ausgespült werden“.

Hier setzt die neue Mitmach-Station für Jugendliche „Wenn’s nach Obst schmecken soll, dann iss einen Apfel“ an, die anlässlich des Weltnichtrauchertags 2020 von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin und der BKK VBU vorgestellt wurde.

Jugendliche und ihre Meinung sind gefragt

Sie fördert bei Jugendlichen nach modernen Standards der Suchtprävention die kritische Auseinandersetzung mit dem Thema Shisha-Konsum und sensibilisiert sie für die Risiken. Mit Modulen wie „Alles cool? Vor- und Nachteile des Shisha-Rauchens“ oder „Shisha – alles andere als harmlos – Das ultimative Quiz“ werden Mythen rund ums Thema Shisha „entzaubert“ und Wissen vermittelt. Zum Abschluss werden mit dem Modul „So chill ich gerne … – Alternativen finden“ Möglichkeiten benannt, um ohne Shisha (mit Freund*innen) zusammen zu sein.

Mit einem lebensgroßen Shisha-Aufsteller auf einem orientalischen Tisch verbreitet sie Lounge-Atmosphäre – ein echter Hingucker im Klassenraum oder Jugendclub!

Die Shisha-Mitmach-Station kann an Schulen und in der Jugendarbeit, aber auch auf größeren Präventions-Events wie den JugendFilmTagen flexibel eingesetzt werden.

Als Ergänzung bieten sich weitere Angebote aus dem Portfolio der Fachstelle an, etwa das Shisha-Thesenspiel, erhältlich unter: *www.tinyurl.com/yalzb9gb*.

Die Mitmach-Station „Wenn’s nach Obst schmecken soll, dann iss einen Apfel“ kann ab sofort für Präventionsaktivitäten in der Fachstelle für Suchtprävention Berlin geliehen werden – weitere Informationen finden Sie unter *www.berlin-suchtpraevention.de*

CHRISTINA SCHADT UND SARAH SCHULTE
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Rauchstopp-Navigator: In wenigen Schritten zur persönlichen Entwöhnungsstrategie

Rund ein Viertel der Menschen in Deutschland raucht. Und viele von ihnen wollen diese Angewohnheit für immer hinter sich lassen. Die Stiftung Gesundheitswissen hat vor diesem Hintergrund mit einem interdisziplinären Team evidenzbasierte Informationen zur Rauchentwöhnung entwickelt. Ziel war es, der Diversität der Zielgruppen Rechnung zu tragen. Das von der Stiftung aufgebaute multimediale Angebot aus Animationsfilmen, interaktiven Instrumenten, Erfahrungsberichten und laienverständlichen Texten ermöglicht verschiedene Zugänge zum Thema, je nach Rezeptionsverhalten. Neu ist auch der interaktive Rauchstopp-Navigator, der angehenden Nichtrauchern eine persönliche Entwöhnungsstrategie mit an die Hand gibt.

Der Rauchstopp-Navigator: Welche Entwöhnungsstrategie passt zu mir?

Der Rauchstopp-Navigator setzt bei der individuellen Situation und Motivation des Nutzers an und informiert über die mögliche Rauchentwöhnungsmaßnahme, die am besten zu ihm passen könnte. Von Nikotinersatz, Psychotherapie bis Medikamente und E-Zigarette werden unterschiedliche Optionen erläutert.

Das Angebot basiert auf der S3-Leitlinie „Screening, Diagnostik und Behandlung des schädlichen und abhängigen Tabakkonsums“. Bei der Entwicklung des interaktiven Navigators wurde die Stiftung Gesundheitswissen von der Psychologin und Tabakentwöhnerin Dr. Karin Vitzthum unterstützt, die das Institut für Tabakentwöhnung und Raucherprävention am Vivantes-Klinikum Berlin-Neukölln leitet.

Zum Rauchstopp-Navigator: *www.stiftung-gesundheitswissen.de/wissen/rauchentwoehnung/rauchstopp-navigator*

Der Rauchstopp-Navigator ist Bestandteil einer neuen Gesundheitsinformation der Stiftung Gesundheitswissen zur Suchtprävention. Sie ist eine von vielen evidenzbasierten Informationen rund um Präventions- und Gesundheitsthemen auf dem Portal der Stiftung. Die neue Gesundheitsinformation klärt nicht nur über Hintergründe des Tabakentzugs auf und zeigt, was Studien über den Nutzen und Schaden von Rauchentwöhnungs-Maßnahmen sagen, sondern gibt auch praktische Tipps, wie man einen Rauchstopp am besten plant und Rückfälle vermeidet.

DR. MED RALF SUHR
Vorstandsvorsitzender der Stiftung Gesundheitswissen

QUALITÄT IN DER SUCHTPRÄVENTION

Zertifikatskurs „Fachkraft Suchtprävention“ jetzt mit Webinar-Anteilen

Als der Zertifikatskurs „Fachkraft Suchtprävention im Kontext Schule/Jugendarbeit“ in Zusammenarbeit der ASH Berlin im Februar 2020 startete, konnte das erste Modul als Präsenzveranstaltung stattfinden. Im Zuge der Corona-Krise, die seit März dazu führte, dass Kontakt- und Begegnungsbeschränkungen erlassen wurden, haben die Hochschulen festgelegt, dass bis Ende August 2020 keine Präsenzveranstaltungen stattfinden können.

Diese Herausforderung führte dazu, dass die Fachstelle für Suchtprävention Berlin gemeinsam mit der ASH Berlin das Lehr-Lernkonzept des Zertifikatskurses Suchtprävention so umgestaltet hat, dass die Module im Mai und Juni 2020 erstmals als Webinare stattfinden. Die Standards der Suchtprävention, dass interaktive Methoden zum Einsatz kommen, werden auch hier gewährleistet und mit Tools aus u.a. dem Programm Mentimeter gestaltet.

Sowohl für die Seminarleitung als auch für die Teilnehmenden ist es eine spannende Herausforderung und Chance, sich auf neuen (technischen) Wegen mit verschiedenen Facetten von Suchtprävention auseinander zu setzen und gemeinsam, trotz räumlicher Entfernung, zu diskutieren, Fragen zu besprechen, Empfehlungen zu geben und Themen zu vertiefen. Durch kontinuierliche begleitende Evaluation des Kurses wird auch und besonders mit den aktuellen Herausforderungen sichergestellt, dass die Ziele des Kurses erreicht werden. Der erste Webinar-Block im Mai 2020 zeigte, dass der Kurs sich auch im digitalen Format erfolgreich fortführen lässt – die Teilnehmenden waren alle hoch zufrieden und besonders die Methodenvielfalt trotz räumlicher Distanz und dass die Trainer*innen kontinuierlich die Bedarfe der Teilnehmenden einbeziehen, wurde geschätzt.

Bei Interesse am Zertifikatskurs „Fachkraft Suchtprävention“ finden Sie auf unserer Webseite *www.berlin-suchtpraevention.de* weitere Informationen. In Kürze erscheint dazu auch die Ausschreibung für den Zertifikatskurs für das Jahr 2021.

CHRISTINA SCHADT
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Synthetische Cannabinoide in Cannabisprodukten – Vorsicht ist geboten!

Synthetische Cannabinoide gibt es nicht nur im Internet als sog. „Legal Highs“-Produkte. Auch auf dem Schwarzmarkt werden Cannabisprodukte verkauft, die mit synthetischen Cannabinoiden behandelt wurden. Mit großen Risiken für die Konsument*innen.

Nicht abschätzbare Nebenwirkungen

Bei synthetischen Cannabinoiden handelt es sich um künstliche Substanzen, welche eine ähnlich berauschende Wirkung wie THC (das im natürlichen Hanf enthaltene Tetrahydrocannabinol) entfalten. Verschiedene seriöse Quellen berichten, dass im illegalen Handel z.B. Haschisch (also Cannabis-Harz), mit synthetischen Cannabinoiden behandelt, verkauft wird. Synthetische Cannabinoide können um ein Vielfaches stärker sein als pflanzliches Cannabis. Besonders problematisch sind die unbekannte Zusammensetzung und Dosierung. Damit steigt die Gefahr von Überdosierungen.

