



im Auftrag des Drogenreferates
der Stadt Frankfurt am Main

CANNABIS

Leitfaden zur Veranstaltung eines Eltern- abends zum Thema Cannabis

Fachstelle Prävention

Verein Arbeits- und Erziehungshilfe e.V.

Fachstelle Prävention

Gebeschusstr. 35

65929 Frankfurt/Main

069 – 97 38 39 30 (Tel.)

069 – 97 38 39 38 (Fax)

www.fachstelle-praevention.de

praevention@vae-ev.de

Leitfaden zur Veranstaltung eines Elternabends zum Thema Cannabis

Inhalt:

- **Vorwort** **S. 3**

Zur Einführung

- **Was ist Cannabis?** **S. 4**

Materialien zur Gestaltung eines Elternabends

- **Hilfestellungen zur Vorbereitung** **S. 7**
- **Einladungsbeispieltexte** **S. 9**
- **Folien** **S.11**
- **Übungen** **S.27**

Serviceteil

- **Info-Materialien** **S.30**
- **Beratungsangebote** **S.31**
- **Links** **S.33**
- **Literatur/Bibliographie** **S.34**
- **Häufig gestellte Fragen und Antwortmöglichkeiten** **S.35**

Wie kann es weiter gehen?

- **Wie kann es weiter gehen?** **S.42**
- **Anstelle eines Schlusswortes** **S.43**

Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

in den letzten Monaten wurde die Fachstelle Prävention vermehrt angefragt, Elternabende zum Thema Cannabis in Frankfurt zu veranstalten. Die intensive Berichterstattung in den Medien, neue Forschungsergebnisse und nicht zuletzt die Ergebnisse der Frankfurter Schülerbefragung MOSYD mögen dazu beigetragen haben, das Interesse von Eltern und Lehrkräften an dieser Thematik zu verstärken: Mehr als 50% der Frankfurter Schülerinnen und Schüler probieren Cannabis zumindest einmal aus und immerhin 30% der Frankfurter Berufsschülerinnen und Berufsschüler gehören zu den täglichen Konsumenten.

Besonders freut uns das Interesse der Schulen an der Elternarbeit, weil wir aus den MoSyD-Befragungen, den regelmäßigen Frankfurter Untersuchungen zu Drogentrends, auch wissen, dass Eltern aus der Sicht ihrer Kinder als vertrauenswürdige Informationsquelle zum Thema Drogen angesehen werden und damit einen wichtigen Beitrag zur Suchtvorbeugung leisten können.

Da wir die Nachfrage nicht selber abdecken können und häufig auch gar nicht genau genug über die Situation an einzelnen Schulen Bescheid wissen, möchten wir Sie als Frankfurter Lehrkräfte mit dem hier vorliegenden Leitfaden unterstützen, Elternabende zum Thema Cannabis an Ihrer Schule eigenständig durchzuführen!

Die Beratungslehrkraft für Suchtprävention an Ihrer Schule wird Sie ebenfalls gerne beraten. Selbstverständlich gehen wir davon aus, dass Sie auch ohne unsere Mithilfe hervorragende Elternabende veranstalten. Wir haben lediglich ein paar Handreichungen zusammengetragen, um Ihnen die Arbeit zu erleichtern.

Dieser Leitfaden wird laufend weiterentwickelt und aktualisiert werden. Besonders freuen wir uns daher, wenn Sie uns Ihre Verbesserungsvorschläge und Erfahrungen aus Elternabenden mitteilen - unter praevention@vae-ev.de.

Das Team der Fachstelle Prävention

Frankfurt am Main

im Dezember 2004

Was ist Cannabis?

Cannabis ist die am meisten verbreitete illegale Droge in der Bundesrepublik Deutschland, ebenso in den meisten Ländern Westeuropas und vielen weiteren Ländern weltweit. In den bundesdeutschen Medien kursieren zum Thema Cannabiskonsum „widersprüchliche und kaum nachvollziehbare Angaben“ (Pressemitteilung der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) vom 28.07.04). Die Fachstelle Prävention setzt sich mit dieser Informationskampagne zum Thema Cannabis für eine faktenorientierte und sachliche Diskussion ein.

Cannabis ist der Oberbegriff für die beiden psychoaktiven Substanzen Haschisch und Marihuana, die aus der indischen Hanfpflanze (*cannabis sativa*) gewonnen werden. Haschisch (Shit, Piece, etc.) ist das gepresste Harz und Marihuana (Gras, Weed, etc.) besteht aus getrockneten Blüten und Blättern der weiblichen Cannabispflanze, Wirkstoff ist das Tetrahydrocannabinol (THC). Haschisch und Marihuana werden geraucht, meist mit Tabak gemischt. Seltener wird die Substanz als Bestandteil von Speisen konsumiert, dann oft in Keksen oder im Tee.

Als Nutzpflanze, Heilmittel und Rauschdroge hat Cannabis eine jahrtausende alte Tradition, die Verbreitung erfolgte von Zentralasien über Indien in den Mittleren und Nahen Osten, von dort aus über Europa bis nach Nord- und Südamerika.

Zu den akuten psychischen Wirkungen von Cannabis zählen die Verstärkung vorhandener Stimmungen und Gefühle, die Anhebung der Stimmungslage und gegebenenfalls eine leichte Euphorie. Wie bei allen psychoaktiven Substanzen (Drogen) variiert die Wirkung von Individuum zu Individuum, ist situationsabhängig und abhängig von der Grundstimmung. An physischen Symptomen können ein erhöhter Blutdruck, eine leichte Steigerung der Herzfrequenz, Augenrötung, Übelkeit, ein trockener Mund und/oder Absenkungen von Körpertemperatur und Blutzuckerspiegel auftreten. Letzteres hat starke Hungergefühle und dadurch Essanfälle („Fressflashes“) zur Folge.

Von Konsumenten subjektiv positiv erlebte Wirkungen sind u.a. Entspannungsgefühle, Empfindungen von innerer Ruhe und Ausgeglichenheit, gesteigerte Kommunikationsfähigkeit, heitere Gefühle und intensiviertere akustische und visuelle Sinneswahrnehmungen. Begleitet werden diese Empfindungen häufig von einer Tendenz zur Passivität mit vermindertem Antrieb.

Zu den unerwünschten Nebenwirkungen können Denkstörungen, Minderungen von Konzentrationsfähigkeit, Aufmerksamkeit, Reaktionsvermögen und der Leistungsfähigkeit des Kurzzeitgedächtnisses gehören. Die Fähigkeit zur schnellen Informationsverarbeitung und zum abstrakten Denken wird ebenso beeinträchtigt wie die allgemeine physische und psychische Leistungsfähigkeit.

Während der akuten Wirkungsphase nach dem Konsum besteht erhöhte Unfallgefahr und Fahruntüchtigkeit. Weitergehende Risiken sind davon abhängig, ob Probier- bzw. Gelegenheitskonsum oder Dauerkonsum vorliegt und auch von persönlichen und sozialen Risikofaktoren, die die Gefahr von Abhängigkeit vergrößern können, wie z.B. ein frühzeitiger Konsumbeginn, mangelnde soziale Unterstützung der Eltern, des Freundeskreises, eine allgemeine Perspektivlosigkeit oder eine labile psychische Gesundheit.

Zu den mittel- bis langfristigen Risiken gehört die Gefahr des Auftretens von Leistungsproblemen, Teilnahmslosigkeit, Aktivitätsverlust, Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit, depressiven Verstimmungen und/oder Angstzuständen. Ebenso besteht die Möglichkeit der Entstehung einer psychischen Abhängigkeit durch intensiven und dauerhaften Cannabiskonsum.

sum. Diese kann sich u.a. durch Leistungsabfall, abwesendes Verhalten, Verslossenheit und allgemeiner Apathie abzeichnen. Bei Veranlagung erhöht regelmäßiger Konsum die Wahrscheinlichkeit, frühzeitig eine psychische Störung wie eine Psychose, Schizophrenie oder Depression auszulösen. Die Persönlichkeitsentwicklung und psychische Reifung wird durch regelmäßige, gewohnheitsmäßige Einnahme von stark psychoaktiven Substanzen verzögert und erschwert den Schritt in die Selbständigkeit.

Zu den potentiellen körperlichen Folgeschäden gehört die Gefahr von Lungen- und Bronchialerkrankungen, da der Rauch Schadstoffe enthält, die im Vergleich zu Tabak als schädlicher eingeschätzt werden. Hinzu kommen die Wirkungen des Tabakkonsums, der Herz- und Kreislaufprobleme hervorrufen kann. Im psychischen und sozialen Bereich können gegebenenfalls folgende Auswirkungen auftreten: Einschränkungen im Denk-, Urteils- und Kognitionsvermögen, Amotivationsyndrom, verminderte Belastbarkeit, Rückzugstendenzen und/oder Gleichgültigkeit.

