

Pressemitteilung
16. März 2021

Nicht zu lange zögern – Raus aus der „Grauzone“ und rein in die neue Berliner Präventionspraxis

Alltagsstress, Zeitdruck... und dann auch noch (pubertierende) Kinder, mit denen der Alltag auch nicht immer einfach ist? Und was, wenn dann auch noch gezockt, geraucht, gekifft wird?

Zum 15. Jahrestag eröffnet die Fachstelle für Suchtprävention Berlin mit ihrer Berliner Präventionspraxis eine Außenstelle. Hier können wir Familien nun nachhaltig möglichst frühzeitig zur Seite stehen, bevor sich Probleme manifestieren – Unter dem Motto: Raus aus der Grauzone – rein in die Berliner Präventionspraxis!

Die hohe Zahl an Anfragen zeigt, wie sehr Familien gerade unter Druck stehen. Es kommen Familien, wenn das Zusammenleben schwierig geworden ist, Sorgen und Streits zunehmen und dabei Cannabis, Alkohol, Medien, etc. eine Rolle spielen. Der Lockdown scheint für den zunehmenden Bedarf nach Beratung eine Rolle zu spielen. Generell zeigt sich in den letzten Monaten immer deutlicher, dass Belastungen und fehlender Ausgleich durch soziale Kontakte, Hobbies etc. mit erhöhtem Substanzkonsum und Stress einhergehen. Je frühzeitiger dem entgegengewirkt wird, desto geringer ist die Gefahr für eine Chronifizierung. Hier ist frühzeitige und wertschätzende Beratung wichtig.

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

per Mail: info@berlin-praeventionspraxis.de

telefonisch: 030 29 35 26 44

offene Sprechstunde: donnerstags 15-17 Uhr

Die Berliner Präventionspraxis „Raus aus der Grauzone“ befindet sich in der Gutsmuthsstraße 23, 12163 Berlin, 2. Etage.

Neben individuellen Terminen gibt es eine monatlich stattfindende Elternkursreihe: „Achterbahn der Gefühle – Substanzkonsum und alltägliche Herausforderungen in der Pubertät“.

Mehr Informationen finden Sie auf www.berlin-praeventionspraxis.de

Pressekontakt:

Fachstelle für Suchtprävention Berlin
Katrin Petermann/Anke Timm
Telefon: 030 – 29 35 26 15
Mail: info@berlin-suchtpraevention.de



Gefördert durch die Senatsverwaltung für
Gesundheit, Pflege und Gleichstellung.

Zahlen, Daten, Fakten:

Gestiegene Belastung bei Eltern in der Corona - Phase

- Während der Schulschließung fühlen sich 32% der Eltern oft und 16% sehr oft gestresst
- Streit sei in 21% der Fälle oft, bei 5% sehr oft vorhanden
- 32% geben an, dass sich das Befinden des Kindes verschlechtert habe

(DAK Gesundheit, 2020, <https://www.dak.de/dak/download/forsa-studie-2266768.pdf>)

- 95% berichten eine angestiegene Nutzungszeit digitaler Medien der Kinder, in 85% der Familien gebe es diesbezüglich auch Streit

(KKH, 2020, <https://www.kkh.de/presse/fokusthemen/wenn-kinder-liken-und-eltern-streiken>)

- Fast ein Viertel derjenigen, die ohnehin schon mehrmals wöchentlich Wein, Bier, Sekt oder Hochprozentiges konsumieren, geben zu, dies seit der Pandemie häufiger zu tun

(KKH, 2020, <https://www.kkh.de/presse/pressemeldungen/sucht>)

Gestiegene Belastung bei Kindern / Jugendlichen in der Corona- Phase

- Vier von fünf Kinder und Jugendlichen fühlen sich durch die Corona-Pandemie belastet und sieben von zehn berichten von verschlechterter Lebensqualität

(COPSY-Studie UKE, 2021, https://www.uke.de/allgemein/presse/pressemittelungen/detailseite_104081.html, <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00103-021-03291-3.pdf>)

- Rund jeder dritte 16- bis 29-Jährige raucht seit der Krise mehr

(KKH, 2020, <https://www.kkh.de/presse/pressemeldungen/sucht>)

Sorgen um Medienkonsum der Kinder

- 50% der Eltern machen sich Sorge über eine Smartphone-Sucht, 44% über Kontakt mit gefährlichen Inhalten und Cyber-Mobbing oder haben Sorge vor Konzentrationsstörungen

(KKH, 2020, <https://www.kkh.de/presse/fokusthemen/wenn-kinder-liken-und-eltern-streiken>)

Konsum von stoffgebundenen Suchtmitteln

- unter den 12-17-Jährigen konsumieren
 - 9% mind. 1*/Woche Alkohol
 - 2,0% regelmäßig Cannabis (18-25 Jahre: 8%)
 - 7,2% Zigaretten
 - 26% haben bereits illegale Drogen angeboten bekommen

(Drogenaffinitätsstudie BZgA, 2019, https://www.bzga.de/fileadmin/user_upload/PDF/studien/Drogenaffinitaet_Jugendlicher_2019_Basisbericht.pdf)

Psychische Belastungen

- Anstieg von Schlafstörungen bei 15-18jährigen in den letzten Jahren um 86%
- 20% der Kinder und Jugendlichen leiden aktuell unter psychischen Erkrankungen - v.a. Angststörungen, depressive, hyperkinetische sowie dissoziale Störungen (dauerhaft aufsässiges und aggressives Verhalten)

- Wer als Kind oder Jugendliche*r psychisch erkrankt, ist auch als Erwachsene*r psychisch stärker gefährdet

- Über die Hälfte aller psychischen Erkrankungen entstehen bereits vor dem 19. Lebensjahr

(BPtK, 2020, <https://www.bptk.de/fast-20-prozent-erkranken-an-einer-psychischen-stoerung/>)