

# Suchtprävention aktuell

Newsletter der Suchthilfe Aachen

Nr. 59/2021 August 2021

SUCHTHILFE  
AACHEN



Suchthilfe Aachen  
Fachstelle für Suchtprävention  
Hermannstr. 14  
52062 Aachen  
Tel.: 0241 – 41356128  
[michel@suchthilfe-aachen.de](mailto:michel@suchthilfe-aachen.de)  
[www.suchthilfe-aachen.de](http://www.suchthilfe-aachen.de)

## Trendthema CBD – Das neue Wundermittel?!

Immer häufiger trifft man z.B. in Drogeriemärkten auf CBD – also Cannabidiol. Dabei handelt es sich um eins von weit über 100 bisher bekannten Cannabinoiden der weiblichen Cannabispflanze. In der Werbung werden die positiven Wirkungen angepriesen. Aber was hat es damit auf sich? Ist der Konsum wirklich so hilfreich und auch legal? Diese und ähnliche Fragen erreichen die Mitarbeitenden der Jugend- und Drogenberatung der Suchthilfe Aachen vermehrt. Besonders Eltern oder Fachpersonal der Kinder- und Jugendhilfe sind besorgt. Aber



auch in Beratungsgesprächen mit Menschen, die bereits Probleme mit einem erhöhten Cannabiskonsum haben, taucht das Thema immer häufiger auf.

### Was steckt hinter CBD?

Der vermutlich bekannteste Wirkstoff im Marihuana und Haschisch ist Tetrahydrocannabinol – kurz THC. Er ist für den Rausch beim Kiffen zuständig und wird im Betäubungsmittelgesetz als illegale Droge aufgeführt. CBD wird jedoch nachgesagt, dass es keine berauschende Wirkung mit sich bringt. Als Öle, Kapseln, Kaugummis oder Tees wird CBD mittlerweile nicht nur über das Internet, sondern auch z.B. in Drogeriemärkten legal vertrieben. Voraussetzung ist, dass der THC-Gehalt 0,2 Prozent nicht übersteigt. Laut Werbung treten u.a. bei chronischen Schmerzen, Migräne, Schlafstörungen, aber auch bei psychischen Störungen wie Ängsten, Depressionen oder Schizophrenie positive Effekte auf.

Trotz dieser scheinbaren medizinischen Gründe werden CBD-haltige Produkte in Deutschland nicht etwa als Medikamente angeboten, sondern als Nahrungsergänzungsmittel. Dies bringt ein paar kritische Punkte mit sich, denn zum einen werden Lebensmittel nicht so stark kontrolliert wie Medikamente. Zum anderen hat die Pharmaindustrie daher wenig Interesse daran, evidenzbasierte Studien zu Nutzen und Effekten des CBD durchzuführen. Die Datenlage bleibt somit bislang dünn und widersprüchlich.

### **Kann CBD bei der Cannabisentwöhnung helfen?**

Einige unserer Klienten hoffen darauf, dass sie durch das Rauchen von CBD-haltigen Blüten ihren Marihuana- oder Haschischkonsum in den Griff bekommen. Zwar beruhigt CBD, doch die bisher bekannten und erhofften Effekte durch THC bleiben aus, sodass meist doch wieder zur illegalen Variante gegriffen wird. Langfristig ist die Auseinandersetzung mit dem eigenen Suchtverhalten, der Funktion des Konsums sowie der Erarbeitung von Lösungsstrategien und alternativen Verhaltensweisen effektiver und nachhaltiger.

Wer als Angehöriger oder Multiplikator Fragen zu Cannabis hat, wer als Betroffener Unterstützung bei der Reduktion des Konsums oder einer Abstinenz möchte, kann montags von 16:00 bis 18:30 Uhr und donnerstags von 10:00 – 12:00 Uhr die offenen Sprechstunden der Jugend- und Drogenberatung besuchen. Die Beratung ist kostenlos. Alle Mitarbeitende unterliegen der Schweigepflicht und haben Zeugnisverweigerungsrecht.