Als Abstinenzsymptome bei psychischer Abhängigkeit können innere Leere, Freudlosigkeit, Antriebsmangel, Konzentrationsstörungen, Unruhe, Schlafstörungen, Appetitmangel auftreten. Bei intensivem, dauerhaftem Konsum muss von der Entwicklung einer psychischen Abhängigkeit ausgegangen werden, hiervon ist jedoch nur ein kleiner Teil der Konsumenten betroffen.

Zur Gesetzeslage ist zu sagen, dass Cannabis nach dem Betäubungsmittelgesetz (BtMG) eine illegale Droge ist und somit Anbau, Handel und Besitz unter Strafandrohung stehen. Alle entsprechenden Fälle werden von der Polizei an die Staatsanwaltschaft weitergeleitet, jedoch werden Verfahren wegen geringer Mengen zum Eigengebrauch in der Regel von der Staatsanwaltschaft eingestellt, sofern keine Fremdgefährdung (z.B. Konsum oder Weitergabe von Drogen in Schulen, Jugendzentren etc.) vorliegt. Die Grenzwerte sind je nach Bundesland verschieden und liegen zwischen 0,3 Gramm (in Bayern) und 30 Gramm (in Schleswig-Holstein). In Hessen werden aktuell Verfahren bei Mengen bis 6g eingestellt, zwischen 6 und 15g können sie eingestellt werden und bei Mengen über 15 Gramm muss ein Verfahren erfolgen.

Etwa 50% der Frankfurter Jugendlichen probieren in ihrem Leben mindestens einmal Cannabis, die Motivationen zum Konsum sind vielfältig: Neugierde, Experimentierfreude, Abgrenzung von Eltern, Erwachsenen und/oder Normen, Spaß, Milderung von Alltagsproblemen wie Stress und Frustration, Gruppendruck, Abbau von Hemmungen. Auslöser für regelmäßigen Konsum können möglicherweise innere Leere, Langeweile, fehlendes Selbstbewusstsein, unergründliche Spannungen, Einsamkeit, Familienprobleme, Probleme mit Freunden, in der Schule oder Ausbildung sein und das Gefühl, zu wenig verstanden und unterstützt zu werden.

Bei vorliegendem bzw. vermutetem Konsum ist eine angemessene Reaktion der Eltern wesentlich und grundlegend, um mit dem Betroffenen ins Gespräch zu kommen, ohne eine rigorose Abwehrhaltung hervorzurufen. Eltern sollten sich bemühen, aufmerksam, informiert, sachlich und konsequent aufzutreten. Eine Vertrauensbasis und das Zeigen von Gefühlen ist wichtig, ebenso darf der Konsum nicht dramatisiert, aber auch nicht bagatellisiert werden. Eltern sollten kontinuierlich das Gespräch suchen, über Risiken informieren, ihre Haltung zu Suchtmitteln und Ängste und Befürchtungen äußern und versuchen, gemeinsame Regeln und Abmachungen festzulegen. Wesentlich ist es auch, Hobbys und Freizeitaktivitäten zu unterstützen und, wenn dies als notwendig erachtet wird, eine (Drogen-) Beratungsstelle zu kontaktieren.

Quellen: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA): Cannabis: Haschisch und Marihuana (bzga)
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS): Cannabis – Die Sucht und ihre Stoffe 6

Hilfestellungen zur Vorbereitung des Elternabends

Planungshilfen

Im Vorfeld sollten folgende Fragen bedacht werden:

- **Wen genau wollen Sie einladen?**
z.B. Eltern einer oder mehrerer Klassen, wie groß soll oder darf die Gesamtgruppe werden, etc.
- **Allein oder gemeinsam?**
Ein Elternabend zum Thema Cannabis kann von einer Klassenlehrkraft allein, den Lehrkräften eines Jahrgangs gemeinsam, oder mit der Beratungslehrkraft der Schule oder der Schulleitung (z.B. wenn es um die Regelungen der Schule geht) oder auch als Projekt gemeinsam mit einer Oberstufenklasse vorbereitet und durchgeführt werden. Unter Umständen können auch externe Stellen beteiligt oder zum Elternabend hinzugezogen werden, wie etwa Schulsozialarbeit, Polizei, örtliche Jugend- und Drogenberatungsstelle, Fachstelle Prävention...
- **Welche Kompetenzen wollen Sie bei den Eltern stärken, welche Informationen wollen Sie vermitteln?**
z.B. die Wahrnehmung schärfen, Verhaltenstipps geben, Sachkompetenz erweitern, Reflexion des eigenen Konsumverhaltens anregen, etc.
- **Was erwarten die Eltern von Ihnen?**
z.B. Drogenkunde, eindeutige Verhaltensrezepte, Entlastung, Stärkung, Respekt, Kontakt, Beratung
- **Wo müssen Sie enttäuschen?**
z.B. Drogenkunde, Patentrezepte, Garantien, Klärung aller Fragen, Hilfe, etc.
- **Wie können Sie entlasten?**
z.B. Handlungsmöglichkeiten thematisieren und konkretisieren, allumfassende Verantwortlichkeit abbauen, Sicherheit geben, Vertrauen in sich und das Kind stärken, Mut machen statt Ängste schüren
- **Wie arbeiten Sie?**
z.B. am konkreten Fallbeispiel, in Kleingruppen, visualisierend, erlebnis- statt konsumorientiert, Ernstnehmen der Eltern und ihrer Einstellungen und Gefühle, mit Fallbeispielen oder Videosequenzen etc.

Weitere Anregungen zur Gestaltung

- Verweisen Sie beim Elternabend unbedingt auf die für Ihren Stadtteil zuständige Jugend- und Drogenberatungsstelle, die kostenlos, anonym und unter Schweigepflicht sowohl Angehörige wie Eltern, als auch Betroffene berät.
- Bereiten Sie einen Tisch mit Info-Materialien vor.
- Nehmen Sie sich im Anschluss Zeit für persönliche Fragen einzelner Eltern.

- Klären Sie im Vorfeld ab, dass an diesem Abend keine anderen Elternabende stattfinden.
- Beschildern Sie den Weg.
- Klären Sie auf, dass Sie eine Informationsveranstaltung durchführen und keine Selbsthilfegruppe initiieren wollen. Verweisen Sie auf entsprechende Angebote lokaler Elternorganisationen.
- Nennen Sie Termine, an denen die Eltern Sie und die Beratungslehrkraft für Einzelgespräche kontaktieren können, bzw. verteilen sie diese als Handzettel.

Mögliche Anlässe und Zielsetzungen eines Elternabends zum Thema

Cannabis:

Je nachdem, woher der Impuls für den Elternabend zu Cannabis gekommen ist, können sich zu diesem Thema verschiedene Zielsetzungen entwickeln. Zwei Beispiele:

Anlass: Vorfälle in der Klasse oder in der Schule in Zusammenhang mit Cannabiskonsum

Mögliche Ziele:

Eltern über Geschehnisse und über bestehende schulische Regelungen im Umgang mit Cannabis konsumierenden Schülerinnen und Schülern informieren, Eltern zur Mitarbeit an einer Suchtvereinbarung anregen, Verständnis wecken und Unterstützung gewinnen für schulische Umgangsweisen und Regeln, einen Arbeitsprozess zur Erarbeitung einer Suchtvereinbarung an der Schule anregen, falls es noch kein solches Regelwerk gibt.

Anlass: Schüler und Schülerinnen befinden sich altersmäßig in der Anfangsphase der Pubertät

Mögliche Ziele:

Eltern über wahrscheinliche Risikoverhaltensweisen der Kinder vorinformieren und im Umgang damit unterstützen, Eltern Fachkenntnisse vermitteln, die sie dialogfähiger zum Thema Cannabis machen, Ängste bei Eltern abbauen, Eltern ihre Bedeutung als Informanten für ihre Kinder nahe bringen.

Einladungsbeispieltexte

Je nach Ziel und Anlass der Veranstaltung wird auch der Einladungstext unterschiedlich ausfallen und sie werden zwischen einer offenen oder verbindlichen Einladung mit oder ohne Anmeldeverfahren auswählen. Bitte bedenken Sie auch, dass Einladungen zum Thema Cannabis manchmal von Kindern „vorsichtshalber“ nicht an die Eltern weitergegeben werden. Hier beispielhaft drei Einladungstexte:

1

Bis an die Grenze...

zu gehen, gehört zu den typischen Verhaltensweisen von Mädchen und Jungen in der Pubertät. Häufig werden auf dieser Suche nach Grenzerfahrungen erstmals Drogen genutzt: Die erste Zigarette wird geraucht, der erste Alkoholrausch probiert, und oft werden auch illegale Stoffe konsumiert, zum Beispiel Cannabis. Eltern stehen vor der Frage, wie sie ihre Kinder vor Gefahren schützen und auf Probierverhalten angemessen reagieren sollen.

