

ZEITUNG

Die Zeitung für Suchtprävention

EDITORIAL

Liebe Leserin,
lieber Leser,

diese Ausgabe der ZEITUNG ist in Corona-Zeiten entstanden. Ob, und wenn ja, in welcher Weise, diese Krise auch Auswirkungen auf Konsum und Sucht beziehungsweise Suchthilfe und -prävention hatte oder hat, kann erst in einer der nächsten Ausgaben Thema sein. Noch gibt es dazu keine Daten und Fakten – wir sind aber gespannt!

Im Aufmacher dieser ZEITUNG dreht sich alles um ein ganz Deutschland betreffendes Thema: In einem Jahr soll ein neuer Glücksspielstaatsvertrag in Kraft treten, der von Fachkräften überaus kritisch gesehen wird. Und im Mittelpunkt der Ausgabe steht ein Thema, das ebenfalls nicht nur, aber insbesondere Heranwachsende betrifft: Substanzkonsum und sexuelle Gewalt.

Auf Seite 3 finden Sie einen kurzen Bericht zu einer ungewöhnlichen Aktion im Rahmen der Aktionswoche für Kinder aus Suchtfamilien und auf Seite 6 informieren wir über Energy-Drinks. Auf Seite 7 setzen wir unsere Interview-Reihe fort: Dieses Mal stellen wir – passend zum Leitartikel – eine der Fachberatungsstellen Glücksspiel-sucht in Hamburg vor.

Blieben Sie gesund wünscht

Gabi Dobusch
SUCHT.HAMBURG

► GLÜCKSSPIEL:

Jugendliche und junge Erwachsene: Was bringt der neue Glücksspielstaatsvertrag?

Zum 1. Juli 2021 soll der neue Glücksspielstaatsvertrag in Kraft treten – aus dem GlüÄndStV wird der GlüNeuStV. Verbände und Expert*innen haben sich kritisch mit dieser umfangreichen Neuregulierung auseinandergesetzt – auch in Hinblick auf die vulnerable Gruppe der Jugendlichen und jungen Erwachsenen.

Der erste Kontakt mit Glücksspielen findet häufig im Jugendalter statt. Die meisten – häufig so genannten – Spieler*innenkarrieren beginnen ebenfalls oft in jungen Jahren: Vor allem problematisch beziehungsweise pathologisch spielende Männer berichten, dass sie bereits früh in ihrem Leben mit dem Spielen angefangen

haben. Zwar ist die Teilnahme an Glücksspielen jeder Art durch den Glücksspielstaatsvertrag geregelt und erst mit Erreichen der Volljährigkeit erlaubt. Dennoch haben Jugendliche Zugang zu Glücksspielen, wie die aktuellen Zahlen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung belegen: Etwa 15 Prozent der 16- bis 17-

jährigen – also noch minderjährigen – Jugendlichen haben in den zwölf Monaten vor der Befragung an mindestens einem Glücksspiel teilgenommen.

Am weitesten verbreitet sind in der Gruppe der 16- bis 17-jährigen Jugendlichen Sofortlotterien wie beispielsweise Rubbellose. Fast ein Viertel der Befragten in dieser Alters-spanne hat in seinem Leben mindestens einmal an einer Sofortlotterie teilgenommen. Auf den Plätzen 2, 3 und 4 der bei Jugendlichen beliebtesten Glücksspiele folgen mit deutlichem Abstand Casinospiele im Internet (3%), Sportwetten (2,8%) und Geldspielautomaten (2,6%).

Expert*innen sind sich einig, dass es sich bei Geldspielautomaten und Internetcasinospiele um Glücksspielarten mit besonders hohem Gefährdungspotenzial handelt. Insbesondere Glücksspiele im Internet waren bislang in Deutschland verboten und sollen nun mit dem neuen Glücksspielstaatsvertrag erlaubt werden.

[Fortsetzung auf Seite 2]



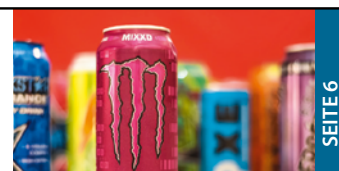
Geldspielautomat (@Fotalia Harald Richter 2009)



SEITE 3

**Aktionswoche für
Kinder aus Suchtfamilien:
Kinderbücher zum Thema**

**Energy-Drinks und Energy-Shots
im Alltag von Jugendlichen:
schrill, bunt, süß und billig**



SEITE 6

Stand der Dinge

Über viele Monate hinweg haben die Bundesländer über die Inhalte des neuen Vertrags diskutiert. Vor kurzem haben die Ministerpräsident*innen der Bundesländer in Berlin dem Vertragsentwurf nun im Großen und Ganzen ohne Änderungen zugestimmt. Jetzt müssen nur noch die Landesparlamente zustimmen. Sollte dies in den kommenden Monaten geschehen, wird sich zum Leidwesen der Suchthilfe und Suchtprävention, aber auch vieler Spieler*innen einiges im deutschen Glücksspielwesen ändern.

Der Fachverband gegen Glücksspielsucht e. V. (fags) sowie auch zahlreiche weitere Verbände und Suchtforschungsinstitute haben in ihren Stellungnahmen eine Vielzahl von Kritikpunkten am *GlüNeuRStV* vorgebracht, die im Folgenden vorgestellt werden. Insbesondere die Relevanz für Jugendliche und junge Erwachsene steht dabei im Fokus.

Jugendschutz

Der *fags* kritisiert in seiner Stellungnahme die Gleichrangigkeit der Ziele des Staatsvertrags. So sollte der Schutz der Bevölkerung in Form von Verhinderung der Entstehung von Glücksspielsucht und daraus resultierender Schäden sowie die Gewährleistung des Jugend- und Spielerschutzes gegenüber den anderen Zielen klar höher gewichtet und als vorrangiges Ziel der Glücksspielgesetzgebung angesehen werden. Alle weiteren Ziele des Staatsvertrages sollten diesen Zielen nachgeordnet werden.