Tel.: 0241-980920, [drogenberatung@suchthilfe-aachen.de](mailto:drogenberatung@suchthilfe-aachen.de), [www.suchthilfe-aachen.de](http://www.suchthilfe-aachen.de)

### **Befragung: Auswirkungen von Corona auf die Suchtprävention**

Das Institut für interdisziplinäre Sucht- und Drogenforschung in Hamburg führt im Rahmen des Projekts „Auswirkungen von Covid-19 auf die Suchtprävention in Deutschland – Chancen und Risiken einer stärkeren Digitalisierung“ aktuell eine bundesweite Online-Befragung durch. Diese Befragung richtet sich insbesondere an Fachkräfte und Fachstellen der Suchtprävention, Lehrkräfte, schulische Sozialarbeiter sowie Mitarbeitende der offenen Kinder- und Jugendarbeit.



Das Institut ist an den Erfahrungen und Einschätzungen der Kolleginnen und Kollegen in Bezug auf die Suchtprävention während des durch Corona bedingten Lockdowns und damit zusammenhängender Einschränkungen für Schulen, für die offene Kinder- und Jugendarbeit, aber auch in der Zusammenarbeit mit Eltern seit März 2020 interessiert. Insbesondere geht es dabei auch um die Vor- und Nachteile einer Digitalisierung der Suchtprävention.

Das gesamte Forschungsprojekt wird von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit gefördert.

Die Online-Umfrage läuft seit dem 15.06.2021 und **geht bis zum 31.08.2021**. Sie ist unter folgendem Link zu erreichen: <https://lime.isd-hamburg.de/index.php/944323?lang=de>

**Online-Veranstaltungen ansprechend gestalten**

Wir haben auch an der o.g. Befragung teilgenommen und dies zum Anlass genommen, unsere Erfahrungen mit Online-Veranstaltungen für Schüler, Eltern und Multiplikatoren zu reflektieren. Erste Veranstaltungen fanden - gerade im Bereich der betrieblichen Suchtprävention – im Herbst 2020 mit Beginn des zweiten Lockdowns statt. So richtig Fahrt hat das Thema dann zu Beginn dieses Jahres genommen, wie diese Übersicht zeigt:

## Rückblick Januar – 07.07.2021

SUCHTHILFE  
AACHEN



Art der Veranstaltungen	Anzahl	Erreichte Personen
Elternabende	12	309
Klassenbesuche	19	448
Multiplikatoren	14	198
Betriebe	15	250
Fachtag	1	124
Lesereise	7	854
Peerschulung	1	13
Insgesamt	69	2196

Unsere Erfahrungen haben wir zwischenzeitlich in vier digitalen Methodenschulung „Online-Seminare ansprechend gestalten“ weitergegeben. Dabei haben wir die wichtigsten Grundlagen vorgestellt, die es braucht, um auch online die Teilnehmenden zu begeistern und ein Gruppengefühl herzustellen. Abwechslungsreiche Methoden und Tools wurden angespielt. Unser Ziel war es, den Teilnehmenden der digitalen Schulung konkrete Ideen zu vermitteln, wie sie ihren digitalen Unterricht und/oder Online-Veranstaltungen interessant gestalten können.

Auch wenn die Inzidenzzahlen gerade sehr niedrig sind und wir davon ausgehen, nach den Sommerferien alles wieder in Präsenz stattfinden lassen zu können, feilen wir gerade an weiteren Fortbildungsideen, um das digitale Arbeiten zu fördern. Denn wir sind davon überzeugt, dass diese Kompetenzen auch nach der Corona-Pandemie von Nutzen sein können und digitale Formate nicht mehr nur eine Notlösung sind.

## Termine

### **Donnerstag, 09.09.2021, 18 – 19.30 Uhr**

#### **Informationsabend: Cannabiskonsum bei Jugendlichen**

Als illegale Droge mit ihrer spezifischen Wirkung ist Cannabis besonders spannend und interessant für Jugendliche. Eltern und Multiplikatoren wissen oft in der Anfangszeit nicht, dass ihre Schützlinge konsumieren, bzw. mit anderen Konsumenten Kontakt haben. Woran können sie also erkennen, dass konsumiert wird? Und wie können sie damit umgehen? Für die damit verbundenen Probleme, Sorgen, Veränderungen und Konflikte in der Familie, Schule oder Einrichtung bieten wir Informationen und Aufklärung. Der Abend ist ein offenes Angebot für alle interessierten Eltern und Multiplikatoren.