An diesem Abend wird daher zunächst die Bedeutung von Rauscherfahrung und Suchtmittelkonsum für das Erwachsenwerden betrachtet. Daraus werden gemeinsam Wege wirksamer Suchtvorbeugung in der Pubertätsphase entwickelt.

2

Liebe Eltern,

sicherlich haben sie es schon längst bemerkt: Ihre Kinder werden langsam erwachsen. Manche fangen nun an, sich für Themen zu interessieren, die Ihren Eltern Sorgen machen.

Zum Beispiel interessieren sie sich zunehmend für Drogen wie Haschisch.

Beim Elternabend am __.__. um ____ Uhr haben Sie die Gelegenheit, sich über diesen Stoff zu informieren. Gemeinsam werden wir überlegen, was Eltern und Schule tun können, um Ihre Kinder vor Suchtgefahren zu schützen.

3



Liebe Eltern,

kennen Sie dieses Symbol?

Möchten Sie mehr über Cannabis wissen?

Dann kommen Sie zum Elternabend am

Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe 11 werden Sie umfassend informieren, so dass Sie in Zukunft Ihren Kindern fachkundige Gesprächspartner sein können!

Der Ablauf des Elternabends

„Klassische“ Programmpunkte eines Elternabends sind

- ◆ Begrüßung
- ◆ Einstieg ins Thema
- ◆ Erarbeitung des Themas in Kleingruppen
- ◆ Zusammenfassung und Abschluss in der Großgruppe
- ◆ (evtl. Übertragen der Inhalte in einen konkreten Vorsatz für Zuhause)

Alternativ kann bei einem Infoelternabend zunächst eine Fragen-Sammlung in Kleingruppen (10-15 Min.) auf Karten stattfinden, dann die Sortierung der Fragen in der Großgruppe (evtl. an einer Stellwand – 10 Min.) und die Beantwortung der Fragen und Rückfragen. Günstig ist am Schluss immer eine Zusammenfassung oder eine Übertragung konkreter Fallbeispiele der Eltern in Handlungsmöglichkeiten.

Je mehr Teilnehmer bei der Veranstaltung erwartet werden, desto wichtiger sind Programmanteile, in denen in kleineren Gruppen die Möglichkeit zum Reden besteht, denn mit der Gruppengröße steigt die Angst mancher Eltern, sich im Plenum mit Fragen zu beteiligen. Bisweilen ist es hilfreich, Eltern schon im Vorfeld des Elternabends aufzufordern, Fragen zu formulieren, die anonym eingesammelt werden.

Zum Einstieg:

Ein anregender Einstieg ist - neben dem obligatorischen Überblick über den Ablauf des Abends und der Vorstellung der durchführenden Personen – der dritte wichtige Baustein für das Wohlbefinden der Eltern während der gesamten Veranstaltung. Hier einige Vorschläge:

Variante 1:

Stellen Sie die aktuellen Konsumdaten aus Frankfurt den Eltern vor. (Siehe Folien)

Variante 2:

Berichten Sie einen aktuellen Vorfall aus der Schule oder zitieren Sie eine aktuelle Medienmeldung.

Variante 3:

Lassen Sie die Attrappe eines Joints herumgehen und/oder Dichtungsfasern aus Hanf, Hanfkleidung, legale Hanfprodukte.

Variante 4:

Stellen Sie den Eltern mittels Beamer oder OH-Projektor einige Produkte aus Headshops vor oder gängige Internetwerbung zu Cannabisprodukten.

Variante 5:

Verschaffen Sie sich mittels der Drei-Ecken-Übung einen Überblick über einige Einschätzungen der Eltern zum Thema Cannabis (siehe Übungsteil ab S.34).

Folien

Was wir Ihnen hier präsentieren, sind noch keine fertigen Präsentationsmaterialien, sondern inhaltliche Vorschläge für Folien. Auf Wunsch mailen wir Ihnen diese Folienvorschläge kostenlos zur leichteren Bearbeitung als Text-Dateien: email an praevention@vae-ev.de

Folien - Überblick

- FOLIE 1 - Cannabis-Konsum unter Frankfurter SchülerInnen 2003
- FOLIE 2 - Prävalenz des Cannabis-Konsums in der BRD
- FOLIE 3 - Cannabis – Haschisch & Marihuana
- FOLIE 4 - Akute psychische Wirkungen/Symptome
Akute physische Wirkungen/Symptome
- FOLIE 5 - Subjektiv positiv erlebte Wirkungen
Unerwünschte Nebenwirkungen
- FOLIE 6 - Risiken
Risiken während des Konsums
Einflussfaktoren auf weitergehende mit dem Cannabiskonsum verbundene Risiken
- FOLIE 7 – Risiken
Mittel- bis langfristige Risiken
- FOLIE 8 - Potentielle Folgeschäden
- FOLIE 9 - Abstinenzsymptome bei psychischer Abhängigkeit
- FOLIE 10 - Gesetzeslage
- FOLIE 11 - Angemessene Reaktion auf Konsum
- FOLIE 12 - Motivation zum Konsum
- FOLIE 13 - Wirkstoffgehalt
- FOLIE 14 - Risikobeurteilung: Cannabiskonsum und Abhängigkeitsrisiko

Sofern keine anderen Quellenangaben gemacht sind, entstammen die Inhalte den beiden bereits genannten Broschüren:

Cannabis: Haschisch und Marihuana (BzgA)

Cannabis – Die Sucht und ihre Stoffe 6 (DHS)

FOLIE 1**Cannabis-Konsum unter Frankfurter Schülerinnen und Schülern
2003**

- **Gesamtstichprobe:**
- **Lebenszeit-Prävalenz¹: 52%**
- **4% sind Intensiv-KonsumentInnen mit täglichem Konsum**

- **Aktuelle KonsumentInnen (im letzten Monat geraucht):**
Ca. 50% sind Gelegenheits-KonsumentInnen (unregelmäßiger Konsum)
Ca. 15% sind Intensiv-KonsumentInnen (täglich Konsum)
bei Mädchen weniger Intensiv- und mehr Gelegenheits-Konsumentinnen

Durchschnittliches Einstiegsalter: 15,1 Jahre

(MoSyD-Studie des centre for drug research der Goethe-Universität Frankfurt/M.²)

¹ Prävalenz bedeutet relative Häufigkeit des Auftretens eines Sachverhaltes in einem definierten Zeitraum, ausgedrückt in % einer Population. Man unterscheidet je nach dem betrachteten Zeitraum z. B. zwischen Lifetime-Prävalenz (Wie viel Prozent haben jemals in Ihrem Leben gekiffert?), 12-Monatsprävalenz (Wie viel Prozent haben in den vergangenen 12 Monaten gekiffert?) und Monatsprävalenz (Wie viel Prozent haben in den letzten 30 Tagen gekiffert?).

² Die MoSyD-Studie ist für 5€ beim Drogenreferat der Stadt Frankfurt erhältlich: T. 212-30124.

FOLIE 2**Prävalenz des Cannabis-Konsums in der BRD**

- Cannabis ist die am häufigsten konsumierte illegale Droge
- **12-Monats-Prävalenz:** 6,2% der Westdeutschen und 4,9% der Ostdeutschen haben in den letzten 12 Monaten Cannabis konsumiert
- hochgerechnet auf die Wohnbevölkerung kann bundesweit von ca. 2,75-3 Mio. gelegentlichen KonsumentInnen ausgegangen werden
- Zunahme der Zahl der KonsumentInnen seit Anfang der 90er Jahre; ein sinkendes Einstiegsalter ist zu verzeichnen

(Quelle DHS, Jahrbuch Sucht 2004)

Prävalenz in der Gruppe der 18-34jährigen:

mindestens einmal in ihrem Leben Cannabis konsumiert haben

(= *Lifetime-Prävalenz*)

	<u>2003</u>	<u>2000</u>
West	37,4%	32,2%
Ost	30,3%	24,5%
Gesamt	35,9%	

mindestens einmal in den letzten 12 Monaten Cannabis konsumiert haben (= *12-Monats-Prävalenz*):

	<u>2003</u>	<u>2000</u>
West	14,6%	13%
Ost	12,6%	12,6%
Gesamt	14,3%	

- am weitesten verbreitet ist Cannabis-Konsum in der Gruppe der jungen Erwachsenen im Alter von 18-24 Jahren

Lifetime-Prävalenz:	42,7%	(2000: 36%)
12-Monats-Prävalenz:	21,6%	

(Quelle: Drogen- und Suchtbericht der Drogenbeauftragten der Bundesregierung, April 2004)