Künstliche Cannabinoide können bereits in geringen Dosen schwere gesundheitliche Nebenwirkungen verursachen, wie Krampfanfälle, Bewusstlosigkeit, Panikattacken, Blackouts, starkes Erbrechen – selbst Todesfälle sind bekannt. Ein Gegenmittel existiert nicht, was eine medizinische Behandlung erschwert. Gefährlich ist zudem, dass Konsumierende von einer Cannabiswirkung ausgehen und nicht mit diesen Nebenwirkungen rechnen.

Durch dieses aktuell bekannte Risiko von zugesetzten Cannabinoiden ist von Cannabis aus unbekannter Produktion abzuraten.

Möchten Sie mehr erfahren?

Weitere Informationen finden Sie z.B. bei der Suchtfachstelle Zürich unter: *www.tinyurl.com/ycm8ol8y* oder bei drugcom.de unter: *www.tinyurl.com/y99kb6gp*

TINA HOFMANN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

BILDER: HQUALITY/FOTOLIA, AALTAZAR/ISTOCKPHOTO.COM

Digitale Elternabende zu Cannabisprävention erfolgreich gestartet

In Berlin ist der Cannabiskonsum verbreitet – auch unter Jugendlichen. Viele Eltern fragen sich: Ist Cannabis harmlos oder gefährlich und kann man davon abhängig werden? Wie kann ich mich verhalten, wenn ich erfahre, dass mein Kind Cannabis konsumiert? Was tun, wenn sich das Kind aufgrund des Konsums verändert? Vielleicht die schulischen Leistungen nachlassen?

Eltern stärken

Das Elternseminar Cannabis, welches regelmäßig in der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin durchgeführt wird, gibt Antworten auf diese Fragen, stärkt das Wissen über Wirkung und Gefahren von Cannabis und gibt Gelegenheit zum Austausch mit anderen Eltern.

Durch die Situation rund um das Corona-Virus war es nicht möglich das für Ende April geplante Elternseminar Cannabis vor Ort durchzuführen. Deshalb haben wir einen digitalen Elternabend entwickelt – für Eltern aus Berlin, die sich informieren möchten oder wissen wollen, wie sie mit dem Thema Cannabis in der Erziehung am besten umgehen.

Große Nachfrage

Die Nachfrage nach dem digitalen Format war groß, sodass dieser zweimal durchgeführt werden konnte. Birgit Spohr, Beraterin und Psychotherapeutin, mit langjähriger Erfahrung in der Begleitung und Unterstützung von Eltern, hat fachliche Informationen praxisnah vermittelt. Dazwischen konnten die teilnehmenden Eltern per Chat Fragen stellen. Die Veranstaltung wurde nicht aufgezeichnet und in der Runde Anonymität gewährleistet, was sehr geschätzt wurde.

Die Rückmeldungen waren sehr positiv, das Interesse an weiteren Elternabenden groß, sodass das Angebot weitergeführt wird. Der nächste Online-Elternabend Cannabis findet am Montag, 19. Oktober 2020 statt. Interessierte Eltern können sich ab sofort per Mail an *info@berlin-suchtpraevention.de* anmelden.

TINA HOFMANN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

BILD: XYXYYXYYYXYYX

Was hat Corona mit risflecting® zu tun?

IM GESPRÄCH:
MARTIN DWORAK

Was hat es auf sich mit der oft benannten Rausch- und Risikobalance, die eine wichtige Fähigkeit für Jugendliche auf dem Weg zum Erwachsenwerden darstellt? Und wie kann das pädagogische Handlungsmodell risflecting® gerade in Krisenzeiten hilfreich sein? Die Corona-Zeit ermöglicht, den Blick auf alltägliche Dinge zu verändern und vielleicht auch zu schärfen. Was Corona mit risflecting® zu tun hat, dazu haben wir ein Telefoninterview mit Martin Dworak aus Österreich geführt.

Martin Dworak ist Sozialarbeiter und Referent, seit 2009 ist er Mitglied des risflecting®-Pools mit Schwerpunkt auf Rausch und Risiko in Bewegung und ab 2021 wird er den Studienweg risflecting® leiten.

LR: Hallo Martin. Mich würde interessieren, wie Du zu risflecting® gekommen bist?

MD: Vor nunmehr 11 Jahren habe ich angefangen, mich mit diesem Handlungsmodell zur Rausch- und Risikobalance auseinander zu setzen. Ich war in der Jugendarbeit tätig und wollte Jugendlichen Parkour-Trainings anbieten, irgendwie fehlte mir jedoch das Gerüst und der theoretische Unterbau, auch hier geht es ja immer wieder um das Einschätzen und den Umgang mit riskanten Situationen. Durch Zufall wurde ich für eine Diplomarbeit befragt - der andere Interviewpartner war Gerald Koller zum Thema risflecting®. Was er zu risflecting® gesagt hat, hat mich sehr inspiriert und ich habe mich für den ersten Studienweg angemeldet. risflecting® hat mich nicht mehr losgelassen und ein Stück weit auch verändert. Ich habe meinen damaligen Job gekündigt und bin auf eine lange Reise gegangen.

LR: Was ist risflecting® für Dich?

MD: risflecting® ist für mich eine Orientierungshilfe im Umgang mit Rausch und Risiko. Es geht darum, sich Risiko und riskante Situationen bewusst zu machen – diese vielleicht auch bewusst zu wählen. Das Wagnis, ein Risiko einzugehen oder einen Rausch zu erleben, wird durch Vor- und Nachbereitung, also durch Reflektion, einschätzbar und in den Alltag integriert. Außerdem können Beziehungsräume, insbesondere für Jugendliche, geschaffen werden sowie die Möglichkeit, sich über Erfahrungen auszutauschen. Wir Menschen sind miteinander verbunden, gerade jetzt, wo der persönliche Kontakt aufgrund von Corona nicht ausreichend möglich ist, bleiben die Nachwirkungen abzuwarten. Die ersten Begegnungen reichen von distanzierter Kühle zu rauschhafter Wiedersehensfreude. Da braucht es die Fähigkeit zur Balance, um einen Umgang zu finden, der menschliche Nähe verbunden mit verantwortungsvollem Handeln ermöglicht.

***risflecting® besteht aus drei Kernbotschaften**: „Break", „Relate" und „Reflect". Schon 2015 haben wir angefangen den ehemaligen Begriff „Look at your friends" erweitert zu denken. „Relate" fasst den Begriff der Freundschaft größer, es geht darum, Verantwortung für sich selbst und andere zu ermöglichen.*

Jeder Mensch hat eine Vorgeschichte und bewertet Situationen vor dem Hintergrund dieser Geschichte. So ist es z.B. für einen Seiltänzer keine Gefahr, in 10 Metern Höhe zu balancieren, er hat sich darauf vorbereitet und weiß um sein Risiko bei dieser Aktion. risflecting® regt also an, Risiko und Rausch als Teil unseres Lebens anzuerkennen, sich bewusst damit auseinanderzusetzen und die eigene Risikobereitschaft, auch im Kontext von Beziehungen zu reflektieren.

LR: Zusammenfassend und bezogen auf die aktuelle Situation heißt das doch: Für viele Menschen ist Corona eine Krise, die Sicherheiten wegfegt und die eigene Existenz bedroht – sozial, ökonomisch, gesundheitlich… In dieser ungewissen Zeit braucht es neue Möglichkeiten der Begegnung und des Austausches, um weiterhin Beziehungsräume zu ermöglichen, ohne Gefahren zu ignorieren. Als Einzelne, Gruppen und Gesellschaft sind wir herausgefordert, mündig mit Risiko – dazu kann der risflecting® Ansatz auch in Berlin einen wichtigen Beitrag leisten.

Martin, ich dank dir für das wertvolle Gespräch, wir wünschen dir und deiner Familie alles Gute und bleibt gesund!

DAS INTERVIEW FÜHRTE LYDIA RÖMER
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Was versteht man unter risflecting®?

risflecting®

Der risflecting®-Ansatz ist ein Beitrag zur risikointegrativen Prävention und verbindet die Nutzbarmachung dieser Erfahrungen für die Alltags- und Lebensgestaltung mit einer offenen Kommunikation.

