



Rausch «sicher!
gesund!»
Neugier
Genuss
Abhängigkeit
Substanz

Suchtmittelkonsum und Schule

Abstract

In nahezu allen Schulen gibt es Vorfälle mit Suchtmittelkonsum und -handel von Schülerinnen und Schülern – damit ist der Konsum, das Mitbringen und der Handel in und im Umfeld der Schule gemeint. Das vorliegende Themenheft¹ bietet Personen aus dem Schulbereich eine Orientierung im Umgang mit dem Thema Suchtmittelkonsum bei Kindern und Jugendlichen. Kapitel 1 enthält Hintergrundinformationen über die meist konsumierten legalen und illegalen Substanzen in der Schweiz und fokussiert dabei bewusst auf stoffgebundene Substanzen². In Kapitel 2 wird aufgezeigt, dass es sich bei einer Abhängigkeit um ein komplexes bio-psycho-soziales Phänomen handelt, das von verschiedenen Faktoren beeinflusst wird. In diesem Zusammenhang werden auch Risiko- und Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen erläutert sowie Konsummotive im Schulalter thematisiert. Prävention in der Volksschule ist dann am wirkungsvollsten, wenn sie systematisch und koordiniert betrieben wird. Kapitel 3 enthält daher Empfehlungen, Anregungen und Impulse, wie Suchtprävention, Früherkennung und Frühintervention mittels eines umfassenden Konzepts ganzheitlich in der lokalen Schulstruktur verankert werden können.

Dazu gehören neben regelmässigen Aktivitäten im Unterricht ein einheitliches Regelwerk zum Umgang mit dem Thema Suchtmittelkonsum sowie ein Handlungsplan zur Früherkennung und (Früh-) Intervention. Von zentraler Bedeutung ist zudem, dass die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit der Schulsozialarbeit, mit Erziehungsberechtigten sowie externen Fachstellen und Behörden geklärt ist. Kapitel 4 widmet sich der Suchtprävention als gemeinsame Aufgabe von Schule und Gemeinwesen. In Kapitel 5 werden abschliessend die wichtigsten gesetzlichen Grundlagen im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum im Setting Schule dargelegt³.

1 Die Inhalte der Themenhefte «Alkohol im Jugendalter» (2011) und «Cannabis und Partydrogen» (2004) wurden komplett überarbeitet und im vorliegenden Themenheft zusammengeführt.

2 Der Umgang mit digitalen Medien wird im Themenheft «sicher?!online:-)» behandelt. Für das Thema Sucht im Zusammenhang mit Ernährung wird auf das Themenheft «Gesundes Körperbild» verwiesen.

3 Im Zusatzdokument «Handlungsmöglichkeiten» finden sich häufig gestellte Fragen im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum und -handel in und im Umfeld der Schule sowie konkrete Empfehlungen dazu.

Autorenschaft

Kathrin Amann, Fachstellen Suchtprävention/Jugendschutz,
ZEPRA, Amt für Gesundheitsvorsorge St.Gallen

Redaktionsteam

BLD, Amt für Volksschule, Claudia Ebnetter-Mazenauer
GD, Amt für Gesundheitsvorsorge, Norbert Würth
DI, Amt für Soziales, Selina Rietmann
SJD, Kantonspolizei, Bruno Metzger

Kontakt

sichergsund@sg.ch

Website

www.sichergsund.ch

St.Gallen, März 2019
© 2019 Redaktion «sicher!gesund!»

Inhaltsübersicht

	Vorwort	6
1	Substanzen	7
1.1	Die wichtigsten Substanzen im Überblick	8
1.2	Risiken des Mischkonsums	13
2	Sucht: Ursachen und Bedingungen	14
2.1	Konsum- und Verhaltensweisen	14
2.2	Erklärungsmodelle der Suchtentstehung	16
2.3	Konsummotive und Konsumformen im Schulalter	17
3	Wirksame Suchtprävention, Früherkennung und Frühintervention in der Schule	19
3.1	Suchtprävention im Unterricht	20
3.2	Regelwerk zum Umgang mit Suchtmitteln	22
3.3	Grundsätze der Früherkennung und Frühintervention	23
3.4	Rollen und Aufgaben der Akteure im schulischen Umfeld	26
4	Suchtprävention als gemeinsame Aufgabe von Schule und Gemeinwesen	29
5	Rechtliche Aspekte	31
6	Literatur	32

Vorwort

Trotz Rückgängen im Jahr 2014 ist der Konsum psychoaktiver Substanzen bei 11- bis 15-jährigen Schülerinnen und Schülern in der Schweiz nach wie vor weit verbreitet. Das Experimentieren mit Substanzen kann daher bis zu einem gewissen Grad als normale Entwicklungserscheinung eingeschätzt werden. Gleichzeitig reagieren Kinder und Jugendliche besonders sensibel auf regelmässigen und übermässigen Konsum von Suchtmitteln, da sich ihre Organe und ihr Gehirn noch im Wachstum befinden. Studien weisen zudem darauf hin, dass ein problematischer Konsum im Jugendalter das Risiko einer späteren Abhängigkeit deutlich erhöht. Umfassende und wirksame Suchtprävention ist deshalb gerade in dieser Altersgruppe von zentraler Bedeutung.