FOLIE 3**Cannabis – Haschisch & Marihuana**

- **Cannabis ist eine Gattung der Hanfgewächse (cannabis sativa)**
- **Konsum des Harzes als Haschisch (Dope, Shit, Piece) und der Blüten und Blätter als Marihuana (Gras)**
- **jahrtausende alte Tradition als Nutz- und Heilpflanze und als Rauschmittel**
- **Substanz: psychoaktiver Hauptwirkstoff der Cannabispflanze ist das Tetrahydrocannabinol (THC); Wirkstoffgehalt meist 5-15%**
- **Konsumformen: Cannabis wird meist geraucht (inhalativer Konsum) – gemischt mit Tabak in Joints, Haschischpfeifen oder Wasserpfeifen; der orale Konsum (Tee, Kekse, etc.) ist eher selten**
- **Wirkdauer: die Wirkdauer ist dosis- und persönlichkeitsabhängig, bei inhalativem Konsum tritt die Wirkung meist unmittelbar nach dem Konsum ein und hält 1-4 Stunden an; bei oralem Konsum ist die Dosierung schwieriger, die Wirkung setzt frühestens nach 30 Minuten ein und hält 2-6 Stunden**
- **der Abbau im Körper kann wegen der Ablagerung im Fettgewebe bis zu 30 Tagen dauern**
- **`Kiffen` : `kif` ist das marokkanische Wort für Cannabis und die Bezeichnung für die Mischung aus Cannabis und Tabak**

FOLIE 4**Akute psychische Wirkungen/Symptome**

- **verstärkt vorhandene Stimmungen und Gefühle, Anhebung der Stimmungslage, leichte Euphorie**
- **Wirkung hängt von Situation, Umgebung, psychischer Stabilität/Konstitution, der persönlichen Erwartungshaltung, der Dosierung und der Qualität der Substanz ab**

Akute physische Wirkungen/Symptome

- **auftreten können u.a. ein erhöhter Blutdruck, eine leichte Steigerung der Herzfrequenz, Augenrötung, Übelkeit, Absenkung der Körpertemperatur, Absenkung des Blutzuckerspiegels (gesteigerter Appetit nach Süßigkeiten), trockener Mund, Schwindelanfälle**

FOLIE 5**Subjektiv positiv erlebte Wirkungen**

- je nach Gefühlslage tritt ein Gefühl der Entspannung, der inneren Ruhe und Ausgeglichenheit ein; häufig in Verbindung mit vermindertem Antrieb und Tendenz zur Passivität
- möglich sind auch ausgesprochen heitere Gefühle, verbunden mit gesteigerter Kommunikationsfähigkeit, und intensivierte akustische und visuelle Sinneswahrnehmungen

Unerwünschte Nebenwirkungen

- unerwünschte Nebeneffekte sind häufig Denkstörungen mit bruchstückhaftem, assoziativem und ideenflüchtigem Denken
- vermindert werden können Konzentrationsfähigkeit, Aufmerksamkeit, Reaktionsvermögen und die Leistung des Kurzzeitgedächtnisses
- die Fähigkeit zur schnellen Informationsverarbeitung und zum abstrakten Denken wird ebenso beeinträchtigt wie die allgemeine physische und psychische Leistungsfähigkeit

FOLIE 6**Risiken****Risiken während des Konsums**

- **während der Wirkungsdauer erhöhte Unfallgefahr/Fahruntüchtigkeit**
- **Einschränkung der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit**

Einflussfaktoren auf mit dem Cannabiskonsum verbundene Risiken:

- **Probier-/Gelegenheitskonsum oder Dauerkonsum?**
- **persönliche und soziale Faktoren können die Gefahr von Abhängigkeit oder psychischen Veränderungen vergrößern (z.B. frühzeitiger Konsumbeginn (unter 16 Jahren), mangelnde soziale Unterstützung der Eltern und im Freundeskreis, allg. soziale Perspektivlosigkeit, labile psychische Gesundheit)**

FOLIE 7**Risiken****Mittel- bis langfristige Risiken**

- **auftreten können Leistungsprobleme, Teilnahmslosigkeit, Aktivitätsverlust, Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit, depressive Verstimmungen, Angstzustände**
- **es besteht die Möglichkeit der Entstehung einer psychischen Abhängigkeit durch hohen und dauerhaften Cannabiskonsum; Anzeichen können sein: Leistungsabfall, abwesendes Verhalten, Neigung zum Rückzug und zur Verslossenheit, allgemeine Apathie**
- **regelmäßiger Konsum erhöht die Wahrscheinlichkeit, bei Veranlassung eine psychische Störung wie eine Psychose, Schizophrenie oder Depression auszulösen**
- **regelmäßige, gewohnheitsmäßige Einnahme von stark psychoaktiven Substanzen verzögert und beeinträchtigt die psychische Reifung (Persönlichkeitsentwicklung) der Jugendlichen und erschwert den Schritt in die Selbständigkeit**

FOLIE 8**Potentielle Folgeschäden**

- **Körperlich:** physische Auswirkungen sind selten und akut meist nicht stark ausgeprägt; allerdings enthält der inhalierte Rauch deutlich mehr Schadstoffe als Tabakrauch und kann daher Lungen- und Bronchialerkrankungen hervorrufen; die gesundheits-schädigende Wirkung des Tabakkonsums addiert sich noch hinzu
- **Psychische & soziale Folgen:** Einschränkungen im Denk-, Urteils- und Kognitionsvermögen, Amotivationssyndrom, verminderte Belastbarkeit, Rückzugstendenzen, Gleichgültigkeit

FOLIE 9**Abstinenzsymptome bei psychischer Abhängigkeit**

- **auftreten können Symptome wie innere Leere, Freudlosigkeit, Antriebsmangel, Konzentrationsstörungen, Unruhe, Schlafstörungen, Appetitmangel**
- **bei intensivem dauerhaften Konsum muss mit der Entwicklung einer Abhängigkeit gerechnet werden, hiervon ist jedoch nur ein kleiner Teil der KonsumentInnen betroffen. Je jünger konsumiert wird, desto größer ist das Risiko einer Abhängigkeitsentstehung.**

FOLIE 10**Gesetzeslage**

- nach dem **Betäubungsmittelgesetz (BtMG)** ist **Cannabis eine illegale Droge: Anbau, Handel und Besitz sind verboten und stehen unter Strafe**
- **alle entsprechenden Fälle werden von der Polizei an die Staatsanwaltschaft weitergeleitet**
- **allerdings werden Erwerb und Besitz geringer Mengen Cannabis zum Eigengebrauch nicht weiter strafrechtlich verfolgt: die Grenzen liegen in Hessen bei 6g für die Einstellung des Verfahrens. Bei Mengen zwischen 6 und 15 g kann, aber muss nicht verfolgt werden, bei Besitzmengen über 15g muss ein Verfahren erfolgen**
- **nicht eingestellt werden Verfahren, wenn eine Fremdgefährdung vorliegt (z.B. Weitergabe von Drogen und/oder Konsum an öffentlichen Plätzen wie Schulen, Jugendzentren oder Spielplätzen, Führen von Fahrzeugen)**

FOLIE 11**Angemessene Reaktion auf Konsum**

- **seien Sie aufmerksam, informiert, sachlich und konsequent**
- **versuchen Sie, eine Vertrauensbasis zu schaffen und Ihre Gefühle zu zeigen**
- **dramatisieren Sie nicht und bagatellisieren Sie nicht**
- **suchen Sie das Gespräch, informieren Sie über Risiken und erläutern Sie ihre Haltung zu Suchtmitteln, äußern Sie Ihre Ängste und Befürchtungen**
- **versuchen Sie, Abmachungen zu treffen und gemeinsame Regeln festzulegen**
- **zögern Sie nicht, eine Beratungsstelle zu kontaktieren, wenn Sie dieses als notwendig erachten**
- **bleiben Sie im Gespräch, unterstützen Sie Hobbys und Freizeitaktivitäten**

FOLIE 12**Motivation zum Konsum**

- **Neugierde, Experimentierfreude (bei leichter Verfügbarkeit)**
- **Abgrenzung von Eltern, Erwachsenen und/oder Normen (Ablösungsprozess vom Elternhaus)**
- **Spaß (subjektiv positiv empfundenes Erlebnis)**
- **kurzfristige Milderung von Alltagsproblemen wie Stress oder Frustration (jedoch langfristige Verstärkung)**
- **Anerkennung, Gruppenzugehörigkeit (Gruppendruck)**
- **Abbau von Hemmungen**
- **mögliche Auslöser für regelmäßigen Konsum: innere Leere, Langeweile, fehlendes Selbstbewusstsein, unergründliche Spannungen, sich alleine fühlen und akzeptiert werden wollen, Spannungen zuhause, im Freundeskreis, in der Schule/Ausbildung, sich zu wenig verstanden und unterstützt fühlen**

FOLIE 13**Wirkstoffgehalt**

Medien-Thema: Genetisch hoch gezüchtetes Marihuana/Haschisch mit extrem hohem Wirkstoffgehalt!!??