**Ort:** Suchthilfe Aachen, Jugend- und Drogenberatung, Herzogstr.4, 52070 Aachen

**Anmeldung:** Edith Baksa, Tel.: 0241-9809210, [baksa@suchthilfe-aachen.de](mailto:baksa@suchthilfe-aachen.de)

**Anmeldeschluss:** 02.09.2021, begrenzte Teilnehmerzahl

**Kosten:** € 5,- (bar zu zahlen zu Beginn der Veranstaltung)

### **Dienstag, 14.09.2021, 14 – 17 Uhr**

#### **„Methodenkoffer Cannabis“ – praktische Methoden der Cannabisprävention**

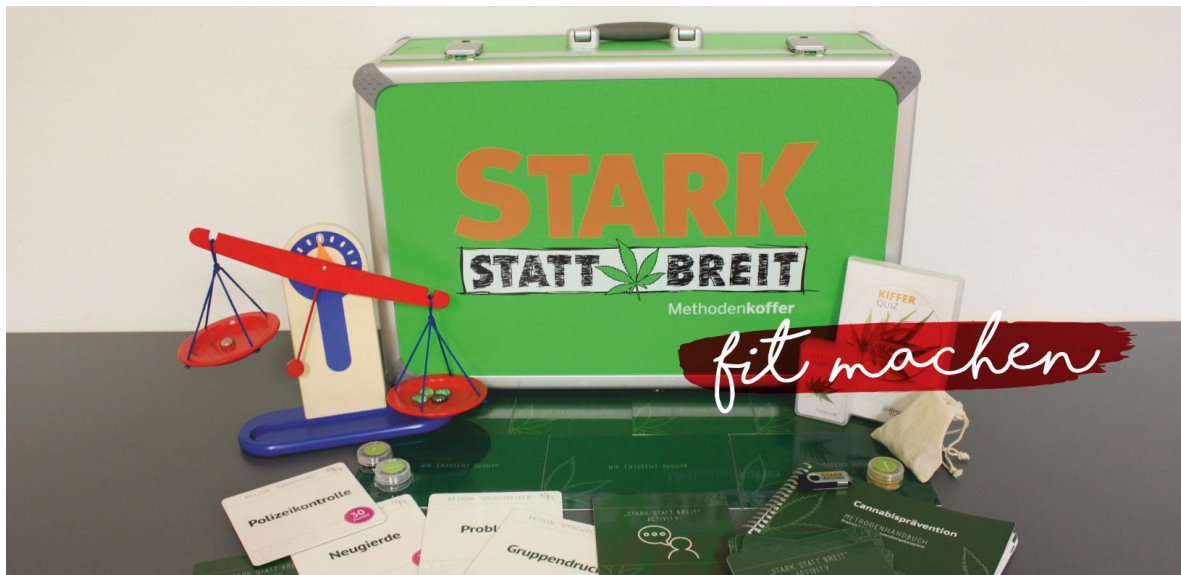
Studienergebnisse der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) dokumentieren einen Anstieg des Cannabiskonsums unter jungen Menschen in Deutschland. Im Rah-

men unserer Fortbildung präsentieren wir Multiplikatoren erprobte Methoden der Cannabisprävention. Diese können im Anschluss selbständig und „eins zu eins“ im Unterricht oder Gruppenstunden durchgeführt werden.

**Ort:** Suchthilfe Aachen, Hermannstr. 14, 52062 Aachen

**Anmeldung:** Fachstelle für Suchtprävention, Saskia Engelhardt, Tel: 0241/4135610, [engelhardt@suchthilfe-aachen.de](mailto:engelhardt@suchthilfe-aachen.de)

**Kosten:** 15,- Euro



**20.09., 21.09., 28.10.2020, jeweils von 9 – 17 Uhr**

### **Basis-MOVE – motivierende Kurzintervention bei konsumierenden Jugendlichen**

Im Seminar lernen die Teilnehmer ein brauchbares Beratungs-Instrument, um bestehende Gesprächssituationen mit dem Schwerpunkt Sucht effektiver zu gestalten. Das Konzept mischt theoretische Grundlagen (motivational interviewing; Modell zur Entstehung von Motivation) und Hintergrundwissen mit praktischen Übungen. Das hier erlernte Wissen ist übertragbar auf andere schwierige Gesprächssituationen sowie Zielgruppen.

**Ort:** Suchthilfe Aachen, Hermannstr. 14, 52062 Aachen

**Anmeldung:** Fachstelle für Suchtprävention, Yvonne Michel, Tel.: 0241/41356130, [michel@suchthilfe-aachen.de](mailto:michel@suchthilfe-aachen.de)

**Kosten:** 150,- Euro (inkl. Verpflegung; Fortbildungsmaterialien und Zertifikat)