Einfache Rezepte, um Kinder und Jugendliche vom problematischen Suchtmittelkonsum abzuhalten, gibt es nicht. Vorrangiges Ziel der Prävention ist die Verzögerung des Erstkonsums sowie riskante Konsum- und Verhaltensweisen frühzeitig zu erkennen und zu reduzieren. Da Kinder und Jugendliche einen wesentlichen Teil ihres Alltags in der Schule verbringen, ist sie ein wichtiger Ort für die Prävention und Früherkennung von Suchtmittelkonsum. Zentrale Elemente einer wirksamen Suchtprävention sind die Stärkung der Persönlichkeit von Schülerinnen und Schülern, die altersgerechte Information über psychoaktive Substanzen und Sucht sowie die Förderung eines positiven Schulklimas. Suchtprävention ist im Lehrplan Volksschule des Kantons St.Gallen verankert und findet sowohl im Unterricht als auch im Schulalltag statt, indem sie spezifische Lebenskompetenzen fördert sowie suchtpreventives Wissen und einen verantwortlichen Umgang mit Suchtmitteln vermittelt. Nebst den Erziehungsverantwortlichen sind insbesondere Lehrpersonen durch den täglichen Kontakt mit Schülerinnen und Schülern wichtige Bezugspersonen und haben die Möglichkeit, Verhaltensveränderungen oder -auffälligkeiten, die auf ungünstige Entwicklungen hinweisen, frühzeitig wahrzunehmen. Dies gilt nicht nur in Bezug auf problematischen

Suchtmittelkonsum bei Schülerinnen und Schülern, sondern auch bei Verdacht auf eine Suchterkrankung im familiären Umfeld. Kinder von suchtkranken Eltern sind häufig schweren Belastungen ausgesetzt und dringend auf Unterstützung angewiesen.

Für eine erfolgreiche Prävention ist es primär entscheidend, dass Erwachsene hinschauen und handeln, wenn sie bei Kindern und Jugendlichen ein verändertes Verhalten feststellen. Sich «einzumischen» erfordert Mut, ist jedoch von zentraler Bedeutung, um gefährdeten Schülerinnen und Schülern frühzeitig die notwendige Unterstützung zu ermöglichen. Das vorliegende Themenheft gibt Interessierten – Lehrpersonen, Schulleitenden, Schulsozialarbeitenden, Schulbehörden sowie Fachpersonen – einen umfassenden Überblick über das Thema.

«Seien Sie aufmerksam und mutig und leisten Sie weiterhin einen Beitrag zum gesunden Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen.»

Freddy Noser
Präsident Verband Schulleiterinnen und Schulleiter St.Gallen (VSLSG)

1 Substanzen

Beim Begriff «Drogen» denkt man häufig zuerst an illegale Substanzen, wie z.B. Cannabis, Kokain oder Ecstasy. Doch das Spektrum ist breit gefächert – auch legale und gesellschaftlich anerkannte Substanzen wie Alkohol, Nikotin und Medikamente zählen dazu. Drogen sind psychoaktive Substanzen, das heisst Stoffe, die durch ihre chemische Zusammensetzung auf unser Zentralnervensystem einwirken und dadurch Einfluss auf unser Bewusstsein und unsere Stimmung, unser Denken, Fühlen, unsere Wahrnehmung und unser Verhalten nehmen. Psychoaktive Substanzen können je nach Substanz, Konsumart und -menge zu physischen, psychischen und sozialen Problemen führen. Nicht zu vernachlässigende Risiken im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum sind zudem Unfälle im Strassenverkehr. Fahren unter Einfluss von Alkohol und anderen Substanzen ist eines der grössten Probleme für die Verkehrssicherheit. Davon betroffen sind auch Kinder und Jugendliche, die noch kein Auto lenken dürfen, sich aber mit Fahrrad, Roller und Mofa ebenfalls im Strassenverkehr bewegen oder mit alkoholisierten Personen mitfahren.