- **In den meisten EU-Ländern liegt der Wirkstoffgehalt seit Jahren stabil bei 6-10%, ebenso in Deutschland.**
- **In den Niederlanden angebaute Indoor-Züchtungen erreichen einen Wirkstoffgehalt von 14-18% (Marihuana) bis über 30% (Haschisch).**
- **Indoor-Züchtungen haben in der Regel einen höheren Wirkstoffgehalt als Importe aus Nicht-EU-Ländern (Türkei, Marokko,...).**
- **Dieser vermehrte Selbst-Anbau auch in Deutschland - und die Importe aus Holland - führen zu einem leichten Anstieg des durchschnittlichen Wirkstoffgehaltes.**
- **Das in den Niederlanden produzierte hochwirksame Haschisch mit bis zu über 30% ist sowohl dort, als auch in Deutschland, selten.**
- **Die verfügbaren Daten zeigen keinen langfristigen Aufwärtstrend des Wirkstoffgehaltes von nach Europa importiertem Marihuana/Haschisch.**
- **Medien-Meldungen, dass der Wirkstoffgehalt um das mehr als 10-fache in den letzten Jahrzehnten gestiegen sei, können durch die erhältlichen Daten nicht gestützt werden.**
- **Der THC-Gehalt von Marihuana/Haschisch ist extrem schwankend und es gibt immer wieder (einige) Proben mit extrem hohem Wirkstoffgehalt, dies ist keine neue Entwicklung der letzten Jahre.**
- **Von 1997 bis 2002 ist in Deutschland ein leichter Anstieg des mittleren THC-Gehaltes von 6,3% auf 7,5 % ausschließlich bei Marihuana zu verzeichnen. Gleichzeitig hat der THC-Gehalt im Cannabisharz abgenommen.**

(vgl. EMCDDA – Insights 6 – An overview of cannabis potency in Europe; 2004/EBDD-Jahresbericht 2004))

FOLIE 14**Risikobeurteilung****Cannabiskonsum und Abhängigkeitsrisiko****Kleines Risiko****Gelegenheitskonsum****viele „drogenfreie“ Aktivitäten****erfolgreiche Bewältigung von
Entwicklungsaufgaben****psychische Gesundheit****erfolgreiche Bewältigung
von Leistungsanforderungen****Großes Risiko****regelmäßiger/täglicher Konsum****hoher Anteil konsumierender Freunde****Probleme bei der Bewältigung von
Entwicklungsaufgaben****psychische Labilität/Erkrankung****Leistungsprobleme**

Übungen

An manchen Schulen sind Übungen gängige Bestandteile von Elternabenden, andere beschränken sich traditionell auf Vortrag und Diskussion als Methoden. Beides hat seine Vorteile. Am wichtigsten ist: Leiten Sie keine Übungen an, die Ihnen nicht gefallen. Im Idealfall haben sie die Übung so oder ähnlich schon einmal als teilnehmende Person kennen gelernt.

Drei – Eckenspiel Cannabis

Kurzbeschreibung: Das Spiel dient dazu, sich ein kurzes Meinungsbild bzw. den aktuellen Informationsstand der Anwesenden zum Thema Cannabis einzuholen.

Dauer:	je nach Teilnehmerzahl ca. 10 Minuten
Teilnehmerzahl:	unbegrenzt
Raum:	je nach Teilnehmerzahl
Material:	nicht notwendig

Übungsanleitung:

Die Übungsleitung erklärt, dass sie zum Thema des Tages einige Fragen stellen und dazu jeweils drei Antwortmöglichkeiten zur Auswahl geben wird. Die Teilnehmenden werden aufgefordert, sich ganz spontan und individuell zu entscheiden und sich entsprechend in einer Ecke des Veranstaltungsraumes zu positionieren. Welche Ecke welcher Antwort zugeordnet ist, gibt die Übungsleitung jeweils an. Im Anschluss informiert sie, welche Position stimmt, d.h. den aktuellen Tatsachen entspricht. Da es sich um ein Meinungsbild handelt, gibt es am Ende keine Beurteilung. Diskussion oder Rückfragen sollten während der Übung nur zugelassen werden, wenn sie für das Verständnis unbedingt erforderlich sind bzw. wenn im weiteren Verlauf kein theoretischer Input geplant ist. Es ist nach Möglichkeit sicher zu stellen, dass Übungsanleitung und Fragen für Eltern, die Deutsch nicht so gut verstehen, übersetzt werden können.

Drei – Eckenspiel Cannabis

1. Was ist die häufigste Einstiegsdroge - für das „Umsteigen“ auf andere Drogen?

Cannabis

Alkohol

Nikotin

2. Wie viele Menschen haben in Deutschland Erfahrungen mit Cannabis?

5 Mil.

1,5 Mil.

Mehr als 10 Mil.³

3. Wie viel Prozent der Schüler und Schülerinnen in Frankfurt im Alter von 15 bis 18 Jahren haben Erfahrungen mit Cannabis?

Jungen:

Mädchen:

25%

17%

57%⁴

27%

³ Caspers-Merk, Marion: Eine Risikodebatte zum Cannabiskonsum ist nötig. In: Suchtreport Nr.2, März/April 2002; S. 26-28

⁴ Kemmesies et. al., 2004: Drogentrends in Frankfurt am Main (MoSyd-Studie 2003)

36%**44%³****4. Wer mehr als einmal Cannabis konsumiert wird wie abhängig?**

körperlich
psychisch
weder noch

(Die unterstrichene Angabe ist die jeweils richtige Antwort)

Gruppenarbeit „Kluge Eltern“

Kurzbeschreibung: Die Übung dient dazu, dass die Eltern über Folgen ihrer Reaktionsweisen auf einen Cannabiskonsum ihres Kindes nachdenken und gemeinsam Vor- und Nachteile erörtern.

Dauer: 60 Minuten (incl. Auswertung im Plenum)
Teilnehmerzahl: Mehrere Kleingruppen mit 4-5 Tn
Raum: je nach Zahl der Kleingruppen
Material: je Kleingruppe ein vorbereitetes Flip-Chart-Blatt + 1 dicker Filzstift

Die Eltern werden von der Übungsleitung zunächst in Gruppen a 4-5 Personen aufgeteilt. Dann wird die Situation vorgegeben: „Stellen sie sich vor, ein Kind hat Cannabis geraucht und dessen Eltern erfahren davon. Wie reagieren die Eltern darauf, wenn sie weise sind? Wie reagieren die Eltern darauf, wenn sie töricht sind? Bitte tragen Sie in Ihrer Gruppe zusammen, was Eltern klugerweise tun und was nicht so klug ist in dieser Situation. Sie bekommen dazu von mir ein Blatt, auf dem die beiden Verhaltensweisen genannt sind. Tragen Sie die Ideen, bei denen sich ihre Gruppe einig ist, in Stichworten auf dem Blatt ein. Sie haben 40 Minuten Zeit dafür.“

Ein Kind hat gekifft. Wie reagieren die Eltern?	
kluge Reaktion	nicht so kluge Reaktion

Im Plenum werden die Ergebnisse verglichen. Insbesondere die Ideen zu den klugen Eltern sollten von der Übungsleitung bestärkt und evtl. erläutert werden.

Info-Materialien

Broschürentitel	Bezugsquelle	Kosten
Cannabis: Haschisch und Marihuana	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung 51101 Köln Tel.: 0221-8992-0 Fax: 0221-8992-300 order@bzga.de (für Bestellungen) www.bzga.de	kostenlos
Cannabis Die Sucht und ihre Stoffe 6	Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS) Postfach 1369 59003 Hamm Tel: 02381 – 90 15 0 Fax: 02381 – 90 15 30 info@dhs.de www.dhs.de	kostenlos
Cannabis denn Sünde sein?	Hessische Landesstelle für Suchtfragen Zimmerweg 10. 60325 Frankfurt a. M. Tel: 069 71 37 67 77 Fax: 069 71 37 67 hls@hls-online.org www.hls-online.org	€ 1,00
Cannabis/Broschüren	Landesarbeitsgemeinschaft Suchtvorbeugung NRW Kaiserstr. 90 45468 Mühlheim Tel: 0208/3006931 Fax: 0208/3006949 info@ginko-ev.de www.ginko-ev.de	Versandkosten
Cannabis – Kiffen ist nicht harmlos Cannabis – Wie reagieren? Was tun? Ein Merkblatt für Lehrer/-innen Cannabis – Kiffen ist nicht harmlos Kurzinformativ für Eltern	Gesundheitsförderung Baselland Udo Kinzel, Präventionsbeauftragter Rheinstrasse 22 4410 Liestal Schweiz Tel: +41 61/925 62 18 Fax +41 61/925 69 34 udo.kinzel@vsd.bl.ch http://www.baselland.ch/docs/vsd/gefoe/maingefoe.htm	Versandkosten

Beratungsangebote

Bundesweite Informationen zu Beratungsangeboten im Hilfesystem finden Sie unter: www.dhs.de, hessenweite Infos unter www.hls-online.org

Beratungsangebote in Frankfurt/Main zur Suchtprävention

- Fachstelle Prävention
Gebeschusstr. 35
65929 Frankfurt
Tel. (069) 97 38 39 30
Fax (069) 97 38 39 38
e-mail: praevention@vae-ev.de
www.fachstelle-praevention.de
- Staatliches Schulamt für die Stadt Frankfurt am Main
Fachberatung für Suchtprävention (hier bekommen speziell Lehrkräfte Unterstützung)
Stuttgarter Straße 18-24
60329 Frankfurt
Tel. (069) 38 98 9-116
Fax (069) 38 98 9-188
e-mail: fachberatung@f.ssa.hessen.de
www.schulamt-frankfurt.de

Verein Arbeits- und Erziehungshilfe e. V.

