

JUGEND-SUCHT-HILFE

Ursachen problematischen Drogenkonsums von und Hilfen für Jugendliche/n in Weimar
Erfahrungen aus der Suchtberatungsstelle

Psychosoziale Beratungsstelle für Alkohol- und Drogenprobleme

Suchthilfe in Thüringen gGmbH (SiT)

Steubenstraße 32

99423 Weimar

psbs-weimar@sit-online.org

Tel: 03643 852133

Kristin Schwedt

Gliederung

1. Vorstellung der Suchtberatungsstelle/Statistik/ Weimar
2. Was ist Sucht?
3. Alkohol- und Drogenkonsum bei Jugendlichen
4. Möglichkeiten der Gesundheitsförderung
5. Hilfemöglichkeiten für Jugendliche mit Suchtproblematik

VORSTELLUNG DER SUCHTBERATUNGSSTELLE

Weimar



- Unsere Einrichtung (seit 1993) kann in Anspruch genommen werden von
 - Bürger*innen der Stadt Weimar (betroffen von der Problematik/ Angehörige)
 - Anonym, kostenlos, ab 13J.
 - **mit Schweigepflicht!** (auch bei Jugendlichen unter 18J.)
 - Ohne Überweisung/ ohne Gesundheitskarte
 - Telefonisch/persönlich/per E-Mail
 - In einigen Fällen auch spontan in unseren Öffnungszeiten
- Personal der Beratungsstelle seit 2008:
 - 2,37 VZ (3 Sozialpädagoginnen in TZ und eine Verwaltung in TZ)

Die SiT ist die erste Anlaufstelle für Suchtproblematik in Weimar

Aufgaben der Suchtberatungsstelle

Wir sind da für:

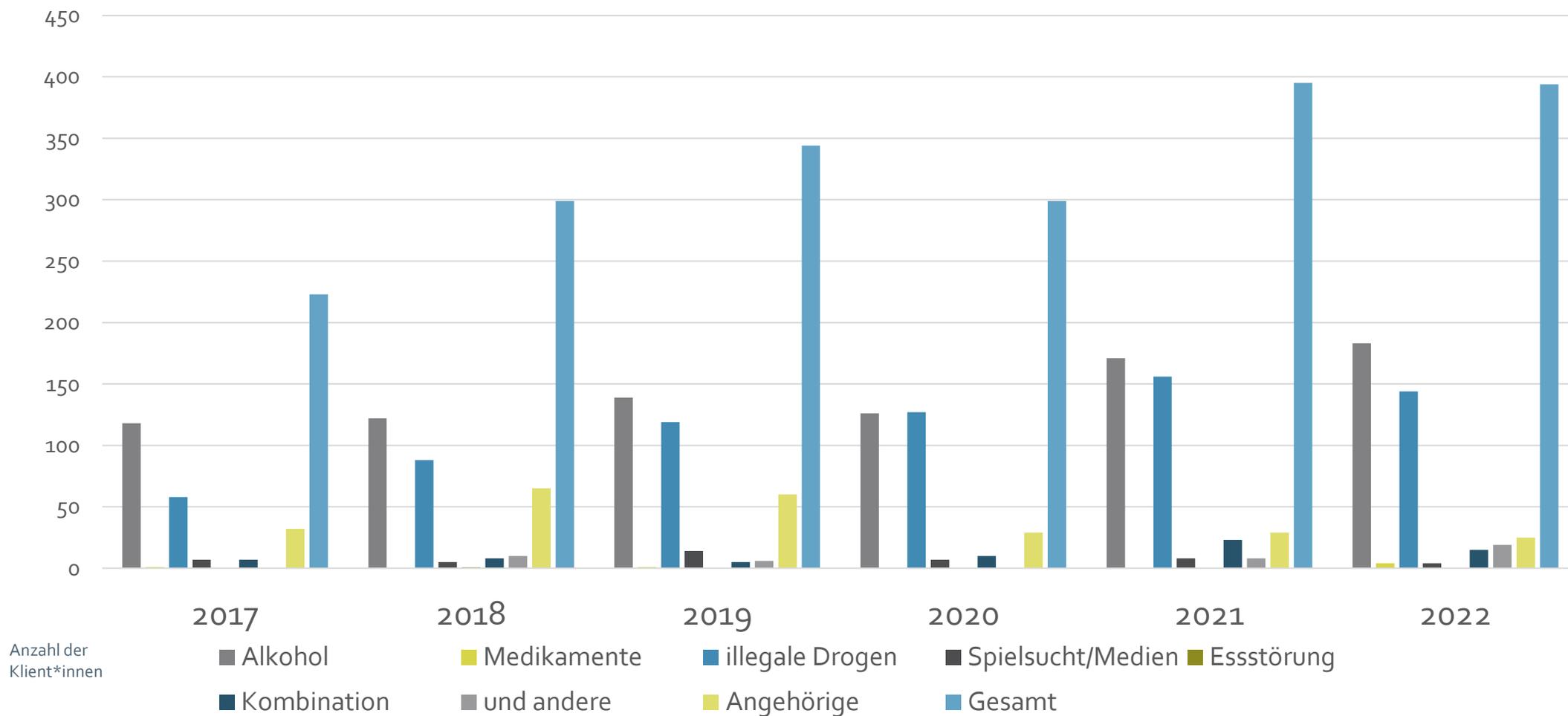
- Menschen, die abhängig sind von Alkohol, Medikamenten, Nikotin, illegalen Drogen oder anderen Substanzen oder von anderen Abhängigkeitserkrankungen (z.B. Glücksspielsucht, Essstörungen, Mediensucht),
- Menschen, die hinsichtlich dieser Stoffe gefährdet sind
- Angehörige von Betroffenen (Geschwister, Eltern, Partner*innen, Freunde, Arbeitgeber (betriebliche Suchthilfe))
- Interessierte (Schüler*innen, Lehrer*innen, Fachkräfte u.a.) an Suchtvorbeugung und allgemeiner Gesundheitsförderung