Werbung

Die im *GlüNeuRStV* formulierten Regelungen zur Werbung sollten nach Auffassung des *fags* nicht liberaler gehandhabt werden als Werbung für andere gefährliche Güter wie zum Beispiel Tabak. Es besteht insbesondere die Gefahr, dass Glücksspielwerbung im Allgemeinen gerade Jugendliche beziehungsweise junge Erwachsene und damit eine vulnerable Personengruppe anspricht.

Der *fags* wie auch die Bremer Fachstelle Glücksspielsucht der Universität Bremen fordern ein umfassendes Werbeverbot für riskante Formen des Glücksspiels (Spielautomaten, Sportwetten, Casinospiele, Poker jeweils

online und terrestrisch) beziehungsweise für alle Formen des Glücksspiels, um den mit der weitgehenden Liberalisierung von Onlineglücksspielen verbundenen Risiken begegnen zu können. Positive Effekte im Sinne des Spieler- und des Jugendschutzes seien erst von spürbaren Werberestriktionen zu erwarten.

Neben einer Differenzierung mit der Option, riskante Formen des Glücksspiels wie das virtuelle Automatenspiel zunächst nicht zuzulassen, fordern auch die Forscher*innen des Zentrums für interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS) in ihrer Stellungnahme differenzierte Vorgaben in Hinblick auf den Jugendschutz. So sollten bestimmte Formen erst ab 21 Jahren erlaubt werden.

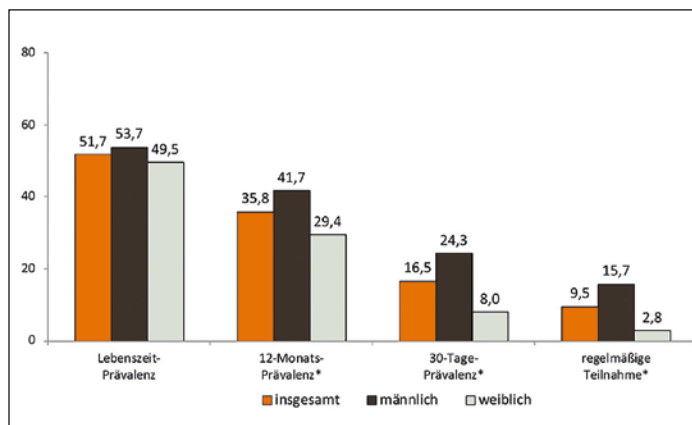
Limitierungssystem

Auch ein neues Limitierungssystem soll den Spieler*innenschutz zukünftig verbessern. Dieses Limitierungssystem für den Bereich des Onlineglücksspiels wird – trotz datenschutzrechtlicher Bedenken – grundsätzlich begrüßt. Aus Sicht des *fags* ist es für eine suchtpreventive Wirkung jedoch zwingend, zumindest auch den mit hohem Suchtpotential einhergehenden Bereich der Spielhallen mit einzuschließen. Das im *GlüNeuRStV* vorgesehene Einsatzlimit von 1.000 € könne ja umgangen werden, indem Spieler*innen nach Erreichen des Limits bei virtuellen Spielen einfach auf die Spielhalle um die Ecke ausweichen.

Begrüßt wird die Einrichtung eines zentralen und spielformübergreifenden Sperrsystems. Kritikpunkte sind jedoch die Möglichkeit der Aufhebung der Sperre nach relativ kurzer Zeit: Die Mindestsperrdauer kann auf Antrag der Spieler*innen auf nur drei Monate festgelegt werden – nach Sicht des *fags* nur eine Option für Personen mit leichteren Glücksspielproblemen, nicht jedoch für Glücksspielsüchtige.

Zentrale Aufsicht

Die Einrichtung einer gemeinsamen zentralen Glücksspielaufsichtsbehörde wird vom *fags* ebenso grundsätzlich befürwortet. Es ist davon auszugehen, dass die Behörde technisch und personell sehr gut ausgestattet sein wird. Damit die Behörde ihre Unabhängigkeit sicherstellen kann, sollen Compliance-Regeln und andere Instrumente



Glücksspielteilnahme der 14- bis 17-Jährigen in Hamburg 2018. Angaben in %, SCHULBUS 2018

sichergestellt werden. Im Weiteren regt der *fags* an, den *GlüÄndStV* zu verlängern, bis die gemeinsame Aufsicht aufgebaut ist, und erst dann den Markt für Internetglücksspiel zu öffnen.

Resümee

Eine positive Erkenntnis der letzten Jahre ist, dass das Glücksspielen bei Jugendlichen insgesamt rückläufig ist. Durch den *GlüNeuRStV* werden nun jedoch Glücksspiele erlaubt, die bei Jugendlichen sowohl beliebt wie auch im Internet leicht und rund um die Uhr verfügbar sind. Problematisch ist, dass viele Anbieter bislang häufig einen wirksamen Jugendschutz umgehen. Hinzu kommt, dass auch die technischen Voraussetzungen um beispielsweise das Alter der Spielenden überprüfen zu können, im Internet meist leicht ausgehebelt werden können. Im Weiteren sehen viele Spiele im Internet oder auf dem Smartphone zunächst auch gar nicht nach einem Glücksspiel aus, wie zuletzt die Diskussionen um das Spiel *Coin Master* gezeigt haben.

Tipps für Lehrkräfte und Eltern

Sowohl Eltern wie auch Lehrkräften und pädagogischen Fachkräften ist daher zu empfehlen, Interesse an den Aktivitäten der Kinder und Jugendlichen im Internet und Smartphone zu zeigen sowie gewahr zu sein, was die Kinder und Jugendlichen spielen. Denn wenn sich bereits über längere Zeit ein kritisches Spielverhalten entwickelt hat oder sich sogar Spielschulden angehäuft haben, ist es umso schwieriger, aus einer solchen Situation wieder herauszukommen.