FACHSTELLE
Prävention

Kostenlose, anonyme Beratung für Betroffene, Eltern und Angehörige:

- Jugend- und Drogenberatungsstelle Höchst
Gebeschusstr. 35
65929 Frankfurt
Tel. (069) 33 99 87-0
Fax (069) 33 99 87-20
e-mail: beratunghoechst@vae-ev.de
www.vae-ev.de
Zuständig für die Stadtteile:
Gallus, Griesheim, Höchst,
Nied, Sindlingen,
Unterliederbach Zeilsheim,
Sossenheim
- Jugend- und Drogenberatungsstelle Sachsenhausen
Wallstraße 25
60549 Frankfurt
Tel. (069) 61 09 02 0
Fax (069) 61 09 02 29
Zuständig für die Stadtteile:
Bahnhofsviertel, Goldstein,
Niederrad, Schwanheim,
Innenstadt, Sachsenhausen,
Oberrad
- Jugend- und Drogenberatungsstelle „Am Merianplatz“
Musikantenweg 39
60316 Frankfurt
Tel. (069) 94 33 03-0
Fax (069) 94 33 03-29
e-mail: Drogenberatung-JJ@drogenberatung-jj.de
www.drogenberatung-jj.de
Zuständig für die Stadtteile:
Bergen-Enkheim, Riederwald
Seckbach, Fechenheim,
Bornheim, Nordend,
Westend, Rödelheim, Ostend,
Bockenheim

- „Drop in“ - Fachstelle Nord
Eschersheimer Landstraße 599
60433 Frankfurt
Tel. (069) 95 10 32 50
Fax (069) 95 10 32 501
e-mail: dropin@vae-ev.de
www.dropin-frankfurt.de

Außenstelle
Jaspertstraße 61
60435 Frankfurt
Tel. (069) 95 41 58 05

Elternkreis drogengefährdeter und
drogenabhängiger Jugendlicher
Im Haus der Volksarbeit
Eschenheimer Anlage 21
60318 Frankfurt
Tel. (069) 61 58 80 und 15 01 0
Fax: (069) 61 58 80
Ansprechpartnerin: Brigitta Reitz

Drogennotruf
Angehörigenberatung
Frau Fischer
Musikantenweg 22
60316 Frankfurt
Tel.: (069) 62 34 51
Fax: (069) 9441998
e-mail: drogennotruf@t-online.de
<http://www.drogennotruf.de>

Zuständig für die Stadtteile:

Bonames, Nieder-Erlenbach,
Kalbach, Harheim, Nieder-
Eschbach, Ginnheim,
Dornbusch, Eschersheim
Berkersheim, Preungesheim,
Hausen, Praunheim
Heddernheim, Niederursel

Links

Allgemeine Infos für Eltern zur Suchtvorbeugung, Adressen Termine, Projekte

www.starke-eltern.de

Cannabis

<http://www.dhs.de/html/cannabis.html>

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V.

<http://www.bmgs.bund.de/deu/gra/themen/praevention/drogen/2386.cfm>

Bundesministerium für Gesundheit und soziale Sicherung

www.drogenberatung-jj.de

Drogenberatung online

<http://www.taima.org/de/links.htm>

Gute Übersicht von weiteren Links zum Thema Cannabis und Drogenpolitik

www.archido.de

Archiv für Drogenliteratur

<http://www.feelok.ch/v1/start/frameset.htm>

feelok ist ein internetbasiertes Computerprogramm und hat das Ziel, die Gesundheit und das Wohlbefinden Jugendlicher zu fördern.

Mit einer Rubrik „alles über Cannabis“

<http://www.partyack.de/inhalt/k-droinfo/k-dricanna.htm>

Infos zu Cannabis

<http://www.cedro-uva.org/lib/quensel.cannabis.4.html>

Artikel: Rezente Entwicklungen im Bereich Cannabis und Drogenpolitik, Rechtsprechung in den verschiedenen Bundesländern

<http://www.dr-walser.ch/index.html?cannabis.htm>

Artikel insbes. zu Konsumrisiken

<http://cannabis-archiv.de/>

Infos für Jugendliche, auch über Gefahren von Cannabis Konsum

<http://www.acmed.org/german/home.htm>

Cannabis als Medizin

www.drugcom.de

Angebot der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung mit dem Programm „quit the shit“ für Hasch-Aussteiger.

Literatur/Bibliographie

- Archido-Bibliographie Cannabis (591 Titel):
www.archido.de/biblio/bibliocannabis.htm
- DHS (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen)-Bibliographie Cannabis (166 Titel):
www.dhs-intern.de/pdf/Cannabis.pdf

Buchempfehlungen:

- DHS/Gassmann (Hrsg.): Cannabis – Neue Beiträge zu einer alten Diskussion. Lambertus Verlag, 2004
- Gehrig, Leo: Kiffen – Was Eltern wissen müssen. Verlag Pro Juventute, Zürich, 2001
- Kuntz, Helmut: Cannabis ist immer anders. Beltz Verlag, Weinheim, 2002
- Ahrens-Eipper, Sabine u.a.: Cannabis, Eine Information für Eltern, Lehrer/innen und weitere Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen. Mülheim, 1999
- Tossmann, Peter: Haschisch. Lebensprobleme und Drogenabhängigkeit. Ein Ratgeber für Eltern und Jugendliche. Beltz Verlag, Weinheim, 1998
- Herer, Jack: Die Wiederentdeckung der Nutzpflanze Hanf Cannabis Marihuana. Zweitausendeins Frankfurt, 2004 (Dt. Neuauflage)
- Kemmesies, Uwe E./ Werse, Bernd/ Müller, Oliver/Prinzleve, Michael: Jahresbericht MoSyD –Drogentrends in Frankfurt am Main 2003. Centre for Drug Research Johann Wolfgang Goethe Universität Frankfurt am Main, 2004

Häufig gestellte Fragen und Antwortmöglichkeiten

Fragen von Eltern zum Thema Cannabis:

- **Aus was besteht Cannabis?** Folie 3
Die Cannabisprodukte Haschisch und Marihuana bestehen aus dem Harz (Haschisch) bzw. den Blütenblättern und Blättern (Marihuana) der indischen Hanfpflanze (cannabis sativa). Das Harz wird auch Shit oder Piece genannt. Marihuana wird häufig als Gras oder Weed bezeichnet.
- **Wie wird es hergestellt?** Folie 3
Haschisch wird hergestellt, indem das Harz in bräunliche Brocken gepresst und getrocknet wird. Für die Gewinnung von Marihuana werden die Pflanzenteile getrocknet.

- **Wo kommt es her?**

Cannabis hat eine Jahrhunderte alte Tradition als Nutz- und Heilpflanze und als Rauschmittel. Die Verbreitung erfolgte von Asien über Afrika bis nach Europa und den amerikanischen Kontinent. Heute sind die Hauptanbaugebiete Marokko, die Türkei und zahlreiche weitere Staaten. Zunehmend ist auch die Indoor-Produktion, vor allem in den Niederlanden. Dort wird Cannabis unter Gewächshausbedingungen produziert, der THC-Wirkstoffgehalt ist in der Regel höher als bei importierten Produkten.
- **Wie sieht es aus? Wie riecht Cannabis?**

Cannabis-Haschisch sind hellbraune bis fast schwarze Harz-Brocken, je nach Qualität sehr hart bis knetbar. Wird es erhitzt, verbreitet es einen intensiven, schweren Duft. Die getrockneten grünen Cannabis-Blätter und Blüten sehen als Marihuana – allgemein gesprochen – aus wie eine Kräutermischung (Oregano, Thymian, ...), allerdings ist der Geruch süßlich und kräuteruntypisch. Manchmal wird der Geruch mit Weihrauch verglichen.
- **Wie teuer ist Cannabis?**