Unsere Aufgabe besteht in:

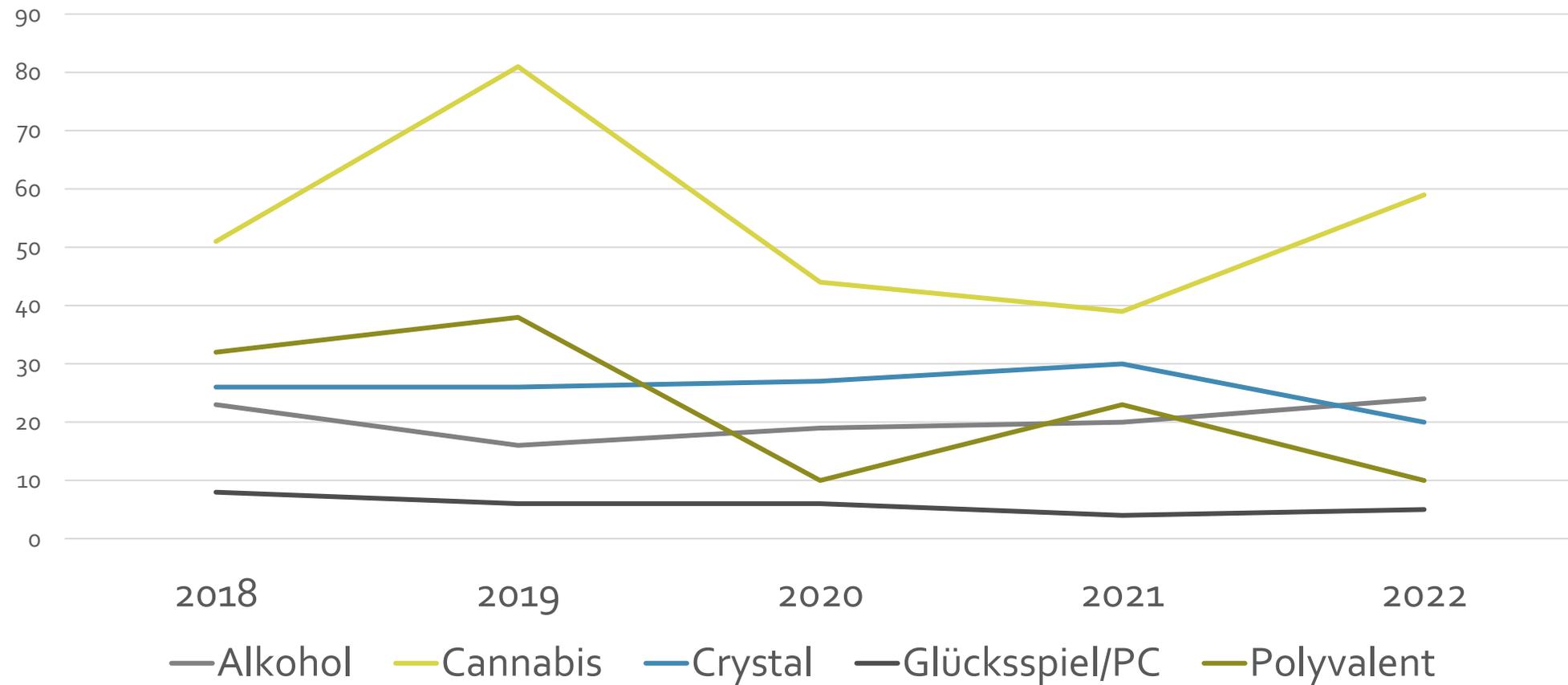
- Beratung von Betroffenen und deren Angehörigen, von Jugendlichen (auch unter 18J.) /gemeinsame Gespräche mit Eltern
- Vermittlung in die Angebote der Suchthilfe z.B. Therapie), Selbsthilfe etc.
- Verhinderung suchtbezogener Störung u.a. durch Prävention
- Weiterbildung/ Unterstützung von Fachkräften, Öffentlichkeitsarbeit