Dialoggruppen sind nicht Problemkonsument*innen von Substanzen und Missbraucher*innen und nicht Personen und Gruppen mit exzessivem Risikoverhalten. risflecting® zielt vielmehr auf jene große Gruppe von Personen ab, die Risikosituationen unbewusst eingehen und Rauscherfahrungen konsumieren.

risflecting® ist ein pädagogisches Programm, das folgende Entwicklungsschritte befördert:

- Integration von Rausch- und Risikoerfahrungen auf persönlicher, sozialer und gesellschaftlicher Ebene
- Nutzbarmachung dieser Erfahrungen für die Alltags- und Lebensgestaltung
- Übernahme von Verantwortung für außeralltägliches Verhalten durch Rausch und Risikobalance. Dies meint insbesondere die Vor- und Nachbereitung solcher Erfahrungen durch die bewusste Wahrnehmung und Gestaltung von Set (innerer Bereitschaft) und Setting (äußerem Umfeld)

KAMPAGNENFLYER

BILD: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

Aufmerksamkeit der Eltern ist wertvoll – nicht nur für Kinder

Die Kampagne „Heute schon mit Ihrem Kind gesprochen?“ zeigt auf Plakaten und Postkarten Erwachsene, die statt mit ihrem Kind zu interagieren, auf ihre Smartphones schauen. Dem Betrachter ist schnell klar, was hier fehlt: Aufmerksamkeit für das Kind.

Aufmerksamkeit ist eine wertvolle und auch limitierte Ressource

Wir wissen mittlerweile, dass Multitasking nicht gut funktioniert. Ich kann entweder eine Sache richtig gut machen oder mehrere eher mäßig. Dabei kommt es wahrscheinlich darauf an, wie viel Aufmerksamkeit von mir gefordert wird. Wenn ich zum Beispiel eine bekannte Strecke mit dem Auto fahre, kann ich mich hervorragend mit meinem Beifahrer unterhalten. Suche ich allerdings nach einer Parklücke und finde dann eine, die eher eng ist, muss ich mich sehr konzentrieren und schalte sogar das Radio aus.

Wie verhält es sich mit Kinderbetreuung und der parallelen Nutzung von digitalen Anwendungen?

Vor allem kostenfreie digitale Anwendungen sind an der Aufmerksamkeit des Nutzers interessiert. „Immer stärker entwickelt sich die Internetökonomie zu einer Aufmerksamkeitsökonomie. Nicht der Content ist die rare Ware, für die bezahlt wird. Es ist die Aufmerksamkeit des Verbrauchers, die wirklich rar ist – und für die bezahlt werden wird.“[1] Dabei ist den Machern durchaus klar, welche Apps im Vorteil sind – nämlich die, die als sehr persönlich wahrgenommen werden und deren Inhalte aus dem eigenen sozialen Umfeld kommen.[2] Hierunter fallen Anwendungen wie WhatsApp, Instagram, Facebook und YouTube – deren Geschäftsmodelle auf Werbeanzeigen beruhen.

Bindungspotentiale des Internets

Erfolgreiche neue elektronische Medien achten auf sogenanntes „Triple-A-Engine“: ständigen und leichten Zugang („accessibility“), preiswerte und zeitsparende Nutzungsmöglichkeiten, die mit geringem Aufwand („affordability“) durch anonyme Nutzungsmöglichkeiten („anonymity“) in Anspruch genommen werden können.[3] Diesen niedrigschwelligen Zugang ermöglichen z.B. Online-Shops, Online-Games, Online-Pornographie und Online-Glücksspiel. Bei letztgenanntem kommt noch hinzu, dass häufig Willkommensboni für „Ersteinzahler“ in Aussicht gestellt werden und Spiele-Apps belohnen den täglichen Login durch Boni.[4]

Medienkompetenz von Eltern stärken

Wir alle, nicht nur Eltern, müssen Medienkompetenzen erlernen, die vor wenigen Jahren noch nicht in diesem Umfang nötig waren. Jede und jeder Einzelne ist mehr denn je gefordert, darüber zu reflektieren, wer oder was und wann Aufmerksamkeit bekommt und wer oder was in diesem Moment eben nicht. In der Zeit, in der ich mit meinem Kind zu Hause bin, empfiehlt es sich z.B. festzulegen, wann gemeinsam gespielt, erzählt, gekocht usw. wird (Stichwort Quality Time) und wann für Online-Banking, Chat mit Freunden, Shopping etc. Zeit ist.

Unsere Kampagne „Heute schon mit ihrem Kind gesprochen?“ hat in Berlin insbesondere aus dem Kitabereich bereits viel positive Resonanz erhalten. Die Fachstelle für Suchtprävention arbeitet gemeinsam mit der Landeskoordinierungs- und Servicestelle Frühe Hilfen in der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend, Familie weiter an dem Thema. Zudem bieten wir gemeinsam mit dem Sozialpädagogischen Fortbildungsinstitut Berlin Brandenburg (SFBB) eine Fortbildung für Erzieher*innen an und bringen in diesem Jahr ein Informationsblatt zu dem Thema heraus. Auch in den Bezirken arbeiten Fachkräfte aus dem Bereich Frühe Hilfen an dem Thema, haben Fachtage durchgeführt und beraten jetzt über Maßnahmen, Anleitungen und Hilfestellungen, die Eltern dabei unterstützen, mit ihren Kindern in Kontakt zu sein und kompetentes Medienverhalten vorzuleben.

KATRIN PETERMANN

Fachstelle für Suchtprävention Berlin

1 Graf, J., (2019) „Aufmerksamkeitsökonomie und Bewegtbild“ in YouTube und seine Kinder. Baden-Baden: Nomos Verlag S. 44.
2 Vgl. ebd. S. 45
3 Vgl. Evers-Wölk, M., Opielka, M. (2016). Neue elektronische Medien und Suchtverhalten. Hrsg: Das Büro für Technikfolgen-Abschätzung beim Deutschen Bundestag (TAB) S. 9.
4 Vgl. ebd. S. 17.

BILD: ISTOCK/FILADENDRON

Die Ergebnisse der Online-Befragung zum Thema Mediennutzung zu Krisenzeiten

Das Corona-Virus hat den Familienalltag ganz schön auf den Kopf gestellt: die gesamte Familie verbringt viel Zeit in den vier Wänden. Viele Eltern arbeiten im Homeoffice, der Gang zur Schule fällt weg, Kitas haben geschlossen und lieb gewonnene Aktivitäten sind eingeschränkt oder nicht möglich. Trotzdem wollen Kinder beschäftigt werden, was besonders Eltern vor eine große Herausforderung stellt. Das kann zu Anspannungen, Stress und Konflikten führen. Gleichzeitig wird die Zeit vermehrt mit der Nutzung digitaler Medien und Online-Spielen gefüllt. Welche Spiele sind gerade aktuell? Welche Regeln gelten zu Hause? Was wünschen sich Eltern als Unterstützung bspw. von der Fachstelle für Suchtprävention?

Im Rahmen von #Prävention Digital hat die Fachstelle für Suchtprävention eine Online Befragung unter Berliner Eltern durchgeführt, die Antworten auf diese oben genannten Fragen gibt. Die Umfrage ist nicht repräsentativ, jedoch ermöglicht sie es, einen Einblick in den Umgang mit digitalen Medien im Familienalltag zu gewinnen. Erkenntnisse aus der Befragung, aber auch aus Elternkursen, helfen zukunftsorientiert suchtpräventive Angebote bedarfsgerecht weiter auszubauen. Die Befragung lief über einen Zeitraum von über zwei Monaten (März–Mai 2020), insgesamt 116 Eltern haben teilgenommen.