Christiane Lieb
SUCHT.HAMBURG

INFOS + HILFEN

- Tipps und Infos rund um das Thema Glücksspiel, Beratung, Selbsthilfe sowie Elternbrochure *Was Eltern über Glücksspiel wissen sollten* (PDF): www.automatisch-verloren.de
- Unterrichtsmaterialien zum Thema: www.li.hamburg.de/spz
- www.bzga.de/forschung/studien
- www.gluecksspielwesen.de/stellungnahmen-aus-der-wissenschaft/
- Helpline Glücksspielsucht (Hamburg): Telefon 040 - 23 93 44 44 (zum Ortstarif aus dem deutschen Festnetz)
- Weitere Hinweise zu verwendeter Literatur können über die Autorin abgerufen werden.



► AKTION

Flaschenpost und Dosenmonster – Kinderbücher zum Thema *Sucht in der Familie*

Im Februar 2020 hatte SUCHT.HAMBURG zu einer Veranstaltung in die Zentralbibliothek Hamburg eingeladen, der circa 25 Fachkräfte aus unterschiedlichen Arbeitsgebieten mit Kindern gefolgt sind. Gemeinsam mit der Beratungsstelle Kompaß (Beratung für Kinder und Jugendliche alkoholabhängiger Eltern) und Such(t)- und Wendepunkt e.V. (Hilfe für alkoholbelastete Familien) wurde das Thema elterliche Alkoholkrankung einmal aus der Perspektive der betroffenen Kinder in der Familie und anhand von Kinderbüchern beleuchtet.

Kinderbücher zum Thema Alkoholbelastung in der Familie unterstützen die Kinder dabei, die Erkrankung einerseits besser zu verstehen und andererseits zu begreifen, dass sie keine Schuld am elterlichen Verhalten tragen. Für die Kinder kann es entlastend sein zu erfahren, dass andere Kinder ähnliches erlebt und für sich Lösungswege gefunden haben, wie sie mit der familiären Situation besser umgehen können und wer sie dabei unterstützen kann. Kinderbücher stellen zudem eine gute Möglichkeit für Eltern und Fachkräfte dar, mit Kindern zum Thema Suchterkrankung ins Gespräch zu kommen.

Flaschenpost und Dosenmonster fand im Rahmen der Aktionswoche für Kinder aus Suchtfamilien *Vergessenen Kindern eine Stimme geben* statt, die jährlich im Februar den Blick auf die Bedürfnisse der Kinder lenkt, die in suchtbelasteten Familien aufwachsen. In Deutschland sind das etwa drei Millionen Kinder und Jugendliche. Die häufigste Suchterkrankung stellt dabei die Alkoholabhängigkeit eines oder beider Elternteile dar. Jedes sechste Kind lebt zeitweilig in einer alkoholbelasteten Familie.

Nach einem Impulsvortrag dazu, wie Sucht in der Familie kindgerecht angesprochen werden kann, wurden verschiedene Kinderbücher vorgestellt. Die Kolleginnen aus den drei Facheinrichtungen achteten bei den präsentierten Büchern auf eine große Bandbreite hinsichtlich der Altersgruppe für die Bücher (3 bis 12 Jahre) und der behandelten Themen (mütterliche oder väterliche Alkoholkrankung, Rolle von Geschwistern, Freundschaften, Nachbarn, elterliche Gewalt).

An einem Büchertisch konnten sich die teilnehmenden Fachkräfte selbst einen Eindruck von den Büchern verschaffen und Bücher aus dem Bestand der Bücherhallen entleihen.

Anke Höhne
SUCHT.HAMBURG



► Nähere Infos unter: <https://coa-aktionswoche.de>

► LEBENSWELTEN JUGENDLICHER

Substanzkonsum und sexuelle Übergriffe

Erste Rauscherfahrungen gehören meist ebenso wie erste sexuelle Erfahrungen zu den neuen Erfahrungswelten, die sich Jugendliche Schritt für Schritt erschließen. Damit einher gehen jedoch auch gewisse Risiken. Die Prävention möglicher sexueller Übergriffe gestaltet sich jedoch schwierig, die psychische Verarbeitung wird häufig durch die Umstände erschwert und auch die Gerichte tun sich schwer mit dieser perfiden Form der Gewalt.

Das Jugendalter ist eine spannende Zeit: das Ablösen von den Eltern, die veränderte Bedeutung von Gleichaltrigen und auch die körperlichen Entwicklungen stoßen eine Fülle von Verhaltensänderungen und damit neuer Erfahrungen an. Dazu gehören auch das wachsende sexuelle Interesse, das Flirten, die Aufnahme romantischer Beziehungen und Partnerschaften einerseits, aber auch meist die ersten Parties, das Feiern und häufig dazugehörend: erste Erfahrungen mit Alkohol und möglicherweise anderen Substanzen.

Jugendliche Erfahrungswelten

Diese neuen Erfahrungswelten stehen in Verbindung mit einigen Risiken, darunter sexuellen Risiken, die besonders im Jugendalter und bei jungen Erwachsenen neu hinzukommen. Unter sexuellen Risiken werden dabei mehrere Aspekte zusammengefasst. Riskantes sexuelles Verhalten beispielsweise, nimmt vor allem Verhaltensweisen in den Blick, die die Wahrscheinlichkeit einer Infektion mit sexuell übertragbaren Erkrankungen oder unerwünschten und/oder frühen Schwangerschaften erhöhen. Darüber hinaus besteht die Gefahr, Betroffene(r) von sexueller Belästigung oder sexueller Übergriffe (versuchte oder tatsächliche Vergewaltigung) zu werden.