Alkohol und Tabak sind die meist konsumierten legalen Substanzen in der Schweiz – sie werden auch von Jugendlichen in besonderem Mass konsumiert. Bei den illegalen Substanzen steht Cannabis an erster Stelle. Untersuchungen zeigen, dass Cannabis primär von jüngeren Altersgruppen – 15- bis 24-Jährigen – konsumiert wird (Gmel 2017). Unterschiedlichste Gründe führen zum Suchtmittelkonsum. Jugendliche sind neugierig, risikobereiter und unerfahrener als Erwachsene. Diese Risikobereitschaft und Neugierde, häufig im Zusammenhang mit Gruppendruck, führen dazu, dass Jugendliche psychoaktive Substanzen ausprobieren. Das Experimentieren mit Substanzen kann bis zu einem gewissen Grad als normale Entwicklungserscheinung eingeschätzt werden (Berthel & Gallego 2014). Es gilt zu unterscheiden, ob Jugendliche Substanzen vorübergehend und aus Neugierde konsumieren oder ob ihr Konsum als eine Strategie zur Bewältigung von (Alltags)-Problemen zu verstehen ist (Kapitel 2.3).

«Alkohol und Tabak sind die meist konsumierten legalen Substanzen in der Schweiz – sie werden auch von Jugendlichen in besonderem Mass konsumiert. Bei den illegalen Substanzen steht Cannabis an erster Stelle.»

1.1 Die wichtigsten Substanzen im Überblick

Im Folgenden werden Konsumformen, Wirkung sowie Risiken der bekanntesten und meist konsumierten legalen bzw. illegalen Substanzen in der Schweiz zusammenfassend dargestellt. Die Reihenfolge der thematisierten Substanzen richtet sich nach der Konsumhäufigkeit bei Kindern und Jugendlichen zwischen 11 und 15 Jahren. Als Datenquelle dient primär die Schweizer HBSC-Studie⁴ zum Substanzkonsum bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz. Am häufigsten werden in der Altersgruppe der 11- bis 15-Jährigen Alkohol, Tabak und Cannabis konsumiert. Mit knapp 3% folgt der Konsum von Medikamenten, um sich zu berauschen. Einen Gebrauch von Kokain, Ecstasy, halluzinogenen Pilzen, Amphetaminen/Speed, LSD oder Heroin geben nur sehr wenige Schülerinnen und Schüler im Alter von 15 Jahren an.

Alkohol

Die legale Substanz Alkohol hat in der Schweiz eine hohe gesellschaftliche Akzeptanz, gehört zur Tradition und wird von vielen Menschen konsumiert und geschätzt. Es ist daher wenig überraschend, dass Alkoholkonsum auch bei Jugendlichen ein Thema ist. Die meisten Menschen geniessen Alkohol massvoll und ohne Probleme damit zu bekommen. Ein Grossteil der Schweizer Jugendlichen unter 16 Jahre war gemäss HBSC-Befragung noch nie betrunken und trinkt nicht regelmässig. Riskantes Trinkverhalten (Rauschtrinken) scheint jedoch insbesondere bei 15-jährigen Schülerinnen und Schülern verbreitet: Bei den 15-Jährigen haben sich in den 30 Tagen vor der Befragung 27.3% der Jungen und 22.9% der Mädchen mindestens einmal in den Rausch getrunken (d.h. fünf oder mehr alkoholische Getränke bei einer Gelegenheit) (Marmet et al. 2015). Ein regelmässiger hoher Alkoholkonsum ist Ursache von diversen Krankheiten und Unfällen und birgt zudem das Risiko einer Alkoholabhängigkeit, die neben den gesundheitlichen Risiken auch Auswirkungen auf die soziale Integration sowie das soziale Umfeld hat. Kinder und Jugendliche, deren Organe sich noch im Wachstum befinden, reagieren besonders sensibel auf regelmässigen und übermässigen Konsum von Suchtmitteln. Zudem können sie die Wirkung des Alkohols aufgrund mangelnder Erfahrung schlecht einschätzen. Damit wird das Risiko für Unfälle, gewalttätiges Verhalten sowie auch akute Alkoholvergiftungen bei Jugendlichen zusätzlich erhöht (Marmet et al. 2015). Studien weisen darauf hin, dass ein problematischer Konsum im Jugendalter das Risiko einer späteren Abhängigkeit deutlich erhöht. Um eine möglichst gesunde Entwicklung zu unterstützen, gilt das Jugendschutzgesetz. Es verbietet den Verkauf sowie die Abgabe von Alkohol (und Tabakwaren) an

unter 16-Jährige sowie den Verkauf und die Abgabe von Spirituosen, Aperitifs und Alcopops an unter 18-Jährige. Der Konsum von Alkohol durch Minderjährige ist hingegen – wie fälschlicherweise häufig angenommen wird – nicht strafbar.