Vermehrte Nutzung digitaler Medien in der Zeit von Corona

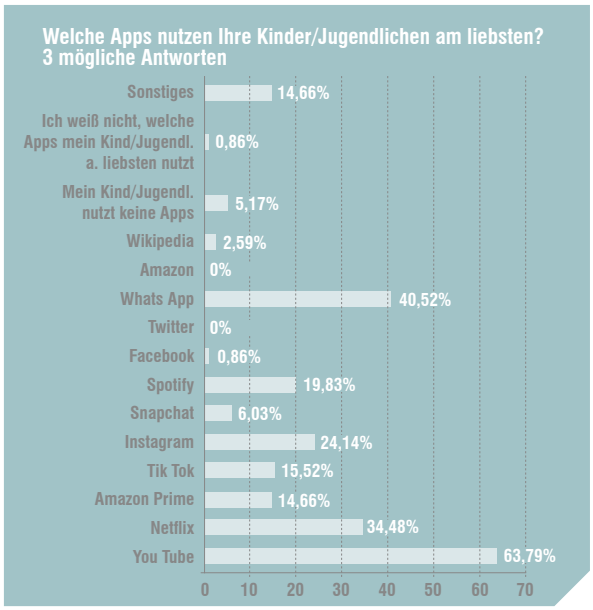
Knapp 85% der befragten Eltern haben angegeben, dass sie eine verstärkte Nutzung digitaler Medien bei ihren Kindern seit Beginn der Corona-Situation beobachten. In Anbetracht der Digitalisierung des Unterrichts und der „neuen“ Freizeit erscheint das Ergebnis kaum überraschend und verdeutlicht hier den hohen Stellenwert digitaler Medien – auch oder vor allem in Krisenzeiten. Dies bringt auch Probleme mit sich: 67% gaben an, dass seit der Krise mehr Diskussionen bzgl. der Nutzung digitaler Medien zu Hause auftreten.

Der Spitzenreiter aus der Welt der Apps ist laut Angaben der Eltern „Youtube“ mit über 64%. WhatsApp (41%) und Netflix (34%) folgen dem großen Videoanbieter. Bei den Spielen machen Minecraft (27%) und Fortnite (24%) mit jeweils knapp einem Viertel die große Mehrheit aus. Gleichzeitig hat ein Viertel der Befragten angeben, dass ihre (jugendlichen) Kinder keine Online-Spiele spielen.

Regeln im Umgang mit digitalen Medien zu Hause

In der Frage danach, welche Regeln es im Umgang mit digitalen Medien zu Hause gibt, stechen vor allem klar definierte Nutzungszeiten und eine vereinbarte Nutzungsdauer heraus. In der Umsetzung der Regeln teilen sich die Antworten auf: die eine Hälfte der befragten Eltern fällt es leicht bzw. eher leicht und der anderen Hälfte fällt es schwer bzw. eher schwer.

Bei der Nachfrage, was Eltern gut gebrauchen könnten, um für die Nutzung digitaler Medien ihrer Kinder/Jugendlichen zu Hause gut gerüstet zu sein, wurden besonders häufig die Antworten „einfache Regeln für den Alltag“ sowie „aktuelle Informationen, z.B. zu sozialen Medien und Games“ genannt.



ERGEBNISSE DER BEFRAGUNG: NACH ANGABEN DER ELTERN DIE VON IHREN KINDERN/JUGENDLICHEN AM LIEBSTEN GENUTZTE APPS

BILDER: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION, FREEPIK GRAFIKEN: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION (2)

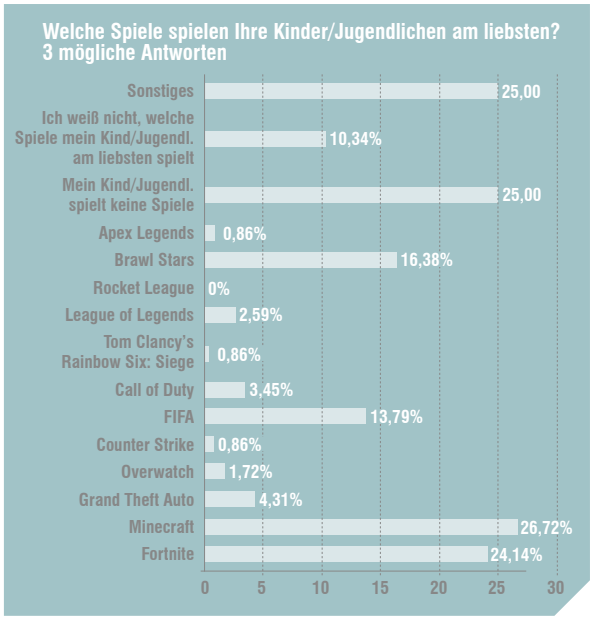
Neue Kurzinformation für Eltern zum Thema digitale Medien

Aus der Befragung geht deutlich hervor, dass die Krise eine zusätzliche Herausforderung im Umgang mit Medien zu Hause mit sich gebracht hat. Gleichzeitig ist zu erwähnen, dass digitale Medien in der aktuellen Situation auch Spaß und Entlastung bedeuten können. Demnach ist es vor allem in der Ausnahmesituation wichtig, eine Balance zu finden und zusammen mit den Kindern Regeln zu vereinbaren, die der neuen Situation angepasst sind und gleichzeitig einen verantwortungsvollen Umgang mitbringen. Um auch Eltern in dieser Zeit zu unterstützen, hat die Fachstelle für Suchtpräventionen die wichtigsten Empfehlungen für Eltern im Umgang mit digitalen Medien in der Familie in einem kurzen Vortrag zusammengefasst. Dort finden sich auch hilfreiche Links zu aktuellen Informationen rund um Spiele und Social Media.

Den Vortrag finden Sie unter: *www.tinyurl.com/y8cnaho2*

Des Weiteren besteht für interessierte Eltern die Möglichkeit an einer Online-Elternveranstaltung zum Umgang mit digitalen Medien in der Familie oder einem digitalen Elternaustausch teilzunehmen.

Mehr Infos finden Sie unter: *www.tinyurl.com/ycd994hx*



ERGEBNISSE DER BEFRAGUNG: NACH ANGABEN DER ELTERN DIE VON IHREN KINDERN/JUGENDLICHEN AM LIEBSTEN GENUTZTE SPIELE

ANGELA SCHMIDT
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

INTERAKTIVE SUCHTPRÄVENTION

NEU: Methode „Lebenspläne, Ziele, Wünsche“ aus dem Berliner Präventionsparcours Cannabis jetzt einzeln erhältlich

DIE BELIEBTE INTERAKTIVE METHODE „LEBENSPLÄNE, ZIELE, WÜNSCHE“ JETZT EINZELN ZU ERWERBEN ODER AUSLEIHBAR

BILDER: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

In den Schulungen zum Berliner Präventionsparcours Cannabis wurde vor allem von Lehrkräften häufig der Wunsch geäußert, die Station „Lebenspläne, Ziele, Wünsche“ zur Biographiearbeit extra ausleihen zu können, um sich in 1 – 2 Stunden intensiv mit den Schüler*innen zu Lebenskompetenzen, Lebensplänen und eigenen Werten auseinandersetzen zu können.

Die interaktive Methode „Lebenspläne, Ziele, Wünsche“ eignet sich für Schüler*innen und/oder Jugendgruppen ab 13 Jahren und ermöglicht pädagogischen Fachkräften, mit Jugendlichen zu diesen Themen ins Gespräch zu kommen.

Ziel ist es, dass die Jugendlichen …

- sich mit persönlichen Zielen auseinandersetzen.
- Wünsche an die Zukunft ergründen.
- sich eigener Wertevorstellungen bewusst werden.
- sich mit (ihrem eigenen) Konsumverhalten auseinandersetzen.
- Bewältigungsstrategien entwickeln.
- den geschlechtersensiblen Diskurs zu binären Rollenbildern kennenlernen bzw. diskutieren.

In drei Lebensphasen (15, 25 und 35 Jahre) werden Lebenswege der Charaktere Hannah und Radek skizziert. Die Jugendlichen setzen sich mit weichenstellenden Ereignissen im Leben auseinander, diskutieren, welche Herausforderungen Umbrüche im Leben darstellen, welche Rolle Suchtmittelkonsum spielen kann und sie werden durch den Blick auf die verschiedenen Lebensphasen darin bestärkt, ihr Leben selbst „in die Hand zu nehmen“ und zu gestalten.

Die interaktive Methode „Lebenspläne, Ziele, Wünsche“ ist nun im Bestellportal für eine Schutzgebühr von 5,00 € zu erwerben oder kostenfrei in der Fachstelle für Suchtprävention Berlin auszuleihen.