Sexuelle Übergriffe

Sexuelle Übergriffe stellen eine grobe Verletzung des Rechts eines jeden Menschen auf sexuelle Selbstbestimmung dar. Betroffene(r) eines sexuellen Übergriffs zu werden ist mit erheblichen negativen Auswirkungen verknüpft: darunter zum einen unmittelbare Gefühle von Scham, Demütigung, Kontrollverlust, Hilflosigkeit, Grenzverletzung und Ekel, langfristig mitunter

auch mit Posttraumatischen Belastungsstörungen, Schuldgefühlen, Vorwürfen, Depressionen, Ängsten und problematischem Substanzkonsum.

Zu den Mitteln, Zwang auf Opfer sexueller Gewalt auszuüben, besteht neben verbaler und physischer Gewalt auch das Bestreben, die Betroffenen durch die Verabreichung berauschender oder betäubender Substanzen willensunfähig oder bewusstlos zu machen, oder die Intoxikation einer Person mit berauschenden oder betäubenden Substanzen zum Vollzug sexueller Handlungen auszunutzen. Bei den dazu missbrauchten Substanzen spielt Alkohol eine tragende Rolle, es werden aber auch andere Mittel wie Ketamin, GHB (sogenannte *K.O.-Tropfen*) oder Benzodiazepine von Tätern genutzt,

die dann insbesondere durch ihre heimliche und überdosierte Verabreichung ihre betäubende Wirkung entfalten.

Psychische Verarbeitung

Für die Betroffenen so begangener Übergriffe sind diese Umstände besonders perfide – gerade weil häufig Gedächtnislücken auftreten beziehungsweise Unsicherheit darüber besteht, was eigentlich genau passiert war. Einige Betroffene berichten auch davon, das übergriffige Geschehen mitbekommen zu haben, sich aber aufgrund der Substanzwirkung nicht dagegen haben zur Wehr setzen zu können. Beschuldigte nutzen dies immer wieder aus, indem sie behaupten, sexuelle Handlungen hätten einver-

nehmlich stattgefunden. Auf Seiten der Betroffenen steigt damit die Gefahr, sich selbst einer Mitschuld zu bezichtigen, was für die psychische Verarbeitung sexueller Übergriffe als extrem ungünstig gilt. Der Aspekt des möglicherweise eigenen Verschuldens spielt auch dann eine große Rolle, wenn der ausgenutzte Rauschzustand – dann meist durch Alkohol – zuvor selbst herbeigeführt worden war. Dennoch ist auch strafrechtlich eindeutig: wer den berauschten Zustand einer Person ausnutzt, um sexuelle Handlungen an ihr auszuüben, begeht eine Straftat.

Geschlecht

Weiterhin wichtig ist festzuhalten, dass zwar die Mehrzahl der Betroffenen sexueller Übergriffe unter der Betei-

Wie kann ich vorbeugen?

Wichtig ist die Prävention von sexuellen Übergriffen – natürlich sowohl allgemein aber eben auch aus ganz besonderem Grund im Zusammenhang mit Alkoholkonsum und beim Feiern. Dabei sollten in einer Gesamtstrategie natürlich auch Umwelt- und Täterfaktoren eine Rolle spielen. Für mögliche Betroffene können folgende Empfehlungen genannt werden:

- Auf eigene Getränke sollte geachtet werden – das geschieht am besten, wenn man sie die ganze Zeit in der Hand behält.
- Treten plötzlich Übelkeit, Schwindel oder Bewusstseinsstörungen auf, sollte man sich an vertraute Personen oder an das Personal wenden. Man sollte sich nicht von gänzlich Fremden beiseite nehmen oder nach Hause begleiten lassen.
- Man sollte in Gruppen feiern und dabei gegenseitig auf einander aufpassen. Besondere Wachsamkeit ist geboten, wenn jemand (scheinbar) zu viel getrunken hat.
- Es sollte ausdrücklich unterstrichen werden, dass sexuelle Übergriffe auch Jungen und Männer treffen können.
- Bei Eintrübungen des Bewusstseins einer Person sollte sofort und immer der Rettungsdienst (Notrufnummer 112) gerufen werden: Alkohol- und Substanzintoxikationen können lebensgefährlich sein.



ligung von Substanzen weiblichen Geschlechts ist, aber durchaus auch Jungen und Männer von derartigen Vorfällen berichten. In einer Untersuchung an amerikanischen Colleges berichteten 12,5% der männlichen Studierenden von sexuellen Übergriffen seit Aufnahme ihres Studiums. Dabei spielte bei allen Geschlechtern die Ausübung des Zwangs durch die Nutzung von Substanzen die größte Rolle. Besonders gefährdet sind laut gegenwärtigen Befunden auch Personen, die sich selbst weder dem weiblichen noch dem männlichen Geschlecht zuordnen, sowie Menschen, die sich nicht als heterosexuell identifizieren, dabei insbesondere homosexuelle Männer.

Rechtliche Lage

Die rechtliche Lage ist bei der heimlichen Verabreichung von Giften oder anderen gesundheitsschädigenden Substanzen eindeutig: sie stellt den Straftatbestand der gefährlichen Körperverletzung dar. Deutlich schwieriger ist es, eine solche Körperverletzung tatsächlich zu ermitteln: neben dem Umstand, dass sich Betroffene häufig unsicher sind, was genau passiert ist, sie selbst für eine Weile nur eingeschränkt steuerungs- und reflektionsfähig waren, beziehungsweise ihre Symptome oft auf einen vorherigen selbst initiierten Konsum zurückführen, spielt eine Rolle, dass oben genannte Substanzen, die heimlich verabreicht wurden, meist nur circa sechs bis zwölf Stunden im Körper nachweisbar sind. Für eine strafrechtliche Ermittlung spielt der Nachweis einer Intoxikation jedoch eine große Rolle.