Suchtberatung Weimar Jahresvergleich 2017-2022

Hauptsubstanz



Beratungstätigkeit Jugendarrest Arnstadt - Jahresvergleich

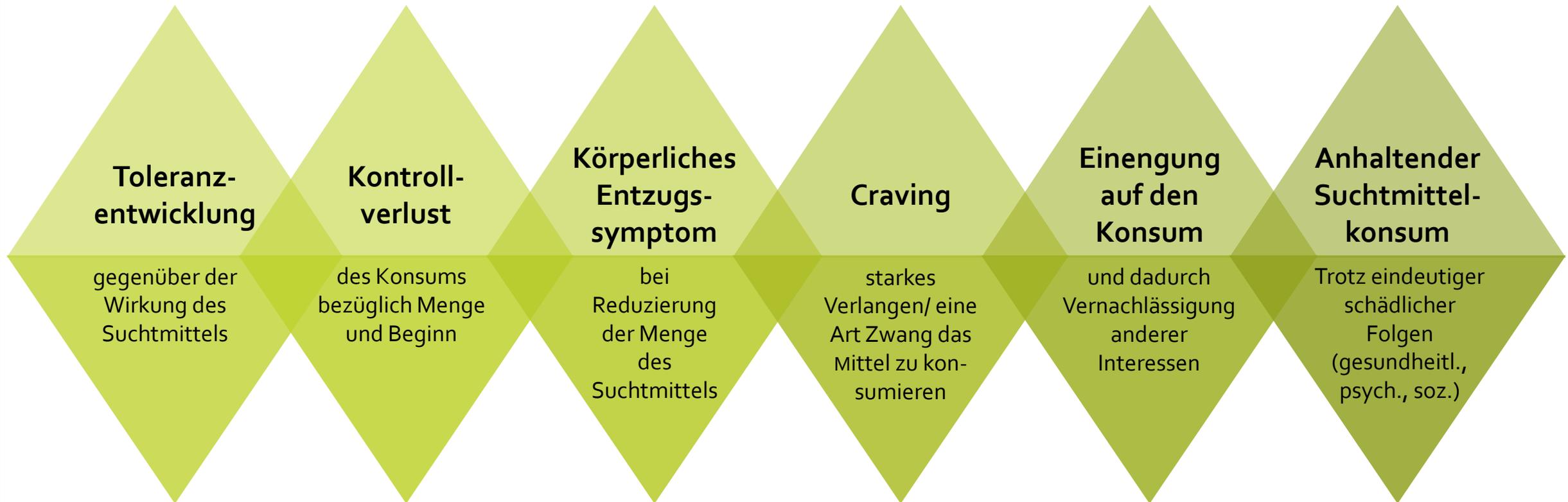


WAS IST SUCHT?

Suchtverlauf



ICD-10 Kriterien*



* Wenn drei dieser sechs Kriterien zutreffen, spricht man von Abhängigkeit.

Was bedeutet die Erkrankung für den/die Betroffene*n?

- Der Kontrollverlust bezieht sich nicht nur auf den Konsum selbst, sondern strahlt in alle Lebensbereiche aus.
- Das Leben der betroffenen Person verengt sich immer weiter auf den Suchtmittelkonsum.
- Der/ die Betroffene fühlt sich häufig schuldig, schämt sich und versucht das Ausmaß der Abhängigkeit zu kaschieren.
- Wichtig: Niemand nimmt sich vor, suchtkrank zu werden! Niemand möchte seine Würde verlieren!
- Aber: Jede*r Suchtkranke ist zur Veränderung in der Lage und kann lernen, für sich und sein/ ihr Leben Verantwortung zu übernehmen.

ALKOHOL- UND DROGENKONSUM BEI JUGENDLICHEN

Funktionen und Ziele

Alkohol- und Drogenkonsum bei Jugendlichen

Funktionen des Substanzkonsums – fünf Oberbegriffe

**Eupho-
risierung**

Verbesserung
der Stimmung
und der
Emotionen

**soziale
Integration**

Akzeptanz
durch Peers

**Stress-
reduktion**

soziale und
psychische
Belastungen
verringern

**Selbst-
medikation**

Angstabbau,
Stimmungsver-
besserung,
Aggressivitäts-
steigerung

Eskapismus

Flucht aus der
als unerträglich
erlebten
Realität.

Diese fünf Megavariablen erklären die meisten Motive und Funktionen des Substanzkonsums im Jugendalter.

MÖGLICHKEITEN DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG



► Programm

Das Beratungsprogramm Realize it

Nichts ist leichter als sich zu entscheiden, sein Leben zu verändern. Und nichts ist schwerer als die Umsetzung. Leichter fällt es in jedem Fall mit Unterstützung und Beratung. Dafür wurde das Projekt „Realize it“ konzipiert: speziell für Menschen, die ihren Cannabiskonsum reduzieren oder einstellen wollen.

Das Programm ist durch folgende Aspekte gekennzeichnet:



Realize it beinhaltet fünf Einzelberatungen mit einer Beraterin oder einem Berater über einen Zeitraum von zehn Wochen. In dieser Zeit findet zusätzlich eine Gruppenberatung statt.



In der ersten Session erörtern Klienten/innen und Berater/innen gemeinsam, welches persönliche Ziel am Ende des Programms erreicht werden soll. Denn jede Konsumentin und jeder Konsument hat möglicherweise unterschiedliche Vorstellungen davon, was sie oder er erreichen will.



In den weiteren Sessions kommt es darauf an, die Umstände des Konsums genauer zu analysieren, um Risikosituationen zu erkennen und Kontrollstrategien zu entwickeln.