Konsumformen

Wird hauptsächlich getrunken, in Form von Bier, Wein, Spirituosen und Mischgetränken

Wirkung

Alkohol wirkt entspannend, steigert Wohlbefinden und Selbstwertgefühl

Psychische und körperliche Risiken

Kurzfristig: Aggressivität, Kontrollverlust, Blackout, Alkoholvergiftung, Koma

Langfristig: Schädigung der Organe (Gehirn, Leber), Veränderung der Persönlichkeit

Tabak / Nikotin

Tabak ist legal, frei verfügbar und gesellschaftlich akzeptiert. Das heisst jedoch nicht, dass der legale Hauptwirkstoff Nikotin – ein Nervengift – risikofrei und gesundheitlich unbedenklich ist. Nikotin gehört zu den Substanzen mit dem höchsten körperlichen und psychischen Abhängigkeitspotenzial. Jeder siebte Todesfall in der Schweiz ist Krankheiten zuzuschreiben, die durch Rauchen verursacht werden (Bundesamt für Statistik (BFS) 2018). Passivrauchen schadet der Gesundheit ähnlich stark. 2016 rauchten 25.3% der Personen über 15 Jahre in der Schweiz, das heisst ein Viertel der Bevölkerung. Dieser Anteil hat sich seit rund zehn Jahren nur marginal verändert (Sucht Schweiz 2018b). Bei den 11- bis 15-Jährigen hat Rauchen in den letzten zwei Jahrzehnten klar an Beliebtheit verloren. Die letzte grossangelegte Befragung bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz zeigt die niedrigsten Werte seit 1986 (Marmet et al. 2015). Dennoch: 9% der 15-jährigen Mädchen und 11,8% der 15-jährigen Jungen rauchen wöchentlich, 6,4% beziehungsweise 6,6% täglich – rund ein Fünftel davon mehr als zehn Zigaretten pro Tag. Laut Sucht Schweiz gibt es Anzeichen dafür, dass der Anteil der Rauchenden bei den 15- und 19-Jährigen zunimmt, während er bei den Erwachsenen bei rund einem Viertel verharrt (Sucht Schweiz 2018b). Die Tabakindustrie entwickelt zudem stetig neue Produkte – mittlerweile sind Formen des Konsums aufgekommen, welche die Risiken im Vergleich zum Zigarettenkonsum vermindern sollen, so z.B. E-Zigaretten. Bei Jugendlichen ist insbesondere das Rauchen von Wasserpfeifen (Shisha) sehr beliebt. Entgegen häufiger Annahmen ist das Rauchen von Wasserpfeifen gleich schädlich wie das Rauchen von Zigaretten – es

⁴ Die Schweizer HBSC-Studie erfragt verschiedene Aspekte des Gesundheitsverhaltens und der Lebensstile von Schulkindern, die grösstenteils 11 bis 15 Jahre alt sind. Sie wird alle vier Jahre auf der Grundlage einer repräsentativen nationalen Stichprobe durchgeführt und erlaubt es so, die aktuelle Gesundheitssituation der Schülerinnen und Schüler einzuschätzen sowie ihre Entwicklung über die Zeit zu beobachten. Aktuelle Zahlen sind zu finden unter: www.hbsc.ch und www.monam.ch

«Aus einer Sucht auszusteigen, ist ein schwieriges Unterfangen und braucht manchmal mehrere Anläufe, bis eine Heilung erfolgt. Viele schaffen es nicht ohne fremde, meist professionelle Hilfe.»

entstehen teilweise sogar mehr Giftstoffe. Eine Session Shisha rauchen von 45 bis 60 Minuten entspricht dem Rauchen von ca. 100 Zigaretten (Reichert et al. 2018b). Auch Snus verbreitet sich zunehmend unter Jugendlichen. Dabei handelt es sich um eine in Schweden und Norwegen verbreitete Form von Mundtabak, der in kleine Säckchen abgepackt zwischen Zahnfleisch und Wange gelegt wird.

Konsumformen

Zigarette, E-Zigarette, Shisha, E-Shisha, Snus, Schnupftabak, Kautabak

Wirkung

Nikotin wirkt anregend, stimulierend, steigert Leistungsfähigkeit, verbessert Aufmerksamkeits- und Gedächtnisleistung. Dämpft Appetit, Stress, Angst, Unsicherheit, Nervosität und Müdigkeit.

Psychische und körperliche Risiken

Langfristig: Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, fördert Bronchitis und Asthma und kann COPD (Lungenkrankheit) oder Krebs (bei Lunge, Rachen und Kehlkopf) auslösen. Erhöht die Wahrscheinlichkeit von Impotenz und Unfruchtbarkeit.