Dokumentation und Beratung

Auch die (rechts-)medizinische Dokumentation von Spuren ungewollter sexueller Handlungen ist für strafrechtliche Ermittlungen sinnvoll. Eine derartige Untersuchung bedingt nicht, dass Betroffene auch Anzeige erstatten müssen. Gleichzeitig ist jedoch festzuhalten, dass nicht alle ungewollten sexuellen Handlungen tatsächlich auch Spuren hinterlassen: ein Ausbleiben des Nachweises sichtbarer Spuren ist kein Ausschluss dafür, dass eine sexuelle Handlung nicht doch ausgeübt worden war. Für Betroffene bleibt also häufig eine Unklarheit darüber, was genau passiert ist. Dennoch ist eine Beratung mit Ärzt*innen häufig sinnvoll, weil etwaige Schritte zur gesundheitlichen Fürsorge besprochen werden können, zum Beispiel wenn es um eine Behandlung gegen eine Infektion mit einer sexuell übertragbaren Erkrankung geht.



Christiane Baldus
Deutsches Zentrum für
Suchtfragen des Kindes
und Jugendalters
(DZSKJ)

Hilfe für Betroffene

Hilfen für Betroffene sexueller Übergriffe oder Personen, die sich eines Übergriffs nicht sicher sind, gibt es in Hamburg unter:

- ▶ Notruf für vergewaltigte Frauen und Mädchen e.V., Beethovenstraße 60, 22083 Hamburg, Tel. 25 55 66
- ▶ Opferhilfe Hamburg e.V., Paul-Neumann-Platz 2, 22765 Hamburg, Tel. 38 19 93 (hier auch für Männer)
- ▶ Institut für Rechtsmedizin, Beratung und Begutachtung für mögliche Betroffene von körperlicher Gewalt, sowie
- ▶ Kinder-KOMPT, Kompetenzzentrum für die Untersuchung von Kindern und Jugendlichen bei Verdacht auf Misshandlung, Vernachlässigung und sexuellen Missbrauch UKE Hamburg, Butenfeld 34, 22529 Hamburg, Tel. 741 05 21 27
- ▶ Hilfefon Gewalt gegen Frauen 08000 116 016 (bundesweit, kostenlos, 24h, 17 Sprachen, Gebärdensprache, Leichte Sprache)



Plakatmotiv (Frauennotruf e.V. Hamburg). Erhältlich sind dort auch Info-Flyer sowie Postkarten zum Thema K.O.-Tropfen und Hilfen für Betroffene

► ALLTAG JUGENDLICHER



Bunt – süß – billig

Energy-Drinks sind gerade bei Jugendlichen sehr beliebt, ob als coole Erfrischung an einem langen Schultag oder am Nachmittag beim Besuch im Jugendzentrum – es gibt viele Gelegenheiten, diese Getränke – den Energie-Kick aus der Dose – zu konsumieren. Häufig geschieht dies selbstverständlich, teilweise in großen Mengen und ohne zu wissen, was eigentlich drin ist und welche Risiken das vielleicht mit sich bringt.

Energy-Drinks sind koffeinhaltige Limonaden (Erfrischungsgetränke) mit vielen Zusatzstoffen wie Zucker, Süßstoff, Mineral- und Aromastoffe, Farbstoffe, Vitaminzusätze, Geschmacksverstärker und eben auch Koffein.

Daneben gibt es die sogenannten Energy-Shots mit einem deutlich höheren Koffeingehalt. Diese fallen, anders als Energy-Drinks, unter die Nahrungsergänzungsmittel und umgehen so die maximale Grenzmenge von 320 Milligramm Koffein pro Liter, die für Energy-Drinks gilt. Wenn der Koffeingehalt bei Energy-Drinks mehr als 150 Milliliter pro Liter beträgt, besteht eine spezielle Kennzeichnungspflicht. Das betrifft allerdings nicht Erfrischungsgetränke, die die Bezeichnung Kaffee oder Tee tragen wie beispielsweise Eistee, der ebenfalls Koffein enthält, wenn er aus Schwarztee besteht. Der psychoaktive Wirkstoff Koffein wirkt anregend und soll einen schnell-

len Anstieg der Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit hervorrufen. Es kann jedoch auch zu Schlafstörungen, Herz-Rhythmusstörungen und erhöhter Ängstlichkeit führen. Bei Kindern kann Koffein unter anderem Hyperaktivität, gestörte Aufmerksamkeit und Bluthochdruck zur Folge haben. Verbraucherzentralen fordern daher seit längerem ein Verkaufsverbot von Erfrischungsgetränken mit einem erhöhten Koffeingehalt an Minderjährige.

Aktuell sind die Getränke in Supermärkten für Jugendliche meist ganz ohne Altersvorgabe, selten erst ab 16 Jahren zu erwerben. Nach Ergebnissen einer Studie der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) von 2015 konsumiert in Deutschland ein substantieller Anteil von Kindern und Jugendlichen zu bestimmten Gelegenheiten hohe Mengen von einem Liter und mehr an Energy-

Ich brauch' Monster, wenn ich unterwegs bin... Dann fühlst du dich einfach glücklich und wach. Und danach denkst du: Jetzt kannst du so viel machen, wie du willst...

Schülerin, 15 Jahre. Konsumiert überwiegend am Wochenende:

Drinks. Und zwei Dosen eines Energy-Drinks (500 mg) können bis zu 70 Gramm Zucker enthalten – das entspricht 24 Stück Würfelzucker – und sehr vielen Kalorien!

Besonders riskant wird es aber, wenn Energy-Drinks in Kombination mit Alkohol wie beispielsweise Wodka getrunken werden und das Koffein die Wirkung des Alkohols maskiert: Gefühle von Trunkenheit, Müdigkeit und Erschöpfung werden dann nicht

richtig wahrgenommen und die Risikobereitschaft steigt. Jugendliche berichten, dass diese Kombination auch deshalb so attraktiv ist, weil die Süße vom Zucker den bitteren Alkoholgeschmack am besten kaschiert – ein Phänomen, dass bereits im Zusammenhang mit dem Alcopop-Boom zu beobachten war.