Der Preis von Haschisch und Marihuana liegt im Bereich von 4 – 8 Euro pro Gramm.
- **Macht Cannabis abhängig?** Folie 9
Cannabis macht im klassischen Sinne körperlich nicht abhängig, allerdings kann bei intensivem (täglichem) Konsum eine starke psychische Abhängigkeit auftreten. Entzugssymptome können Unruhe, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen sein.
- **Wie erkenne ich, ob mein Kind kifft?** Folien 4-6
Cannabis verstärkt vorhandene Stimmungen und Gefühle, kann die Stimmungslage anheben und /oder eine leichte Euphorie hervorrufen.
An akuten physischen Wirkungen/Symptomen können u.a. ein erhöhter Blutdruck, eine leichte Steigerung der Herzfrequenz, Augenrötung, Übelkeit, Absenkung der Körpertemperatur, Absenkung des Blutzuckerspiegels (gesteigerter Appetit nach Süßigkeiten), trockener Mund und/oder Schwindelanfälle auftreten. Möglich sind auch ausgesprochen heitere Gefühle, verbunden mit gesteigerter Kommunikationsfähigkeit, und intensivierte akustische und visuelle Sinneswahrnehmungen.
Das Hauptproblem für Eltern hierbei ist, dass alle Symptome auch andere Ursachen haben können. Wichtig ist daher, dass Eltern ihr Kind auf Veränderungen ansprechen. (s. auch Folie 11: `Angemessene Reaktion auf Konsum`).
- **Welche Nebenwirkungen können Auftreten?**

Unerwünschte Nebeneffekte sind häufig Denkstörungen mit bruchstückhaftem, assoziativem und ideenflüchtigem Denken. Vermindert werden können Konzentrationsfähigkeit, Aufmerksamkeit, Reaktionsvermögen und die Leistung des Kurzzeitgedächtnisses. Die Fähigkeit zur schnellen Informationsverarbeitung und zum abstrakten Denken wird ebenso beeinträchtigt wie die allgemeine physische und psychische Leistungsfähigkeit.
- **Welche Risiken bestehen?**

Zu den mittel- bis langfristige Risiken zählt die Möglichkeit des Auftretens von Leistungsproblemen, Teilnahmslosigkeit, Aktivitätsverlust, Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit, depressiven Verstimmungen und/oder Angstzuständen.
Es besteht die Möglichkeit der Entstehung einer psychischen Abhängigkeit durch hohen und dauerhaften Cannabiskonsum. Anzeichen können sein: Leistungsabfall, abwesendes Verhalten, Neigung zum Rückzug und zur Verslossenheit, allgemeine

Apathie. Regelmäßiger Konsum erhöht die Wahrscheinlichkeit, bei Veranlagung eine psychische Störung wie eine Psychose, Schizophrenie oder Depression auszulösen. Regelmäßige, gewohnheitsmäßige Einnahme von stark psychoaktiven Substanzen verzögert und beeinträchtigt die psychische Reifung (Persönlichkeitsentwicklung) der Jugendlichen und erschwert den Schritt in die Selbständigkeit.

- **Welche Folgeschäden können entstehen?** Folien 7-8
Physische Auswirkungen sind selten und akut meist nicht stark ausgeprägt. Allerdings enthält der Rauch von Cannabis Schadstoffe, die im Vergleich zu Tabak wesentlich giftiger eingeschätzt werden und Lungen- und Bronchialerkrankungen hervorrufen können. Hinzu kommt die gesundheitsschädigenden Wirkung des beigemischten Tabaks, der u.a. Herz- und Kreislaufprobleme hervorrufen kann.
Zu den potentiellen psychischen und sozialen Folgen zählen: Einschränkungen im Denk-, Urteils- und Kognitionsvermögen, Amotivationsyndrom, verminderte Belastbarkeit, Rückzugstendenzen, Gleichgültigkeit.
- **Wie wird Cannabis konsumiert?** Folie 3
Cannabis wird überwiegend geraucht, meist mit Tabak vermischt oder pur. Hierfür sind Rauchutensilien wie lange Zigarettenpapiere, Pfeifen oder Wasserpfeifen legal frei käuflich in so genannten Head-Shops.
Seltener wird Cannabis oral konsumiert, also gegessen oder getrunken, die Wirkung ist dann besonders schwer einzuschätzen und setzt erst spät ein, das Risiko einer Überdosierung ist hoch.
- **Was ist eine Bong? Was ist ein Eimer?**
Eine Bong ist eine Wasserpfeife, die Wirkung ist stärker als bei der selbst gedrehten Haschischzigarette (Joint).
Ein Eimer ist etwas kompliziert zu erklären: Ein Eimer wird mit Wasser gefüllt. In diesen wird eine unten abgeschnittene Plastikflasche gehalten, so dass nur noch 5-10 cm herausschauen. Auf den Flaschenhals wird nun (z.B. auf um den Hals gewickelter Alu-Folie, die oben durchlöchert ist) die entzündete Cannabis-Tabak-Mischung platziert. Zieht man nun die Flasche langsam nach oben (ohne dass diese komplett über Wasser ist), füllt sich diese durch Unterdruck mit Rauch. Nun nimmt man die Alufolie (oder sonstiges) ab, geht mit dem Mund an den Flaschenhals und drückt die Flasche nach unten und atmet gleichzeitig ein. Das gesamte Volumen an Rauch wird in die Lunge gedrückt. Auch hier ist die Wirkung stärker als beim Joint.
- **Wie hoch ist der Wirkstoffgehalt?** Folien 13-16
Der Wirkstoffgehalt an THC liegt durchschnittlich zwischen 6% und 16%, stärkere Gehalte kommen selten vor. (s. auch Folie `Wirkstoffgehalt THC`)
- **Ist Cannabis legal?** Folie 10
Besitz von und Handel mit Cannabis sind illegal und stehen unter Strafandrohung.
- **Gibt es legale Cannabisprodukte?**
Die Rausch erzeugenden Cannabisprodukte sind illegal. Allerdings gibt es aus Nutzhanf (mit wirkungslosem, geringem THC-Gehalt) produzierte Kleidung, Kosmetika, und mit Hanfsamen oder Hanföl zubereitete Lebensmittel wie Schokolade und Getränke, versehen mit dem fünfblättrigen Cannabisblatt als Logo. Diese Produkte sind nicht Rausch erzeugend.
Die medizinische Verwendung von Cannabis ist klar von der Verwendung als Rauschmittel zu trennen. Es existieren Medikamente, die den Cannabiswirkstoff THC enthal-

ten und bei HIV- oder an Krebs erkrankten Menschen appetitanregend wirken, die Rauschwirkung spielt hier keine Rolle.
Ebenfalls legal ist der Verkauf von Rauchutensilien wie Pfeifen, Wasserpfeifen, und langen Zigarettenpapieren.

- **Was passiert, wenn mein Kind erwischt wird?** Folie 10
Wenn ihr Kind mit Cannabis erwischt wird, hängt alles weitere davon ab, welche Menge sichergestellt wurde. Kleine Mengen zum Eigengebrauch werden üblicherweise nicht strafrechtlich verfolgt. Das Ermittlungsverfahren wird von der Staatsanwaltschaft eingestellt. Die Grenzen liegen in Hessen bei 30 Gramm, in Bayern bei 0,3 Gramm, die restlichen Bundesländer liegen dazwischen. Es kann sein, dass sich die Jugendgerichtshilfe mit einem Beratungsangebot einschaltet oder dass ein Beratungstermin in einer Drogenberatungsstelle auferlegt wird.
- **Was passiert bei KonsumentInnen mit ihrem Führerschein?**
Das Führen eines Kraftfahrzeuges unter der Wirkung von Cannabis oder anderen Drogen wird geahndet. Folgen können Bußgelder von 250-1500 Euro, ein Fahrverbot zwischen einem und drei Monaten und/oder der Eintrag von 4 Punkten im Verkehrszentralregister sein. Sollte im fahruntüchtigen Zustand ein Fahrzeug geführt worden sein, erfolgt eine Verurteilung wegen `Trunkenheit im Verkehr`, bei Unfall wegen `Straßenverkehrsgefährdung`. Hieraus können gravierende Folgen entstehen wie eine Geld- oder Freiheitsstrafe, der Entzug der Fahrerlaubnis, eine Führerscheinsperre von 6 Monaten bis 5 Jahren, 7 Punkte im Verkehrszentralregister und gegebenenfalls eine medizinisch-psychologische Untersuchung (MPU) vor Neuerteilung der Fahrerlaubnis.
Die Führerscheinstelle prüft bei jeder mitgeteilten Auffälligkeit im Zusammenhang mit Cannabis, ob von dem Betroffenen eine Gefahr für die anderen Verkehrsteilnehmer ausgeht. Kann keine dauerhafte Drogenfreiheit nachgewiesen werden, wird der Führerschein einbehalten.
Eltern sollten sicherstellen, dass Ihre Kinder über die Gesetzeslage informiert sind, häufig kursieren unter Jugendlichen hier gravierende Fehleinschätzungen.