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.berlin-suchtpraevention.de/bestellportal

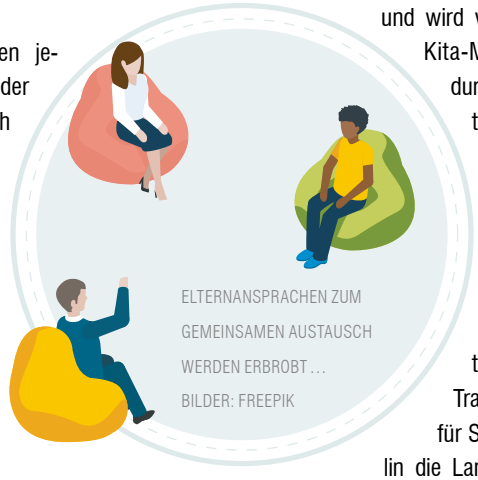
Wir danken der BKK VBU sehr herzlich für ihre Unterstützung der Berliner Cannabisprävention – durch diese Förderung war die gesonderte Produktion der Methode „Lebenspläne, Ziele, Wünsche“ erst möglich!

LYDIA RÖMER
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Kita-MOVE: Motivierende Gesprächsführung mit Eltern – Ein Schulungsprogramm für Fachkräfte aus dem Elementarbereich und den Frühen Hilfen

Kinder verbringen heutzutage einen großen Teil ihrer Zeit in Betreuungsinstitutionen und die dortigen Fachkräfte stellen einen Teil der Lebenswelt der Kinder dar. Fachkräfte und Eltern wollen natürlich das Beste für das Kind. Die Meinungen, wie dies konkret aussieht, können jedoch durchaus voneinander abweichen und die wichtige Erziehungspartnerschaft erschweren. Elterngespräche fallen daher nicht immer leicht, gerade wenn es um persönliche oder schwierige Themen geht.

Manche Eltern benötigen jedoch Unterstützung bei der Erziehung und fühlen sich belastet. Immer wieder erleben Fachkräfte in Kindertagesstätten, Familienzentren und den Frühen Hilfen Eltern im Kontakt als entmutigt oder frustriert, wobei sich diese Überforderung manchmal in einer scheinbar gedankenlosen oder unmotivierten Haltung zu zeigen scheint. Unterstützungsangebote für Eltern werden zwar vielfältig angeboten, aber nicht von allen Eltern angenommen.



ELTERNANSPRACHEN ZUM GEMEINSAMEN AUSTAUSCH WERDEN ERBROBT … BILDER: FREEPIK

Kita-MOVE bietet einen professionellen Ansatz für Fachkräfte im Elementarbereich, um gezielt bisher schwer erreichbare und scheinbar „unmotivierte“ Eltern anzusprechen, bereits mit kurzen Interventionen in Kontakt zu kommen und für Veränderung zu motivieren. Die Fortbildung ermutigt Fachkräfte, kurze „Tür- und Angelkontakte“ sowie spezifische Gesprächsanlässe zielgerichtet, gelassen und kompetent zu nutzen. Kita-MOVE versteht sich als das „Angebot vor dem Angebot“ – Eltern frühzeitig erreichen, in Veränderungsprozessen begleiten und wenn nötig in weiterführende Angebote vermitteln.

Das Schulungsprogramm basiert auf den Grundlagen der Motivierenden Gesprächsführung sowie Modellen der Verhaltensänderung. Es besteht aus 12 Bausteinen à 90 Minuten (3 Schulungstage) und wird von zwei zertifizierten Kita-MOVE-Trainer*innen durchgeführt. Neben der Vermittlung theoretischer Grundlagen bietet es viel Platz zum aktiven Erproben der Elternansprache und zum gemeinsamen Austausch.

Kita-MOVE, konzipiert von der ginko-Stiftung für Prävention, wird auch seit vielen Jahren in Berlin angeboten und von ausgebildeten Kita-MOVE-Trainer*innen durchgeführt. Die Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH ist für Berlin die Landeskoordination im bundesweiten Kita-MOVE-Netzwerk und bietet jährlich Schulungen an – sowohl als ausgeschriebene Schulung als auch als Inhouse-Veranstaltung.

Interesse geweckt?

Sollten Sie Interesse am Programm Kita-MOVE haben – entweder, weil Sie an einer Schulung teilnehmen, für Ihre Kita eine Schulung buchen oder sich selbst zur Kita-MOVE-Trainer*in ausbilden lassen möchten, wenden Sie sich gerne per E-Mail an: *rudolf@berlin-suchtpraevention.de*.

Weitere Informationen: *www.kita-move.de*

FRAUKE SONNENBERG
ginko – Stiftung für Prävention

MARIANA RUDOLF
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Das sagten unsere Teilnehmer*innen in der anonymen Evaluation auf die Frage: „Werden Sie die Fortbildung weiterempfehlen?“

ja, weil es für die Elternarbeit wichtige Impulse setzt und mich auch persönlich weiter bringt (eigene Haltung).

ja, weil man mit einem guten und selbstbewussteren Gefühl das Seminar verlässt und definitiv besseren Umgang mit Elterngesprächen bekommt.

ja, weil es in Punkto Gesprächsführung weiterbringt bzw. Dinge wieder ins Gedächtnis ruft egal wie lange man im Job ist, das Thema ins Bewusstsein zu rufen ist richtig und wichtig!

Sucht und andere Belastungen in der Familie – in Zeiten von Corona erst recht ein Thema!

Weitblick 3D

Wie wirkt sich die aktuelle Corona-Situation auf Kinder aus suchtbelasteten Familien aus? Was können Betroffene oder das Umfeld tun?

Über Sucht und andere Belastungen in der Familie wird wenig gesprochen. Betroffene Eltern und ihre Kinder verheimlichen oft die schwierige Situation – aus Angst, Schuld- oder Schamgefühlen. Dabei wäre es wichtig, dieses gesellschaftliche Tabu zu brechen und Betroffene zu unterstützen. Denn Sucht und andere psychische Belastungen in der Familie kommen häufiger vor, als man denkt. Sie erhöhen das Risiko für das Kind, selbst eine Sucht- oder psychische Krankheit zu entwickeln.

Die Situation rund um das Corona-Virus stellt Familien vor große Herausforderungen. Die Kinder sind öfters zuhause, suchen Beschäftigungen und müssen unterrichtet werden. Familien, in denen es Sucht- und andere Probleme gibt, kommt diese zusätzliche Belastung zum ohnehin schon angespannten Alltag hinzu. Die Situation ist für alle schwer – für Eltern, Kinder und andere Verwandte.

Was kann ein Kind tun, wenn es darunter leidet, wenn der Vater oder die Mutter zu viel Alkohol trinkt oder andere Drogen nimmt? Oder wenn jemand in der Familie spiel- oder tablettenabhängig ist? Wichtig ist, sich zu trauen Unterstützung zu holen und anzunehmen.

Tipps … für Kinder:

- **Darüber sprechen.** Sei es mit einer erwachsenen Vertrauensperson aus dem persönlichen Umfeld oder mit einer Fachperson. Schon eine einzige, nicht süchtige erwachsene Bezugsperson kann ausreichen, die schwierige und belastende Situation besser zu meistern – durch Verständnis, Fürsorge und eine stabile Beziehung.
- **Sich nicht die Schuld geben.** Kinder geben vielleicht sogar sich die Schuld an der belastenden Situation. Für sie ist wichtig zu wissen: Abhängigkeit ist eine Krankheit. Daran sind sie nicht schuld.

… für Betroffene:

- **Unterstützung holen.** Für den Umgang mit Belastungen im Erziehungsalltag oder zur Auseinandersetzung mit risikohaften Konsummustern.

… für Angehörige, das Umfeld und Fachkräfte:

- **Auf das eigene Gefühl verlassen.** Meistens merkt man, wenn etwas nicht stimmt. Dabei sollte man auf sein Gefühl vertrauen und seiner Sorge Ausdruck verleihen, bspw. indem diese – ohne zu verurteilen – ausgesprochen wird.

Hilfreich ist oft auch zu hören oder zu lesen, wie andere Betroffene und Kinder aus belasteten Familien mit der schwierigen Situation umgehen, wie sie es geschafft haben, es anzusprechen bzw. sich zu helfen und Unterstützung zu nutzen.