Auszubildender, 17 Jahre. Konsumiert 2 Literflaschen T400 Energy täglich:

Ich trinke das z. B. bei der Arbeit, ich muss ja sehr früh anfangen... Dann fühle ich mich viel konzentrierter, und bin automatisch dabei. Das Ding ist, dass ich nach einem Kaffee mittlerweile gar nicht mehr wach werde...

► Das sollten Pädagog*innen in Schule und Jugendarbeit beachten

Energy-Drinks sind unter älteren Kindern und Jugendlichen weit verbreitet. Um diese Getränkevariante besteht viel Halbwissen. Die beschriebenen gesundheitlichen Risiken für insbesondere junge Konsument*innen, für Vieltrinker*innen und beim Konsumieren als Mixgetränk mit Alkohol werden noch zu wenig sachlich thematisiert. Nutzen Sie Informationen, um mit Jugendlichen dazu ins Gespräch zu kommen und regen Sie sie an, sich kritisch mit dem Konsum von Energy-Drinks auseinanderzusetzen. Achten Sie insbesondere auch bei Klassenfesten und -reisen darauf, ob Energy-Drinks ein Thema sind, und überlegen Sie gemeinsam, welche Alternativen sich anbieten.

- www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/gesundernaehren/energy-drinks-gesundheitsrisiko-fuer-vieltrinker-11212
- www.bfr.bund.de/cm/343/kinder-und-jugendliche-uebermaessigekonsum-von-energy-drinks-erhoeht-gesundheitsrisiko-fuer-herz-und-kreislauf.pdf

KOFFEINGEHALT*

Energy-Drink (250 ml)
Ca. 80 mg Koffein
Energy-Shot (25 – 90 ml)
Bis zu 200 mg Koffein
Cola-Getränk (250 ml)
Ca. 30 mg Koffein
Kaffee (150 ml)
Zwischen 50 bis 100 mg Koffein

EMPFEHLUNGEN*

Erwachsene
< 400 mg
Schwangere / Stillende
< 200 mg
Kinder / Jugendliche
< 3 mg pro 1 kg Körpergewicht
je bei Gesunden ohne Vorerkrankungen:



Andrea Rodiek-
SuchtPräventions
Zentrum (SPZ)

Dank an Deborah Stämmler (ehemals SPZ) und Tatjana Elwert (Mobs Süderelbe, Therapiehilfe e. V.) für ihre Rückmeldungen von jugendlichen Energy-Konsument*innen

* Vgl. Links unter Hinweisen für Pädagog*innen



► AUS DER PRAXIS

AS – Aktive Suchthilfe e.V.

Interview mit einer der 7 Fachberatungsstellen Glücksspiel in Hamburg

ZEITUNG für Suchtprävention:
Seit wann gibt es Eure Einrichtung?

AS – Aktive Suchthilfe:

Die Aktive Suchthilfe e.V. begann ihre Arbeit 1970 als Initiative trockener Alkoholiker. Eine Gruppe Guttempler kümmerte sich auf Anfrage aus der Justizvollzugsanstalt (JVA) Hahnöfersand um die Belange der dort Inhaftierten und von Alkoholabhängigkeit betroffenen Jugendlichen. Sie gehörten bundesweit zu den ersten Initiativen, die aufsuchende Suchtberatung in Haftanstalten boten und in der Folge viele Interessierte und in der Jugend- und Suchtarbeit Engagierte zusammenbrachten. Die Erfolge und Fortschritte aus diesen Bemühungen führten dazu, dass 1976 die AS als eigener Verein, damals noch unter dem Namen *Alkoholfreie Selbsthilfe e.V.* gegründet wurde. Seither bietet die AS Suchtberatung für straffällig gewordene Menschen in Hamburg.

Seit circa 1986 arbeitet die AS auch mit Glücksspielsüchtigen, denn ein neues Problem war aufgetaucht: Vermehrt fanden neue, technisch veränderte Geldspielautomaten in Imbissen und Spielhallen Aufstellung. Glücksspielsucht gilt als die teuerste Sucht und korreliert deshalb in hohem Maße mit Beschaffungskriminalität. Durch unseren Arbeitsschwerpunkt Straffälligenhilfe fanden sich bei der AS daher auch immer besonders viele Spieler*innen ein.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Wer kann sich an Euch wenden?

AS – Aktive Suchthilfe:

Die AS wendet sich an Suchtgefährdete, Suchtkranke und deren Angehörige. Sie arbeitet suchtmittelübergreifend mit dem Schwerpunkt auf legalen Suchtmitteln (vor allem Alkohol, aber auch Medikamente und Glücksspiele). Wir bieten Suchtberatung und langfristige Beratung für alle Glücksspielsüchtige oder -gefährdete sowie für

deren Angehörige in Hamburg. Die Beratung ist kostenlos. Alle Gespräche unterliegen der Schweigepflicht.

Aufgrund unserer Tätigkeit im Schnittfeld von Straffälligkeit und Sucht können sich insbesondere auch Menschen mit richterlichen Auflagen an uns wenden. Bei uns treffen sie auf langjährige Erfahrung in der Straffälligenhilfe und auf andere Menschen, die die Erfahrung von Kriminalität und Haft gemacht haben.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Wie erreicht Ihr Betroffene?

AS – Aktive Suchthilfe:

Viele betroffene Spieler*innen finden uns über unsere Webpräsenz. Als anerkannte Fachberatungsstelle Glücksspiel verweisen aber auch häufig andere Einrichtungen aus dem Hilfesystem, wie Krankenhäuser oder Suchtberatungsstellen, auf unsere Angebote. Nicht zuletzt hat auch der Erfolg unserer Klient*innen Auswirkung auf unsere Reichweite, an die AS angebundene spielfreie Spieler*innen werben für uns und so findet ein Teil unserer Klient*innen durch Mund-zu-Mund-Propaganda zu uns. Auch verteilen wir Flyer an Betroffene und Multiplikator*innen.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Was genau bietet Ihr an? Was ist das Besondere an Eurem Angebot?