Unterstützt wird das Programm durch ein Begleitbuch, das Klientinnen und Klienten in der ersten Session ausgehändigt bekommen. Es enthält eine Vielzahl an Informationen zu Fragen der Konsumreduktion oder dem Ausstieg. Das Begleitbuch enthält auch ein Konsumtagebuch, mit dessen Hilfe man einen Überblick über den eigenen Konsum bekommt und seine Fortschritte im Rahmen des Programms protokollieren kann.



Das Programm wird an diesen Standorten durchgeführt.



Die Teilnahme ist kostenlos.



Quit the Shit

drugcom.de

Hallo! Melde dich an, um deine persönliche Beratung zu erhalten.

- DAS PROGRAMM ▾
- WISSENSWERTES ▾
- FAQ ▾
- FORUM ▾
- USERBERICHTE ▾
- ANMELDUNG ▾
- LOGIN ▾

HOME

BERATUNG FINDEN

Quit the Shit



Spielst du mit dem Gedanken, weniger zu kiffen oder mit dem Kiffen aufzuhören? Wenn ja, bist du hier richtig. Quit the Shit ist ein Informations- und Beratungsservice speziell für Cannabiskonsumentinnen und -konsumenten, die professionelle Hilfe suchen.

Kernstück von Quit the Shit ist ein Konsum-Tagebuch, das du über einen Zeitraum von 4 Wochen führst. Welches Ziel du dabei verfolgst, Reduktion oder Ausstieg, bestimmst du selbst. Wir bieten dir an, dich individuell bei deinem persönlichen Vorhaben zu unterstützen. Die Teilnahme ist kostenlos und anonym.

- » Mehr Informationen zum Programm
- » Mit dem Kiffen aufhören oder reduzieren: Wissenswertes, um den Konsum von Cannabis in den Griff zu kriegen

» ZUR ANMELDUNG

LOGIN QUIT THE SHIT

LOGIN

» Passwort vergessen?

» Neu hier? Zur Anmeldung

USERBERICHT



staysober

22 Jahre

weiblich

Nach jahrelangem Dauerkonsum und Bong rauchen, hatte ich endlich gemerkt, dass das Gras mich verändert hat.

[... mehr]

sit Suchthilfe
in Thüringen
gemeinnützige
GmbH

<https://www.quit-the-shit.net/qts/>

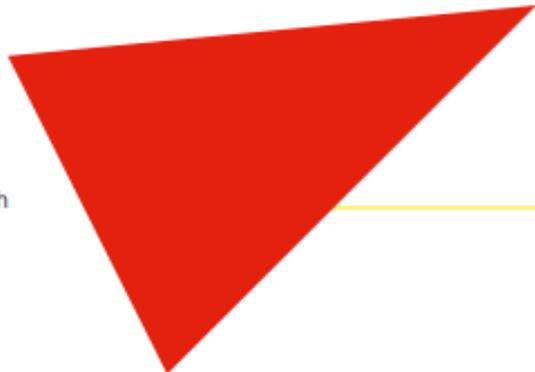


FreD ist ein Programm für Jugendliche zwischen 14 und 21 Jahren, die Drogen konsumieren und damit aufgefallen sind. FreD wurde in Deutschland und in anderen europäischen Ländern erfolgreich umgesetzt.

Uns geht es darum, dass Jugendliche sich mit ihrem Konsum auseinandersetzen und sich (weiterhin) davor schützen, sich von Drogen abhängig zu machen.

Entwicklerin des FreD-Programms ist die LWL-Koordinationsstelle Sucht in Münster.

Kontakt zu FreD vor Ort



FRÜHINTERVENTION



BEI ERSTAUFFÄLLIGEN
DROGENKONSUMENTEN

 www.lwl-ks.de · www.lwl-fred.de



Aufgefallen?



Gelördert durch:



LWL-Koordinationsstelle **Sucht**
www.lwl-ks.de · www.lwl-fred.de

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



... und was kannst DU nun tun?
Wenn jemand mit Alkohol oder illegalen Drogen auffällig wird, hat das in der Regel Folgen – strafrechtliche bei der Polizei oder disziplinarische in der Schule bzw. im Job.