Cannabis THC (Tetrahydrocannabinol)

Cannabis wird in der Schweiz trotz gesetzlichem Verbot von über 222'000 Personen konsumiert und ist somit die mit Abstand am häufigsten konsumierte illegale Substanz (Sucht Schweiz 2018b). Studien zeigen, dass Cannabiskonsum ein Phänomen der Jugend ist und mit zunehmendem Alter zurückgeht: Die Mehrheit der Cannabiskonsumierenden in der Schweiz ist unter 35 Jahre alt. Die höchsten Anteile finden sich bei den 15- bis 19-Jährigen und bei den 20- bis 24-Jährigen mit 9,4 % beziehungsweise 10,2 % (Gmel et al. 2017). Die grosse Mehrheit der Jugendlichen unter 16 Jahre lässt die Finger von Cannabis. Die Schülerbefragung HBSC zeigt, dass 70 % der 15-jährigen Jungen noch nie Cannabis konsumiert haben. Bei den Mädchen sind es 81 % (Marmet et al. 2015). Konsumentinnen und Konsumenten werden in der Regel nicht körperlich, jedoch psychisch abhängig. Haschisch (Shit) wird aus dem Harz der Pflanze gewonnen. Marihuana (Gras) besteht aus getrockneten Blättern und Blüten. Die Hauptwirksubstanz von Cannabis heisst Tetrahydrocannabinol (THC). Manche Hanfsorten enthalten viel THC und können als Drogenhanf verwendet werden. Dieser Hanf ist illegal. In den letzten Jahrzehnten ist der THC-Gehalt in Cannabisprodukten stark angestiegen: Bis in die Achtzigerjahre lag er unter 3 %, heute wird bei polizeilichen Razzien Cannabis mit bis zu 30 % THC sichergestellt. Hanf, der weniger als 1 % THC enthält, ist legal (Sucht Schweiz 2018a).

Konsumformen

Haschisch und Marihuana vermischt mit Tabak werden als «Joint» oder spezielle Pfeife geraucht. Cannabis wird auch in Speisen oder Getränken konsumiert («Space Cake»).

Wirkung

THC wirkt anregend und steigert Selbstwertgefühl, bewirkt höhere Empfindlichkeit gegenüber Sinneseindrücken

Psychische und körperliche Risiken

Kurzfristig: Störungen der Aufmerksamkeit und der Reaktionsfähigkeit, Verwirrtheit, Panikattacken, Kreislaufprobleme

Langfristig: Erkrankungen der Atemwege, Beeinträchtigung der Gehirnentwicklung, Psychosen (bei Veranlagung). THC legt bei starkem Konsum Depots im Körperfett an. Diese können Wochen nach dem letzten Konsum bei Stress zu einem Backflash führen.

Tabak. Kinder und Jugendliche sollten kein CBD konsumieren (Sucht Schweiz 2017a). Vor allem beim Rauchen von CBD-haltigen Produkten bestehen Risiken im Hinblick auf Lungen- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Zudem existieren noch keine Studien mit Ergebnissen zu langfristigen Risiken und Auswirkungen von CBD-Konsum (Sucht Schweiz 2017a). Vergessen geht häufig, dass CBD-Produkte längst nicht in allen europäischen Ländern legal sind. CBD-Produkte sind unter anderem im nahen Ausland verboten, weil der Grenzwert für den THC-Gehalt des Schweizer Produktes (0,4–0,7 %), höher ist, als in Nachbarländern erlaubt (z.B. Deutschland: 0,2 %, Österreich: 0,3 %).

Konsumformen

CBD-Tee, Extrakte, Tropfen, Tinkturen, Balsam, Öle, Kapseln, Liquids für E-Zigaretten, CBD-haltige Esswaren usw.

Wirkung

CBD wirkt beruhigend und stimmungsaufhellend.

Psychische und körperliche Risiken

Über die Risiken des CBD-Konsums ist bisher kaum etwas bekannt. Wird CBD mit Tabak vermischt und geraucht, besteht die Gefahr einer Nikotinabhängigkeit. Die gesundheitlichen Risiken sind dieselben wie beim Tabakkonsum.

Cannabis CBD (Cannabidiol)

Seit wenigen Jahren sind CBD-haltige Cannabisprodukte mit einem THC Gehalt unter 1% verbreitet, die in der Schweiz legal erworben werden können. Die Produkte werden in einer wachsenden Anzahl von Geschäften sowie im Internet angeboten. CBD ist wie THC eines von über 80 Cannabinoiden der Cannabispflanze. Im Gegensatz zu THC hat CBD jedoch keine berauschende Wirkung. Eltern und Erziehungsberechtigten wird empfohlen, bezüglich CBD-haltigen Produkten die gleiche Haltung zu vertreten wie bezüglich klassischen Cannabisprodukten oder

Schnüffelstoffe

Viele leicht zugängliche Haushalts- und Industrieerzeugnisse enthalten Lösungsmittel, Gase oder andere Stoffe, die eine berauschende Wirkung

«Trotz Rückgängen im Jahr 2014 ist der Konsum psychoaktiver Substanzen bei 11- bis 15-jährigen Jugendlichen in der Schweiz nach wie vor weit verbreitet.»

erzeugen können, wenn sie eingeatmet werden. Auch hierzulande machen einige Kinder und Jugendliche erste Rauscherfahrungen mit sogenannten «Schnüffelstoffen». In der Schweiz ist das Schnüffeln bei Kindern und Jugendlichen jedoch meist ein Übergangsphänomen (Sucht Schweiz 2010).