Unter diesen Links sind Erfahrungsberichte aus der Perspektive von Eltern und Jugendlichen zu finden:

- „Wie erlebt mein Kind die Situation“: *www.tinyurl.com/y8ap4vms*
- „Mit meinem Kind darüber sprechen“: *www.tinyurl.com/ybrn6cnq*
- „Sprich darüber“ (für Jugendliche): *www.tinyurl.com/ybml2nf2*

Es gibt zahlreiche Unterstützungsangebote für Kinder, Eltern und Angehörige suchtbelasteter Familien – eine Übersicht finden Sie hier: *www.tinyurl.com/y99kb6gp*

Nutzen Sie auch den neuen Online-Chat für Jugendliche, Eltern und Fachkräfte unter:
www.berlin-suchtpraevention.de/online-beratung/

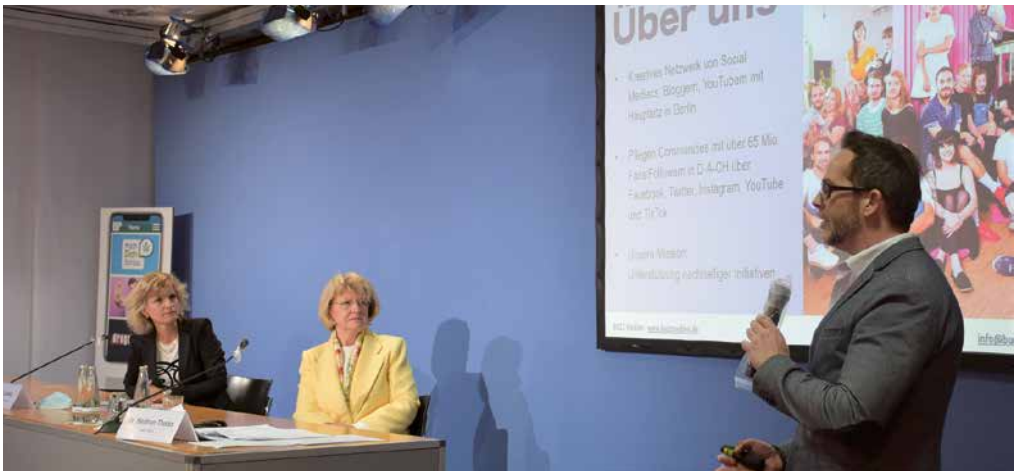
TINA HOFMANN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Suchtpräventiver Theaterworkshop für Jugendliche

Nach der erfolgreichen Durchführung des ersten theaterpädagogischen Workshops im letzten Jahr *(siehe auch Themenheft Nr. 56)* haben wir Anfang Juni nun den zweiten Workshop durchgeführt. Angesichts der aktuellen Situation fand er als Corona-Edition statt: d.h. im Freien und unter Einhaltung der Abstandsregeln. Die Jugendlichen schätzten sehr, in kleiner Runde gemeinsam kreativ zu werden und in die Welt des Theaters abtauchen zu können. Ziel der Workshops ist es, Jugendliche mit Belastungen in der Familie oder im Umfeld, wie z.B. eine Suchterkrankung eines Elternteils, zu unterstützen.

INFO

BILDER: FREEPIK MIT FINANZIELLER UNTERSTÜTZUNG DER SENATSVERWALTUNG FÜR GESUNDHEIT, PFLEGE UND GLEICHSTELLUNG



VORSTELLUNG DER NEUEN KAMPAGNE BEI DER PRESSEKONFERENZ

DAS LOGO DER GEWINNERKAMPAGNE DER BERLINER AGENTUR BUZZ MEDIEN

Cannabisprävention via Social Media: Bundesweite Kampagne der Bundesdrogenbeauftragten und der BZgA gestartet!

Die Bundesdrogenbeauftragte Daniela Ludwig hat neue Wege in der Cannabisprävention angestoßen. Zusammen mit der BZgA lancierte sie den Wettbewerb „Cannabis Concept Contest“ für eine Social-Media-Präventionskampagne, die Jugendliche und jungen Erwachsene in ihren sozialen Netzwerken anspricht. In der Pressekonferenz, die am 29. Mai 2020 in der Bundespressekonferenz in Berlin stattfand, wurde der Sieger bekannt gegeben.

Digitale Cannabisprävention speziell für Jugendliche

Daten von regelmäßig durchgeführten Repräsentativbefragungen belegen, dass etwa jede*r 10. Jugendliche*r schon einmal Cannabis probiert hat und der Konsum mit 42,5% bei jungen Erwachsenen am höchsten ist, erklärte Dr. Heidrun Theiss, Leiterin der BZgA. Aus Berliner Befragungen wissen wir zudem, dass die Zahl der Konsumierenden in der Hauptstadt noch höher ist. Dass Prävention wirkt, zeigen die rückläufigen Zahlen beim Alkohol- und Tabakkonsum, so die Bundesdrogenbeauftragte Daniela Ludwig.

> *Jede*r 10. Jugendliche*r hat schon einmal Cannabis probiert hat und der Konsum mit 42.5% bei jungen Erwachsenen ist am höchsten.*
>
> DR. HEIDRUN THEISS, Leiterin der BZgA

> *Dass Prävention wirkt, zeigen die rückläufigen Zahlen beim Alkohol- und Tabakkonsum.*
>
> DANIELA LUDWIG, Bundesdrogenbeauftragte

Ziel der neuen Kampagne ist es deshalb, via Youtube, Instagram und andere sozialen Medien junge Menschen über die gesundheitlichen Risiken des Cannabiskonsum zu informieren und ihre Gesundheitskompetenz zu stärken. Ausgewählt für die Umsetzung wurde das Konzept der Agentur BUZZ Medien aus Berlin.

„Mach Dich schlau“ – Fakten statt Belehrungen

Die Kampagne will unter anderem in kurzer und knapper Form (maximal eine Minute) Cannabis-Fakten in jugendaffinen Video- und Storyformaten vermitteln. Wer mehr wissen will, wird auf die neue Informationswebsite der BZgA zu Cannabis-Fakten verwiesen (*www.cannabis-fakten.de* – nach Angabe der BZgA ab Sommer 2020 verfügbar). Grundlage der Entwicklung waren Community-Interviews mit Jugendlichen auf Instagram. 85% der Befragten haben für die Leitidee „Mach Dich Schlau“ gevotet – diese und weitere relevante Botschaften wurden zur Cannabisprävention für Jugendliche im Vorfeld mit fachlicher Unterstützung der Fachstelle für Suchtprävention Berlin entwickelt. Da die allgemeine gesellschaftliche Haltung der sog. Generation Z zu Cannabis liberaler geworden sei, führte Kay Lübbers von BUZZ Medien aus, bestehe die Herausforderung darin Fakten zu vermitteln und zum Nachdenken anzuregen – ohne erhobenen Zeigefinger. Ganz im Sinne von „Belehrt uns nicht, gebt uns Fakten“.

BUNDESDROGENBEAUFTRAGTE DANIELA LUDWIG

Die Kampagne läuft in diesem Sommer

Die Kampagne ist gestartet und wird im laufenden Arbeitsprozess auch weiterhin von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin unterstützt. Die Pressekonferenz wurde auf Youtube übertragen und kann hier angeschaut werden: *https://youtu.be/c8ioWABpVdA*

TINA HOFMANN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

BILDER: J. GRABOW (3), BZGA

„Ich mache bestimmt alles falsch!“ – in der Pubertät ist Handlungssicherheit gefragt

Wenn das Computerspiel wichtiger ist als die Hausaufgaben, wenn auf der Klassenfahrt gekifft wurde, wenn zu Hause die Türen geknallt werden … Wenn (Allein-) Erziehende nicht mehr weiterwissen, brauchen sie Unterstützung – niederschwellig, zeitnah, kompetent. Das Angebot „Raus aus der Grauzone“ der Fachstelle bietet Unterstützung zu Themen zwischen Erziehungs- und Suchtberatung.

Viele Eltern und Fachkräfte profitieren schon davon, wenn sie einmal mit Experten reflektieren können, ob die Situation zu Hause entwicklungsgerecht ist und welche Strategien sie zusätzlich noch anwenden können.

Schwierige Zeiten treten häufig auf, wenn Kinder in die Pubertät kommen. Zur Pubertätskrise gehören u. a. das Austesten von Grenzen, Regeln in Frage zu stellen, Erfahrungen mit Suchtmitteln zu sammeln, oft auch ausgeprägte Mediennutzung (Handy, soziale Netzwerke, Computer/Konsole), Identitätssuche, Liebeskummer oder auch Abgrenzung von den Eltern. In keiner anderen Altersgruppe kommen so häufig Suizidgedanken und Essstörungen vor, was ebenso für die erhöhte psychische Belastung in dieser Entwicklungsphase spricht.