Weitere Fragen unter:
www.ausweg.de/frame_faq7.htm

Beispielfragen von Jugendlichen zum Thema Cannabis:

Die folgenden Fragen und Antworten wurden uns freundlicherweise von der drug-box, einem Informationsangebot der Stadt Ludwigshafen, zur Verfügung gestellt.

- **Tommy, 17 Jahre: Meine Freunde wollten mich überreden, Haschisch zu rauchen. Ich habe mich aber nicht getraut. Stattdessen habe ich dann ein bisschen davon gegessen. Als die anderen schon längst wieder einen klaren Kopf hatten, war mir immer noch schlecht!! Wieso?"**
Keiner Wunder, Tommy: Gegessenes Haschisch beginnt später zu wirken und die Wirkung hält länger an als wenn man es raucht. Das liegt u.a. daran, dass gegessenes Haschisch erst einmal im Magen und Dünndarm verdaut werden muss. Die Intensität der Wirkung hat auch damit zu tun, wie viel du vorher im Magen hattest.
Auf jeden Fall sind die Wirkungen von gegessenem Haschisch noch mindestens 12 Stunden und länger zu spüren. Je mehr Haschisch du isst, desto einschläfernder wird die Wirkung. Die seelischen Wirkungen von gegessenem Haschisch sind oftmals mächtiger als von Gerauchtem. Deine Schilderung von Übelkeit haben also auch andere schon erlebt. Manche Leute berichten von Angst oder Gefühlen, hilflos zu sein.

Wenn du vorhaben solltest (was ich aber nach deinen Erfahrungen nicht mehr vermute), deinen Versuch zu wiederholen, dann denke bitte daran, ob du am nächsten Tag arbeiten musst. Der Umgang mit Maschinen und Fahrzeugen ist gefährlich, wenn man schläfrig ist oder die Übelkeit einen plagt.

Aus: drug-box

- **Björn, 19 Jahre: Die Polizei hat meinen Kumpel beim Autofahren erwischt und ihm den Führerschein abgenommen. Er hatte vorher gekifft und irgendwie haben die das wohl gemerkt. Ich dachte immer, Alkohol und Autofahren sei schlimmer. Was kommt jetzt alles auf ihn zu?**

Diese Fälle haben sich in den letzten Jahren immer häufiger gezeigt. Im Gegensatz zu Alkoholfahrten wo es die Promillegrenze gibt, besteht bei Drogenfahrten kein Grenzwert. Jeder nachgewiesene Konsum, auch wenn er "gering" war, wird verfolgt. Die Polizei meldet den Vorgang dem Straßenverkehrsamt und von dort werden nächste Schritte eingeleitet. Das, was dann passiert, hängt insbesondere von der Menge und der Häufigkeit des Konsums ab. Es kann sein, dass dein Freund zu einer amtsärztlichen Untersuchung muss und Drogenscreenings durchgeführt werden. Wenn aufgrund der Untersuchungen der Verdacht besteht, dass er regelmäßig und verstärkt konsumiert, dann kann auch eine MPU (Medizinisch-psychologische Untersuchung) erforderlich sein. Zu den Kosten: eine MPU kostet ca. 500 €, jedes Drogenscreening ca. 75 €. Was für deinen Freund jetzt sehr wichtig ist: er soll schnellstens eine Beratungsstelle aufsuchen und dort mit den Beratern über seinen Konsum sprechen. Der Nachweis dieser Gespräche ist später sehr wichtig um zu beweisen, dass er sich umgehend um das Problem gekümmert hat und daran arbeitet!! Es wird auch geprüft, wie seine Einsicht seinem eigenen Verhalten gegenüber aussieht. Und er sollte ab sofort nicht mehr kiffen oder andere Drogen nehmen! Auch das stärkt seine Position, wenn es darum geht, wie schnell und zu welchem Preis er den Führerschein zurückerhält.

Aus: drug-box

- **Yasmin, 17 Jahre: "Meine Freundin hat gesagt, wenn Männer zu viel kiffen, können sie keine Kinder mehr zeugen. Ich will das gar nicht glauben."**

Aber es stimmt! Es ist nachgewiesen, dass langfristiger und intensiver Cannabiskonsum die Fruchtbarkeit negativ beeinflusst. Männer produzieren dann weniger Spermazellen. Wenn Frauen lang anhaltend und oft kiffen, kann ihr Menstruationszyklus gestört werden. Das häufige Kiffen stört den Hormonhaushalt. Wenn nicht mehr konsumiert wird, bilden sich die Störungen allerdings wieder zurück.

Aus: drug-box

- **Petra, 15 Jahre: "Um meinen Freund mache ich mir Sorgen. Er kifft mittlerweile jeden Tag. Eigentlich kenne ich ihn fast nur noch zgedröhnt. Man sagt doch immer, dass Liebe Wunder bewirken kann. Ich möchte ihm so gerne helfen, da raus zu kommen."**

Du denkst an diese Geschichte, bei der eine Prinzessin einen Frosch küsste und aus dem Frosch wurde ein wunderschöner Prinz? In der Realität wäre es eher so, dass die Prinzessin selbst zu einem Frosch würde.

Was ich damit meine ist: Deine Idee, die Retterin deines Freundes zu werden, ist wahrscheinlich nicht zu erfüllen. Dein Freund hat seine Gründe, warum er sich zuredhnt. Du bist weder der Grund, noch kannst du ihn davon abhalten. Liebe ist etwas Wunderschönes, aber sie kann keine Krankheiten heilen und umerziehen kann man damit auch niemanden. Wenn du ihm helfen willst, sag ihm deutlich, was dich an seinem Verhalten stört und biete ihm an, ihn am Anfang zu einer Drogenberatungsstelle zu begleiten. Wenn er das ausschlägt, wirst du seine Entscheidung nicht ändern

können. Er lebt sein Leben, wie er es will. Das bedeutet für dich, dass du schauen musst, wo du bleibst. Ich nehme an, es macht nicht viel Freude mit einem dauernd bekifften Freund zusammen zu sein. Unternimm etwas mit Leuten, mit denen du echte Unterhaltung haben kannst und die nicht wie dein Freund in ihrer eigenen Welt leben.

Mädchen und Frauen haben leicht diesen Rettergedanken, dass sie jemanden im Knast retten oder von Drogen heilen. Bei manchen Frauen stellt sich eine Mischung aus Bewunderung und Helfen wollen ein. Auf der einen Seite bewundern sie einen Menschen, der am Rande lebt, evtl. weil sie ihr eigenes Leben für simpel und so angepasst halten. Auf der anderen Seite sind diese Rettungsgedanken da. Das hat auch viel mit Erziehung zu tun und z.B. mit Filmen oder Zeitschriftenstories, in denen so eine Welt gezeigt wird.

Falls dein Freund sich nicht verändern will und du weiterhin seine Retterin sein möchtest, würdest du mit der Zeit selbst traurig und bitter.

Aus: drug-box

Wie kann es weitergehen?

Auch wenn ein einzelner Elternabend noch keine unmittelbaren Auswirkungen auf das Konsumverhalten an ihrer Schule haben mag, kann er doch wichtige Impulse für weitergehende Aktivitäten auslösen:

- ◆ **Ein Elternarbeitskreis zum Thema Suchtprävention oder Gesundheit entsteht**
- ◆ **Eltern fragen Folgeveranstaltungen und Materialien nach**
- ◆ **Eltern beteiligen sich verstärkt an schulischen Prozessen**
- ◆ **Eltern suchen Beratung zu Erziehungsproblemen**
- ◆

Viel Erfolg!

Anstelle eines Schlusswortes

Liebe Lehrkräfte,

die Elternarbeit zur Suchtprävention hat ihre Grenzen, bitte verzagen Sie nicht: Eltern haben einen anderen Blickwinkel auf das Thema als Sie. Vielleicht erreichen Sie mit einer einmaligen Informationsveranstaltung nur einen sehr kleinen Teil der von Ihnen gewünschten Veränderungen. Wirksamer als Informationsvermittlung ist das gelebte Leben: Wie Sie mit sich und Ihrem eigenen Suchtmittelgebrauch umgehen, wie sie in der Schule mit Problemverhalten umgehen, Konflikte bearbeiten und Lösungen finden, Streit schlichten, Interessenskonflikte behandeln, Enttäuschungen, Angst und Trauer bewältigen, ist von unmittelbarer Wirkung auf Schüler und Eltern. Und keine Sorge, gerade Jugendliche brauchen keine idealen, sondern reale Vorbilder, an denen sie sich orientieren können für Ihre eigene Entwicklung.

Gesagt	ist noch nicht	gehört
Gehört	ist noch nicht	zugehört
Zugehört	ist noch nicht	verstanden
Verstanden	ist noch nicht	ausprobiert
Ausprobiert	ist noch nicht	erfolgreich ausprobiert
Erfolgreich ausprobiert	ist noch nicht	beibehalten!