Konsumformen

Giftige Haushalts- und Industrieprodukte, die eingeatmet werden (z.B. Klebstoffe, Klebstoffverdünner, Lacke jeder Art, Farbverdünner, Fleckenentferner, Feuerzeuggas, Nagellack und Nagellackentferner, Fett- und Wachslöser, Haarsprays Filzschreiber, Benzin).

Wirkung

Schnüffelstoffe können Hochgefühl, Benommenheit und/oder Kontrollverlust auslösen

Psychische und körperliche Risiken

Kurzfristig: Kopfschmerzen, Schwindel, Herzklopfen, Erbrechen, Husten, Bewusstlosigkeit bei Hochdosierung
Langfristig: Organ- und Nervenschäden, Krebs, Depressionen

Medikamente

Stress und Leistungsdruck in Beruf und Schule bedrücken und (über)fördern viele Menschen – manche begegnen diesem Druck mit der Einnahme von Tabletten. Dabei kann es zu Missbrauch und Abhängigkeit von Medikamenten kommen, wobei psychoaktive Substanzen wie Schlaf- und Beruhigungsmittel, Schmerz- oder Anregungsmittel (Ritalin) eine besonders wichtige Rolle spielen (Sucht Schweiz 2011b). Der Begriff Medikamentenmissbrauch wird gemäss der Weltgesundheitsorganisation WHO wie folgt definiert: «Medikamentenmissbrauch liegt vor, wenn ein Medikament ohne medizinische Notwendigkeit oder in unnötigen Mengen konsumiert wird.» Der Missbrauch von Medikamenten ist weitverbreitet und stark tabuisiert. Was die missbräuchliche Einnahme von Schlaf- oder Beruhigungsmitteln bei Jugendlichen angeht, deuten die Ergebnisse der HBSC-Befragung darauf hin, dass etwa 3% der 15-Jährigen in ihrem Leben bereits Medikamente genommen haben, um sich zu berauschen. Dieser Anteil lag bei Mädchen gleich hoch wie bei Jungen (Marmet et al. 2015). Damit sind Medikamente bei Kindern und Jugendlichen die am häufigsten konsumierte Substanzgruppe nach Alkohol, Tabak und Cannabis.

Konsumformen

Pillen, Kapseln, in flüssiger Form, als Pulver oder Zäpfchen

Wirkung

Stimulanzien wie Ritalin putzen auf, Schlaf- und Beruhigungsmittel (z.B. Valium) entspannen, Antidepressiva hellen die Stimmung auf und lindern Ängste, Opiate lindern Schmerzen.

Psychische und körperliche Risiken

Körperliche und psychische Probleme: viele Medikamente lösen Entzugserscheinungen aus und können langfristig die Organe schädigen.

Amphetamine (Speed) und Methamphetamin

Auf dem Schwarzmarkt nennt man sie Speed, Crystal Meth oder Ice: Amphetamine und Methamphetamin werden synthetisch hergestellt und können schnell und stark abhängig machen. Der illegale Konsum von Amphetaminen ist in der Schweiz insbesondere in der Techno- und Partyzene verbreitet. Amphetamine werden jedoch auch zur Leistungssteigerung im beruflichen Umfeld missbräuchlich konsumiert (Sucht Schweiz 2011a). Nach den Ergebnissen der HBSC-Befragung gaben zwischen 1% und 2% der 15-Jährigen an, mindestens einmal in ihrem Leben Amphetamine genommen zu haben (Marmet et al. 2015).

Konsumformen

Pillen, Kapseln, Paste, Pulver zum Schnupfen, seltener: Rauchen oder Spritzen

Wirkung

Amphetamine steigern Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit und erhöhen das Konzentrationsvermögen

Psychische und körperliche Risiken

Kurzfristig: Unterdrückung von Müdigkeit, Herz- Kreislauf-Probleme, Aggressivität
Langfristig: Schwächung des Immunsystems, Organschädigungen, psychische Probleme wie z.B. Depressionen, Amphetaminpsychosen

Halluzinogene (LSD, Zauberpilze)

Unter dem Begriff Halluzinogene werden unterschiedliche illegale Substanzen zusammengefasst, die alle eine ähnliche Wirkung haben. Zu den bekanntesten Halluzinogenen zählen bei-

spielsweise LSD, Psilocybin, das in sogenannten «Zauberpilzen» enthalten ist und Ketamin. Halluzinogene können Sinnestäuschungen (Halluzinationen) und psychische Veränderungen auslösen. Viele Konsumierende sehen oder hören Dinge, die es in der Realität nicht gibt. Dies kann unter anderem zur Folge haben, dass sie nicht mehr zwischen Realität und Wirkung unterscheiden können (Sucht Schweiz 2012). 2014 gab rund 1% der 15-jährigen Jungen und Mädchen an, mindestens einmal in ihrem Leben LSD oder halluzinogene Pilze genommen zu haben (Marmet et al. 2015).