„Raus aus der Grauzone“ verfolgt das Ziel, der Gefahr einer Chronifizierung der Probleme und einer Überforderung des Umfeldes entgegen zu wirken. Je früher problematisches Verhalten unterbrochen wird, desto besser sind die Aussichten auf psychische Gesundheit.

Termine und weitere Informationen unter *kontakt@rausausdergrauzone.de* oder *www.rausausdergrauzone.de*.

KATRIN PETERMANN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Webinar „Einführung in die Suchtsensible Pflegeberatung“

Die Corona-Pandemie nahm auch Einfluss auf die Umsetzung geplanter Schulungen zur „Suchtsensiblen Pflegeberatung“ für Kundenberater*innen der AOK. In Abstimmung mit der AOK-Pflegeakademie entwickelte die Fachstelle für Suchtprävention Berlin nun das 2-stündige Webinar „Einführung in die Suchtsensible Pflegeberatung“.

Erfolgreiche und zielorientierte Umsetzung

Das Format ermöglichte uns, den Kundenberater*innen trotz Versammlungsbeschränkungen eine Fortbildung anzubieten, in der Fragen zum professionellen Umgang mit problematischem Konsum bei Pflegebedürftigen und auch pflegenden Angehörigen Raum hatten. Die vielen positiven Rückmeldungen bestätigten uns, dass das Webinar in der aktuellen Zeit eine angemessene und für die Praxis hilfreiche Variante war.

Das digitale Format ersetzt das Tagesseminar „SSPB“ inhaltlich nicht, gab den Teilnehmenden jedoch eine Einführung in das Thema „Suchtsensible Pflegeberatung“. Auf diese Weise konnten wir die Ziele der Sensibilisierung, der Betonung der Wichtigkeit von Ansprache problematischen Konsums sowie Kenntnisse des Suchthilfesystems zu vermitteln, erreichen.

Wir freuen uns, dass wir dieses Angebot in der Kürze der Zeit auf die Beine stellen konnten und danken der AOK-Pflegeakademie für die gemeinsame erfolgreiche Umsetzung.

MARC PESTOTNIK
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Suchtsensible Pflegeberatung – Broschüre aktualisiert

Die Broschüre „Suchtsensible Pflegeberatung – Suchtgefährdung erkennen und professionell intervenieren“ ermöglicht interessierten Pflegeberater*innen eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem tabuisierten und mitunter heiklen Thema Suchtgefährdung. Gleichzeitig werden Einblicke in Strategien für angemessene Interventionen vermittelt. Seit der stetig hohen Nachfrage der Erstauflage wurde sie nun durch Anke Schmidt und Dr. Katharina Graffmann-Weschke inhaltlich überarbeitet und kann jetzt als aktualisierte Print- oder PDF-Version wieder kostenfrei sowohl über die AOK Pflege Akademie, als auch über das *Bestellportal der Fachstelle für Suchtprävention Berlin* bezogen werden.

NEUAUFLAGE AB SOFORT
WIEDER ERHÄLTLICH

BILD: FACHSTELLE

NEUAUFLAGE

Webinar: Neue suchtpräventive Schulung für Personalverantwortliche und Führungskräfte

Corona ist eine große Herausforderung – für Betriebe und Unternehmen gleichermaßen wie für Angestellte. Umsatzeinbußen, Umstrukturierung, Kurz- oder Mehrarbeit, Homeoffice und simultane Kinderbetreuung können für Arbeitnehmer*innen eine Zeit existentieller Zukunftssorgen, Überforderung oder Einsamkeit bedeuten. Darauf weisen u.a. aktuell gestiegene Zahlen bei der Telefonseelsorge hin. Zusätzlich fallen entlastende und erholsame Freizeitaktivitäten sowie unterstützende Beziehungen derzeit häufig aufgrund der Kontaktbeschränkungen weg. Steigender Stress und verminderte Möglichkeiten, diesen abzubauen, erhöhen jedoch das Risiko, im riskanten Konsum von Suchtmitteln eine kurzfristige Strategie zur Entlastung zu suchen. Bereits jetzt führte die Corona-Situation beispielsweise dazu, dass vermehrt Alkohol gekauft wurde.

Dies wirft auch für Arbeitgeber*innen verschiedene Fragen im Umgang mit konsumierenden Mitarbeitenden auf:

- Welche Suchtmittel werden im betrieblichen Kontext konsumiert, wie wirken diese und woran kann ich ein problematisches Konsumverhalten erkennen?
- Welche betrieblichen Faktoren begünstigen oder verhindern problematisches Konsumverhalten?
- Welche Rolle habe ich als Personalverantwortliche*r im Umgang mit konsumierenden Mitarbeitenden und wie kann ich konstruktiv intervenieren?
- Auf welchen betriebsinternen Regelwerken und gesetzlichen Bestimmungen kann ich eine Handlungssicherheit als Personalverantwortliche*r entwickeln?

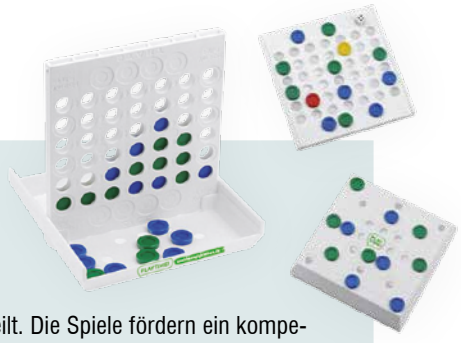
Aus zahlreichen Gesprächen mit Personalverantwortlichen wissen wir, dass diese Fragen in Corona-Zeiten eine erhöhte Dringlichkeit aufweisen. Daher haben wir als Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH ein neues digitales Schulungsformat entwickelt, das durch sein interaktives Konzept den Qualitätsstandards suchtpräventiver Seminarangebote Rechnung trägt und trotz Kontaktbeschränkungen von Betrieben und Unternehmen webbasiert genutzt werden kann. Das Webinar ist als Tagesseminar für 15 Teilnehmende konzipiert und bedarf lediglich einer stabilen Internetverbindung, eines aktiven Mikrofons und einer Kamera.

Nutzen Sie unsere Fachexpertise

Die Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH unterstützt seit 15 Jahren Unternehmen, Behörden und Institutionen dabei, angemessen mit Sucht und anderen psychischen Erkrankungen umzugehen sowie diesen vorzubeugen. Als Expert*innen für Prävention und Früherkennung von stoffgebundenen sowie von Verhaltenssüchten, fördern wir eine Kultur des Hinsehens und Handelns.

Nutzen Sie die Krise als Chance – bequem vom Homeoffice aus oder von unterwegs! Unterstützen Sie Ihre Mitarbeitenden dabei, die coronabedingten Herausforderungen gut zu bewältigen. Damit alle gesund bleiben!

JASMIN EHRHARDT
Fachstelle für Suchtprävention Berlin



Unseren besonderen Dank richten wir an dieser Stelle an die Deutsche Klassenlotterie Berlin.

Durch die finanzielle Unterstützung konnten wir verschiedene attraktive Give aways produzieren, die die Berliner Präventionsarbeit für Jugendliche und Familien unterstützen.

So wurden z.B. Frisbee-Scheiben und Familien-Reise-Spiele mit aufgedruckten Präventionsbotschaften „PLAY SAFE!“ versehen und werden im Rahmen von Präventionsprojekten und Veranstaltungen verteilt. Die Spiele fördern ein kompetentes Spielverhalten und regen Jugendliche und Familien an, gemeinsam zu spielen, sich zu bewegen und Zeit miteinander zu verbringen – sie stellen so auch eine sinnvolle Alternative zu riskantem Glücksspiel dar.

LOTTO® Berlin

DANKE!