Wenn Du am FreD-Gruppenangebot teil nimmst, mildert das mögliche Konsequenzen oder es folgen sogar gar keine mehr.

Werde aktiv!

Mach mit!

DARUM GEHT'S im Kurs

- ▼▼▼ Wirkungen und Risiken verschiedener Drogen
- ▼▼▼ Rechtliche Aspekte
- ▼▼▼ Selbsteinschätzung, wie bedenklich oder unbedenklich das eigene Konsummuster ist
- ▼▼▼ Möglichkeiten, wie der Konsum eingeschränkt oder beendet werden kann

ORGANISATORISCHES

- ▼▼▼ Vor dem Kurs findet ein Infogespräch statt. Ruf uns doch an, damit wir einen Termin dafür ausmachen können.
- ▼▼▼ Der Kurs ist ein Gruppenangebot für 5 bis 12 Teilnehmer/innen.
- ▼▼▼ Der Kurs dauert 8 Stunden, aufgeteilt in 2 bis 4 Termine.
- ▼▼▼ Nach dem Kurs gibt es eine Teilnahmebestätigung.
- ▼▼▼ Alle Gespräche sind vertraulich – die Kursleiter/innen stehen unter Schweigepflicht.

HILFEMÖGLICHKEITEN FÜR JUGENDLICHE MIT SUCHTPROBLEMATIK

Hilfemöglichkeiten

- Beratungsstelle
 - ✓ Abgrenzung: Missbrauch – Sucht
 - ✓ Möglichst in Kooperation mit den Eltern
 - ✓ Hilfemöglichkeiten aufzeigen → Motivierung → Vermittlung
- Internetseiten / Chatfunktionen
- Psychotherapeutische Praxis
- Sozialraumteam
- Eltern/ Bezugspersonen

Internetseiten / Chatfunktionen



Blu:app

App für junge Menschen

FAQ über Sucht

Videos direkt aus der App

Alkoholfreie Cocktail-Rezepte

interact.bluprevent
(Unterrichtsmodule) integriert

“Notruf“ Button

Informationen über Schulprobleme,
Mobbing und Familienprobleme

Alkohol Calculator

Konsumcheck

drugcom

www.drugcom.de

Aktuelle Meldungen und Videos

Drogenlexikon und FAQs

Wissens- und Selbsttests

Verweis auf www.quit-theshit.net
und Change Your Drinking, Hilfe für
Angehörige

Drogennotfallinformationen

Kenn dein Limit

www.kenn-dein-limit.de

News und Fakten, Folgen des
Konsums

Motivations-, Wissens- und
Selbsttest, Promillerechner

Infos für Eltern

Alkoholverzicht

Prävention und bewusster Konsum

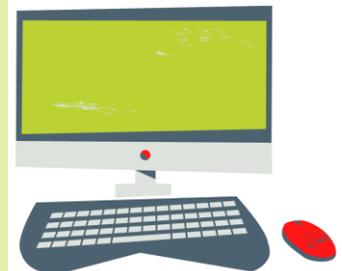
Juuuport

www.juuuport.de

Online-Beratungsplattform für
junge Menschen, die Probleme im
Netz haben

Hilfen bei Cybermobbing, Stress in
sozialen Medien, Online-Abzocke
und Datenklau

Beratung via Kontaktformular oder
WhatsApp



KRISENCHAT

Kloß im Bauch, Herzschmerz? Du schläfst schlecht, es ist dir alles zu viel? Du machst dich selbst für dein Verhalten fertig? Du hast Erlebnisse, über die du dich nicht traust mit anderen zu sprechen? Dann melde dich bei krisenchat!



krisenchat ist ein digitales Beratungsangebot für junge Menschen bis 25 Jahre. Professionelle Krisenberater:innen bieten Rund um die Uhr (24/7) Hilfe für junge Menschen in akuten Krisen.

WIE FUNKTIONIERT KRISENCHAT?

Die Beratungen finden per Whatsapp oder SMS statt und erfordern keine Anmeldung oder Angabe von persönlichen Daten.