Konsumformen

Tabletten, Kapseln, Zauberpilze (getrocknete und bräunliche Pilze), Spritzen als Flüssigkeit (LSD)

Wirkung

Halluzinogene führen zu unterschiedlichen Formen von Halluzinationen, Veränderung des Raum-Zeit-Empfindens und Gefühlslebens sowie zu Trance-Erlebnissen

Psychische und körperliche Risiken

Kurzfristig: Realitätsverlust, Atembeschwerden, Panik, Herzrasen, Übelkeit, tödliche Vergiftungen

Langfristig: Psychosen und Wahnvorstellungen (bei Veranlagung)

Konsumformen

Einnahme von Pillen, Kapseln, seltener: Pulver schnupfen oder rauchen

Wirkung

Ecstasy wirkt anregend, steigert Gefühl der emotionalen Verbundenheit sowie Leistungsfähigkeit, löst Glücksgefühle aus

Psychische und körperliche Risiken

Kurzfristig: Dämpft Hunger- und Durstgefühl sowie Müdigkeit, Kreislaufkollaps, Hitzeschlag

Langfristig: Schädigung Gehirn, Leber, Niere, Psychische Probleme wie z.B. Depressionen oder psychotische Störungen

Kokain

Kokain gilt primär als aufputschende und leistungssteigernde Droge, die schnell und stark psychisch abhängig macht. Somit ist sie eine der gefährlichsten illegalen Substanzen überhaupt (Sucht Schweiz 2017b). Daten aus der Befragung von Schülerinnen und Schülern in der Schweiz zeigen, dass der Anteil 15-jähriger Mädchen und Jungen, die mindestens einmal in ihrem Leben Kokain genommen haben, seit den 1980er-Jahren zwischen 1% und 3% variiert (Marmet et al. 2015).

Konsumformen

Pulverform «Schnee», kann geschnupft (sniffen, koksen, «eine Linie ziehen»), gespritzt oder auch gegessen werden. Nach bestimmten chemischen Veränderungen kann Kokain geraucht werden (Crack).

Wirkung

Kokain steigert Antrieb, löst Euphorie und Gefühle grosser Leistungsfähigkeit aus

Psychische und körperliche Risiken

Kurzfristig: Kontrollverlust, Aggressivität, unterdrücktes Hungergefühl, Herzinfarkt, Hirnschlag, Todesfälle durch Überdosis

Langfristig: Schädigung der Organe, psychische Probleme wie z.B. Gedächtnisprobleme, Angststörungen, Wahnvorstellungen

Ecstasy (MDMA⁵)

Die illegale Substanz Ecstasy ist als sogenannte «Designerdroge» klassifiziert, da die Substanz vollsynthetisch in Labors hergestellt wird. Es sind überwiegend sozial integrierte, unauffällige Freizeitkonsumierende, die Ecstasy meist nur am Wochenende zu sich nehmen (Sucht Schweiz 2016). Liquid Ecstasy bzw. GHB⁶ sorgt regelmässig für Schlagzeilen, da die Partydroge nicht immer bewusst eingenommen, sondern auch in Form von «K.-o.-Tropfen» verabreicht wird. Liquid Ecstasy kann reaktionsunfähig machen und zu einem «Filmriss» führen. Die Wehrlosigkeit der Opfer wird häufig für sexuelle Übergriffe oder Raubdelikte ausgenutzt (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) 2018).

5 Methylenedioxyamphetamin

6 Gamma-Hydroxybuttersäure

Heroin

Heroin gehört in die Kategorie der Opiode und hat ein sehr hohes Abhängigkeitspotenzial – körperlich sowie psychisch. Heroin ist illegal und fast immer mit anderen Substanzen gemischt, um es zu strecken (z. B. Koffein oder Aspirin). Die Substanz aus reiner Neugierde auszuprobieren ist mit unakzeptablen Risiken verbunden (Sucht Schweiz 2013a). Die Heroinproblematik ist heute deutlich weniger stark ausgeprägt als vor zwanzig Jahren. Gemäss der Schülerbefragung HBSC 2014 haben 0.2 % der 15-jährigen Jungen und 1.0 % bei 15-jährigen Mädchen mindestens einmal in ihrem Leben Heroin konsumiert (Marmet et al. 2015).