AS – Aktive Suchthilfe:

Die AS bietet schnelle, unkomplizierte Hilfe in Form von Einzel- oder Gruppengesprächen. Erstgespräche führen wir in der Regel ohne lange Wartezeiten. Zunächst lernen Betroffene und Berater*innen sich kennen, im weiteren Beratungsverlauf besprechen wir gemeinsam mit unseren Klient*innen das Vorgehen. Je nach Problemlage kann ein Beratungsprozess ganz unterschiedlich verlaufen. Von Unterstützung bei der Vermittlung in eine

stationäre Therapie über Hilfe bei der Schuldenregulierung oder der Verwaltung des eigenen Budgets bis hin zum Erkennen und Aufarbeiten der dem Spielen zugrundeliegenden Problematik.

Besonders hervorzuheben sind die Gruppenangebote der AS. Allen Klient*innen ermöglichen wir die Teilnahme an einer unserer problemspezifischen Gruppen. Hier besteht die Möglichkeit, sich mit anderen Teilnehmer*innen auszutauschen und so gemeinsam die eigene Problematik mit Hilfe der Anderen zu reflektieren oder neue, für das eigene Leben günstige Verhaltensweisen zu erlernen. Alle Gruppen der AS werden von zwei Mitarbeiter*innen begleitet. Auch tagt in unseren Räumen eine Selbsthilfegruppe der Anonymen Spieler (GA), an der Interessierte teilnehmen können.

Die AS widmet sich insbesondere Menschen, die in Verbindung mit Suchtmittelkonsum straffällig geworden sind; sie betreut also schwerpunktmäßig Menschen mit der Doppelproblematik Sucht und Delinquenz, so dass wir eine fachgerechte Versorgung dieser Zielgruppe sicherstellen können. Häufig werden daher Klient*innen mit Haftzeiten in ihrer Biographie auch von anderen Beratungsstellen an uns vermittelt.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Was erwartet Betroffene bei Euch?

AS – Aktive Suchthilfe:

Die AS ist eine Beratungsstelle in zentraler Lage nahe dem Hamburger Hauptbahnhof. Unser professionelles Team, das aus anerkannten Pädagog*innen, Sozialarbeiter/-pädagog*innen und Sozial- und Suchtthera-

peut*innen besteht, empfängt neue Klient*innen gerne in unseren freundlich ausgestatteten Räumlichkeiten. Im Wartebereich stehen immer frischer Kaffee oder Wasser zur Verfügung, um den häufig langen Weg der erfolgreichen Suchtbewältigung in möglichst entspannter Atmosphäre beginnen zu können.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Gibt es neue Angebote, auf die Ihr besonders hinweisen möchtet?

AS – Aktive Suchthilfe:

Für 2020 wurde die externe Suchtberatung in den Hamburger Haftanstalten neu strukturiert. Die AS bietet Einzel- und Gruppengespräche in der JVA Fuhlsbüttel, der Sozialtherapie Hamburg, der JVA Hahnöfersand und der JVA Glasmoor an. Somit wird das Thema der Glücksspielsucht wieder verstärkt in dieser Arbeit thematisiert.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Habt Ihr Wünsche für Eure Arbeit?

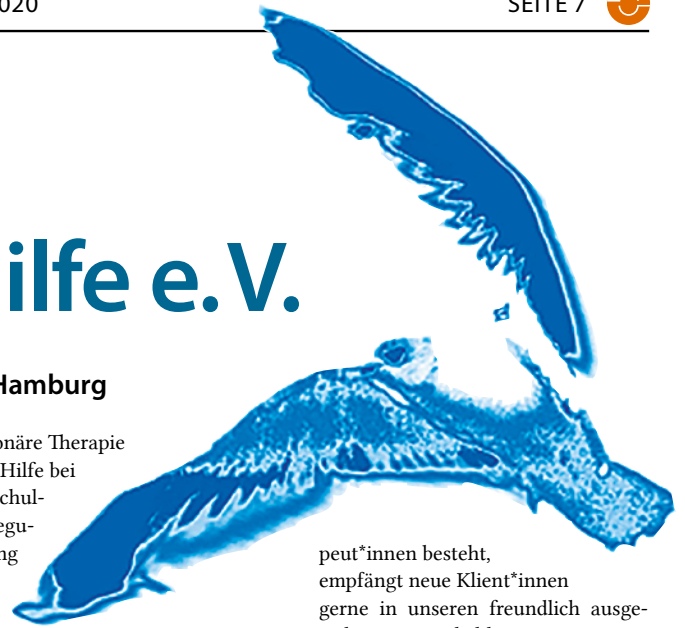
AS – Aktive Suchthilfe:

Wir wünschen allen Menschen weltweit, dass das Coronavirus eingedämmt und die derzeitige Krise möglichst bald bewältigt werden kann.

ZEITUNG für Suchtprävention:
Vielen Dank für das Gespräch!

Kontakt:

AS – Aktive Suchthilfe e.V.
Repsoldstr. 4, 20097 Hamburg
Tel.: (040) 280 21 70
www.aktive-suchthilfe.de



► PRIMÄRPÄVENTION

Wanted: Familien (achtsam) stärken

Gegenwärtig verbringen Familien sehr viel Zeit auf engem Raum miteinander. Eine Ausnahmesituation wie diese kann auch ein ansonsten harmonisches Familienleben stark beeinträchtigen. Am Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) am UKE wird nun ein innovatives und vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördertes Familienpräventionsprogramm durchgeführt. Dabei handelt es sich um eine niedrigschwellige Primärprävention, von der viele Familien profitieren können, um das alltägliche Miteinander positiver und konfliktfreier zu gestalten. Ziele des Projektes sind die Prävention von Suchtstörungen und komorbiden psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter sowie die Verbesserung der Eltern-Kind-Beziehung.