BILDER: FREEPIK, FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

ALKOHOL

Leitfaden für Eltern „Alkohol – mit Jugendlichen darüber sprechen“
Sucht Schweiz,
Download unter: *shop.addictionsuisse.ch*

Film „Der perfekte Pegel – Eine Filmreihe über den Umgang von jungen Menschen mit Alkohol“
Medienprojekt Wuppertal e.V., weitere Infos: *www.medienprojekt-wuppertal.de*

TABAK/E-ZIGARETTEN

Infoblatt „Werbung verführt zum Rauchen – umfassendes Tabakwerbeverbot ist überfällig“
Deutsches Krebsforschungszentrum, weitere Infos: *www.dkfz.de*

Zeitschrift Kinder- und Jugendschutz „Rauchen 2.0 – (E-)Zigaretten, (E-)Shishas, Tabakerhitzer ...“
Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz e.V. (BAJ), weitere Infos: *www.kjug-zeitschrift.de*

Broschüre „Rauchfreifibel – Rauchfrei werden und bleiben“
Vivantes – Institut für Tabakentwöhnung und Raucherprävention,
Download unter: *www.vivantes.de*

CANNABIS

Leitfaden für Eltern „Cannabis mit Jugendlichen darüber sprechen“
Sucht Schweiz,
Download unter: *shop.addictionsuisse.ch*

ONLINE-MEDIEN

Studie „JIM-Studie 2019“
Basisuntersuchungen zur Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen,
Download unter: *www.mpfs.de*

Studie „Online-Erfahrungen von 9- bis 17-Jährigen – Ergebnisse der EU Kids Online-Befragung in Deutschland 2019“
Leibniz-Institut für Medienforschung,
Download unter:
www.tinyurl.com/ybfvokqy

Methodenmanual „Ethik macht Klick – Werte-Navi für das digitale Leben“
EU-Initiative Klicksafe,
Download unter: *www.klicksafe.de*

SUCHT UND FAMILIE

Broschüre „Kinder suchtkranker und psychisch kranker Eltern“
Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz e.V.,
weitere Infos: *www.bag-jugendschutz.de*

Leitfaden für Eltern „Geschwister suchtkranker Jugendlicher unterstützen“
Sucht Schweiz,
weitere Infos: *shop.addictionsuisse.ch*

ALLGEMEIN

DHS Jahrbucht Sucht 2020
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) e.V., weitere Infos: *www.dhs.de*

Informationsblatt „Faktoren, die mit dem Konsum psychoaktiver Substanzen bei Jugendlichen zusammenhängen“
Sucht Schweiz und BAG,
Download unter: *shop.addictionsuisse.ch*

Drogen- und Suchtbericht 2019
Drogenbeauftragte der Bundesregierung,
Download unter: *www.drogenbeauftragte.de*

Broschüre „Sucht|Drogen. Rat und Hilfe 2020“
Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, Download unter:
www.landesstelle-berlin.de

Studie „Eine explorative Untersuchung des Zusammenhangs zwischen dem Konsum psychoaktiver Substanzen und Merkmalen 11- bis 15-jähriger Jugendlicher in der Schweiz“
Sucht Schweiz,
Download unter: *www.suchtschweiz.ch*

Methodenbox: „Höher, schneller, weiter, mehr“
Aktivierende Drogen Hintergründe und Methoden zur Prävention,
Landesstelle Bayern e.V.,
weitere Infos: *materialien.aj-bayern.de*

Bericht „COVID-19 and drugs – Drug supply via darknet markets“
EMCDDA,
Download unter: *www.emcdda.europa.eu*

Berliner Familienbericht 2020 „Familien in der wachsenden, vielfältigen Stadt“
Berliner Beirat für Familienfragen,
Download unter: *www.familienbeirat-berlin.de*

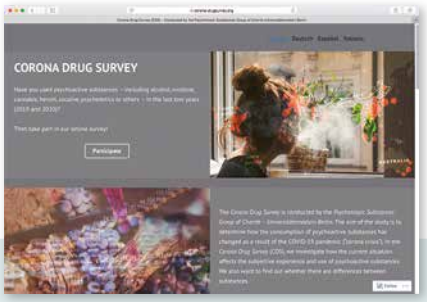


BILD: SCREENSHOT

Neue Umfrage der Charité: Veränderung des Konsums von psychoaktiven Substanzen in der Corona-Krise

Umfrage der Charité zur Veränderung des Konsums von psychoaktiven Substanzen (z.B. Alkohol, Nikotin, Cannabis, Psychedelika, Opiate, Stimulanzien und Beruhigungsmittel) durch die COVID-19-Pandemie („Corona-Krise“).

Teilnahme möglich unter: *www.corona-drugsurvey.org*

STUDIE

VERANSTALTUNGEN

Herbst 2020
Kongress „Prävention ist ohne Politik nicht machbar“
Hannover, Universität Bremen,
weitere Infos: *www.tinyurl.com/yxygyxq9*

16.–18. September 2020
Jahrestagung „Das Soziale in Medizin und Gesellschaft Aktuelle Megatrends fordern uns heraus“
Deutsche Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention (DGSMP),
weitere Infos: *www.tinyurl.com/y76hmhn4*

26. September 2020
Tagung „Sucht heute - von der SelbstSucht zur Selbstfürsorge“
Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V.,
weitere Infos: *www.landesstelle-berlin.de*

02.–04. November 2020
Fachtagung FORUM 20:20 Zukunftslabor der Jugendarbeit „RISIKO! Unsicherheit: herausforderung:neubeginn“
Salzburg,
weitere Infos:
www.akzente.net

03.–04. Mai 2021
42. fdr+sucht+kongress „Update Konsum – Upgrade Hilfe“
Berlin, Fachverband Drogen- und Suchthilfe, weitere Infos: *www.fdr-online.info*

13.–15. September 2021
Deutscher Suchtkongress
Deutsche Gesellschaft für Suchtpsychologie/Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie,
weitere Infos:
www.deutschersuchtkongress.de

VERANSTALTUNGEN DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN

Unser Programm für die 2. Jahreshälfte in 2020 – jetzt anmelden und Plätze sichern!

PROGRAMM DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN

VERANSTALTUNGEN FÜR MULTIPLIKATOR*INNEN

Fortbildungen:

Fortbildung »MOVE – Motivierende Kurzintervention«	15. – 17. Juni 2020 – *ausgebucht* –
Prev@WORK-Seminar für Ausbilder*innen und Personalverantwortliche	25. August 2020
Fortbildung »acht bis zwölf-Kursleiter*innen«	14. – 16. September 2020 *In Kooperation mit der ASH, Anmeldung über die Fachstelle für Suchtprävention*
Schulung »KlarSicht Parcours«	22. September 2020
Fortbildung »Medikamente«	29. September 2020

VERANSTALTUNGEN FÜR DIE SUCHTPRÄVENTIVE ARBEIT MIT GEFLÜCHTETEN

Intensivseminar »Perspektive 3D«	07. September 2020 | 11. November 2020

VERANSTALTUNGEN FÜR ELTERN/ERZIEHUNGSBERECHTIGTE

Elternseminar »Digitale Medien«	01. September 2020 | 03. November 2020
Online-Elternabend »Cannabis«	19. Oktober 2020
Elternseminar »Cannabis«	23. November 2020
Elternaustausch »Unterstützung in der Pubertät«	Konkrete Termine im Veranstaltungskalender unter *Raus aus der Grauzone*: *www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen*
Elternseminar »Weitblick 3D«	Termine nach persönlicher Absprache unter: *www.kompetent-gesund.de/Familie*

IHRE VERANSTALTUNG AUF *WWW.BERLIN-SUCHTPRAEVENTION.DE*?
Sie haben die Möglichkeit, eigene, öffentlich zugängliche Suchtpräventionsveranstaltungen unter dem *Link „Veranstaltung vorschlagen“* einzureichen.

Aufgrund der aktuellen Entwicklung bezüglich Covid-19 bitten wir Sie, sich immer im *Veranstaltungskalender auf unserer Webseite* zu informieren. Das *Hygienekonzept der Fachstelle für Suchtprävention Berlin* und *allgemeine Empfehlungen der BZgA* finden Sie auch im Veranstaltungskalender.

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

INFO

IHR BEITRAG ODER IHRE VERANSTALTUNG IM »THEMENHEFT SUCHTPRÄVENTION BERLIN«?

Das Themenheft erscheint 4 x im Jahr und wird sowohl über unseren E-Mail-Verteiler an 3.500 Empfänger verschickt als 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 September 2020 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 der 17. August 2020.
Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt auf mit:
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.

Bankverbindung für Ihre Spende

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