MIT WAS FÜR PROBLEMEN KANN MAN SICH MELDEN?

Bei krisenchat kannst du dich mit allerlei Problemen melden. Egal ob Liebeskummer, Angst, depressive

Gefühle, Gewalterfahrungen, Identitätsproblemen oder suizidalen Gedanken - wir sind für dich da und bieten dir ein offenes, vertrauliches Ohr, um über deine persönliche Krise zu sprechen. Gemeinsam finden wir einen Weg, dass es besser wird!

WAS KOSTET KRISENCHAT?

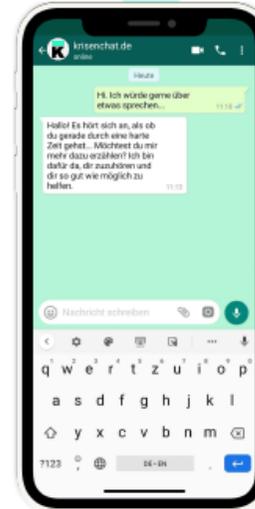
krisenchat ist ein bundesweit kostenfreies Angebot für junge Menschen.

WERDEN DIE ERZIEHUNGSBERECHTIGTEN BENACHRICHTIGT?

krisenchat ist unverbindlich, das heißt, dass du dich nicht anmelden musst und wir auch keine Erziehungsberechtigten informieren. Nur in äußersten Notfällen, beispielsweise wenn ein akuter Suizidverdacht vorliegt, sind wir rechtlich verpflichtet, die zuständigen Behörden einzuschalten. Falls es zu so einem Ausnahmefall kommt, wirst du über alle Geschehnisse im Chat informiert.

WER BERÄT BEI KRISENCHAT?

Die meisten unserer Krisenberater:innen kommen aus dem Bereich der Psychologie, Psychotherapie und der Sozialpädagogik. Alle Krisenberater:innen sind in der achtsamkeitsbasierten und ressourcen-, sowie lösungsorientierten Begleitung geschult und verfügen über Erfahrung im Umgang mit lebensmüden Gedanken und Kinderschutzfällen.



WIE KANN ICH MICH MELDEN?

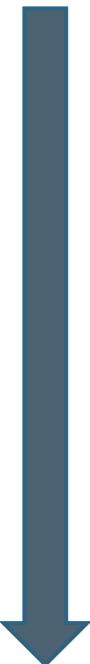
Zum Chat gelangst du über die Website krisenchat.de - einfach auf "Nachricht schreiben" klicken und schon kann es losgehen.



BESUCHE
KRISENCHAT:



Suchthilfe für Jugendliche

- 
- **Entgiftung** in einem Krankenhaus (u. 18. Lj Stadtroda; Jena; Mühlhausen) - ca. 6 Wo. bei u 18
 - **Langzeittherapie** (Alkohol: 3 Monate/ Drogen: 6 Monate)
 - Möglichkeit, Schulabschluss nachzuholen (Hauptschulabschluss (HS), Qual. HS; Realschulabschluss) – ab 15./16. Lj. möglich
 - Berufl. Orientierung (z.T. Absolvieren von Ausbildungsmodulen möglich)
 - **Wohnheim für Jugendliche/Ambulant Betreutes Wohnen**
 - **Ambulante Nachsorge** (Suchtberatungsstelle vor Ort) 1 Termin/Woche Wechsel Gruppe/Einzelgespräch
 - **Selbsthilfe** für junge Erwachsene (Erfurt: „Narcotics Anonymous“)



**Narcotics
Anonymous**
Gebiet Ost

 **0800
4453362**

ALTE

IGB - Institut für Gesundheit und Bildung e.V.

Flugschule

zufrieden abstinent leben



Beispiel: Therapieeinrichtung für Jugendliche

sit Suchhilfe
in Thüringen
gemeinnützige
GmbH



**VIELEN DANK FÜR IHRE
AUFMERKSAMKEIT!**