Im Rahmen einer parallel laufenden Studie soll der Nutzen einer um achtsamkeitsbasierten Programmweiterentwicklung gegenüber der evidenzbasierten Standardversion des Präventionsprogramms untersucht werden. Die Durchführung erfolgt in Kooperation mit Stadtteilschulen und Regionalen Bildungs- und Beratungszentren aus Hamburg und Umgebung.

Simone Franz, DZSKJ (UKE)

► Weitere Infos

www.familien-staerken.info

► Anmeldung:

familien-staerken@uke.de

► SCHULPROJEKT

BE SMART – DON'T START

Was ist besser als rauchen?
Kreativsein!

In diesem Jahr haben 338 Hamburger Schulklassen an dem vom SuchtPräventionsZentrum des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung organisierten Wettbewerb BE SMART – DON'T START teilgenommen und sich verpflichtet, von November 2019 bis Ende April 2020 *rauchfrei* und *dampffrei* zu bleiben. Das heißt, sie haben sich vertraglich festgelegt, sechs Monate nicht zu rauchen beziehungsweise nicht mit dem Rauchen zu beginnen.



Preisverleihung 2020

Von den 338 Klassen haben 282 Klassen (83,43 %) dies auch tatsächlich geschafft.

► Kontakt

LI Hamburg, Suchtpräventionszentrum (SPZ / LIB 1)

Nicola Vogel

nicola.vogel@bsb.hamburg.de

► ONLINE-KONFERENZ 2020



KONSUM.RAUM.SUCHT.

Raumverschiebungen aktuell: digital – privat – öffentlich – politisch
18. November 2020, 14 – 17.30 Uhr



In der letzten Zeit sind diverse Verschiebungen in Hinblick auf zugängliche Räume und Wege sowohl für den Suchtmittelkonsum als auch für die Inanspruchnahme von Suchthilfe zu beobachten, die durch die Coronapandemie und die zu ihrer Einschränkung staatlich verordneten Maßnahmen beschleunigt und verstärkt wurden. Inwiefern die aktuell konstatierten Veränderungen langfristige Auswirkungen nach sich ziehen, ist momentan kaum abschätzbar. Die im

Arbeitsfeld der Suchtprävention und -hilfe beobachtbaren Raumverschiebungen sollen auf der Online-Jahrestagung von SUCHT.HAMBURG näher betrachtet werden. Hierfür werden erste empirische Ergebnisse aus Forschungsprojekten und Befragungen, die zeitnah während der Coronapandemie gestartet sind, soweit möglich eingebunden.

SUCHT.HAMBURG hatte bereits bei den letzten Fachtagen großes Gewicht auf Partizipation der Zielgruppen gelegt und Fragen danach, wie inklusiv Suchthilfe und -prävention bereits sind und welche Herausforderungen es noch zu überwinden gilt, in den Fokus gestellt. Daran wollen wir mit der Fachkonferenz 2020 anknüpfen und wie in den Vorjahren Entscheidungsträger*innen, Akteur*innen, Fachkräfte, Forschende sowie Betroffene bei der Gestaltung der Tagung mit einbeziehen.

Gabi Dobusch, SUCHT.HAMBURG

► Anmeldung

www.suchtpraevention-fortbildung.de/veranstaltung/875

► Hinweis in eigener Sache

Zum Redaktionsschluss der ZEITUNG für Suchtprävention ist nicht abzusehen, wie sich die Situation nach den Sommerferien gestalten wird. Insofern finden Sie in der aktuellen Ausgabe sowie in der Beilage mit dem Fortbildungsprogramm für Suchtprävention in Hamburg für das zweite Halbjahr 2020 weniger Hinweise auf Veranstaltungen als üblich. Auch die angekündigten Veranstaltungen stehen bisweilen unter einem gewissen Vorbehalt. Bitte informieren Sie sich im Vorfeld entweder über die Internetseiten der Veranstalter oder vergewissern Sie sich telefonisch. Beachten Sie des Weiteren, dass einige Einrichtungen vermehrt digitale Angebote machen. Nutzen Sie die Gelegenheit und probieren Sie aus, inwieweit diese Angebote für Sie geeignet sind.

Zeitung für Suchtprävention
Nr. 52/20

Herausgeber:



Sucht.Hamburg gGmbH
Information.Prävention.Hilfe.
Netzwerk.
Repsoldstraße 4
20097 Hamburg
Tel. (040) 284 99 18-0
service@sucht-hamburg.de
www.sucht-hamburg.de

in Kooperation mit dem SPZ



Landesinstitut für Lehrerbildung
und Schulentwicklung
Abteilung LIB: Beratung Vielfalt,
Gesundheit, Prävention
Felix-Dahn-Str. 3
20259 Hamburg
Tel. (040) 42 88 42 - 911
Fax (040) 42 73 - 42 69
spz@bsb.hamburg.de

und mit dem DZSKJ



Deutsches Zentrum für Suchtfragen
des Kindes- und Jugendalters
c/o Universitätsklinikum
Hamburg-Eppendorf
Martinistraße 52
20246 Hamburg
Tel. (040) 7410 - 593 07
Fax (040) 7410 - 565 71
sekretariat.dzskj@uke.de

Verantwortliche Redakteurin:

Gabi Dobusch, SUCHT.HAMBURG

Redaktion: Christiane Baldus,

DZSKJ; Andrea Rodiek, SPZ;

Christiane Lieb, SUCHT.HAMBURG

Layout: Gabi Dobusch,

SUCHT.HAMBURG

Druck: Druckerei Siepmann GmbH

100 % Recyclingpapier

Nachdruck nur mit Quellenangabe
und Belegexemplar

Erscheinungsweise: 2x jährlich

Auflage dieser Ausgabe: 3.100

Teilen der Auflage liegt das
Fortbildungsangebot Sucht-
prävention in Hamburg bei.