Konsumformen

Bräunliches Pulver, intravenöse Injektion («Fixen») und inhalieren («Folienrauchen»), rauchen oder sniffen

Wirkung

Heroin löst Euphorie aus, steigert Wohlbefinden und Entspannung, vermindert Schmerz, Angst und Depressionen

Psychische und körperliche Risiken

Kurzfristig: Gefahr von Infektionen durch Spritzen (Aids, Hepatitis), akute Todesfälle durch Überdosis

Langfristig: Organschädigungen durch Verunreinigung des Heroins, psychische Probleme wie z.B. Phobien, Angststörungen, Depressionen

1.2 Risiken des Mischkonsums

Unter Mischkonsum oder multiplem Substanzkonsum versteht man den gleichzeitigen oder zeitlich kurz aufeinanderfolgenden Konsum von zwei oder mehr unterschiedlichen psychoaktiven Substanzen – in der Regel mit der Absicht, die Effekte einer anderen Substanz zu verstärken oder zu mindern. Besonders häufig werden in der Bevölkerung Alkohol und Tabak gleichzeitig konsumiert. Aber auch illegale Substanzen werden in Kombination mit Alkohol eingenommen (z. B. Alkohol und Cannabis). Die Auswirkungen eines Mischkonsums sind unberechenbar. Da sich die Einzelwirkungen der einzelnen Substanzen verändern, entsteht eine neue Gesamtwirkung, die das Risiko eines stark gesteigerten Rauschzustandes mit sich bringt. Die Gefahr gesundheitlicher Schädigungen wird dadurch erhöht. Bestimmte Kombinationen können gar lebensbedrohliche Konsequenzen haben. Mischkonsum ist insbesondere für Jugendliche gefährlich und schädlich, da die körperliche Entwicklung noch nicht abgeschlossen ist. Die Kombination von Alkohol mit illegalen

Substanzen wie z. B. Ecstasy entzieht dem Körper Flüssigkeit und es kann zu einer Austrocknung des Körpers kommen. Zudem besteht durch die starke Erhöhung der Körpertemperatur das Risiko, den Körper zu überhitzen (Wärmestau). Dies führt zu einer starken Herz-Kreislauf-Belastung und das Risiko von Hitzschlag und Herzinfarkt ist erhöht. Übelkeit, Schwindel und Erbrechen oder ein Kreislaufkollaps können die Folge davon sein. Der Mischkonsum von Alkohol und Liquid Ecstasy (GHB) oder Alkohol und Opiaten senkt die Herzfrequenz und kann schon in kleinsten Mengen Atemlähmungen zur Folge haben. Dies kann zu Bewusstlosigkeit und sogar zum Tod führen (saferparty.ch 2018).

Vertiefte Informationen zu den beschriebenen Substanzen, zum Thema Mischkonsum sowie Tipps, um Risiken beim Substanzkonsum zu minimieren:

- www.suchtschweiz.ch – Flyer, Broschüren, Unterrichtsmaterialien
- www.saferparty.ch – Informationen über Substanzen (Sozialdepartement Zürich)
- www.drugcom.de – Lexikon der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Zahlen und Fakten:

- www.hbsc.ch – Aspekte zum Gesundheitsverhalten und den Lebensstilen von Schulkindern des 5. bis 9. Schuljahres in der Schweiz
- www.suchtschweiz.ch – Zahlen und Infografiken zu verschiedenen Substanzen und Sucht sowie Schweizer Suchtpanorama mit aktuellen Konsumtrends zu Alkohol, Tabak und illegalen Drogen

2 Sucht: Ursachen und Bedingungen

Warum konsumiert jemand Suchtmittel? Wie entsteht eine Abhängigkeit und welche Faktoren spielen dabei eine Rolle? Auf diese Fragen gibt es keine kurze und einfache Antwort. Suchtmittelkonsum wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst und die Gründe liegen nicht nur in der Person selbst, sondern auch in deren Umfeld. Die meisten Menschen konsumieren psychoaktive Substanzen massvoll, ohne eine Sucht zu entwickeln und ohne sich und andere zu gefährden. Dennoch gibt es Personen, welche die Kontrolle über ihren Konsum verlieren. Sucht- und Risikoverhalten bringen für die Betroffenen und ihr Umfeld viel Leid mit sich und sind mit hohen gesellschaftlichen Kosten verbunden. Um zu erklären, weshalb einige Menschen Suchtmittel massvoll oder in schädlicher Weise konsumieren, sind komplexe Modelle notwendig, die verschiedene Faktoren berücksichtigen.

2.1 Konsum- und Verhaltensweisen

Der Begriff Konsum hat viele Facetten und nicht jeder Konsum ist problematisch. Konsumieren kann «Probieren» meinen oder bedeuten, dass jemand regelmässig, aber ohne Probleme konsumiert. Es kann jedoch auch heissen, dass jemand punktuell oder chronisch risikohaft konsumiert oder abhängig bzw. süchtig ist. Es ist deshalb sinnvoll, zwischen risikoarmem, problematischem und abhängigem Konsum zu unterscheiden. Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) unterscheidet die Konsum- oder Verhaltensweisen nach ihrer Intensität und den damit verbundenen Risiken für das Individuum und die Gesellschaft:

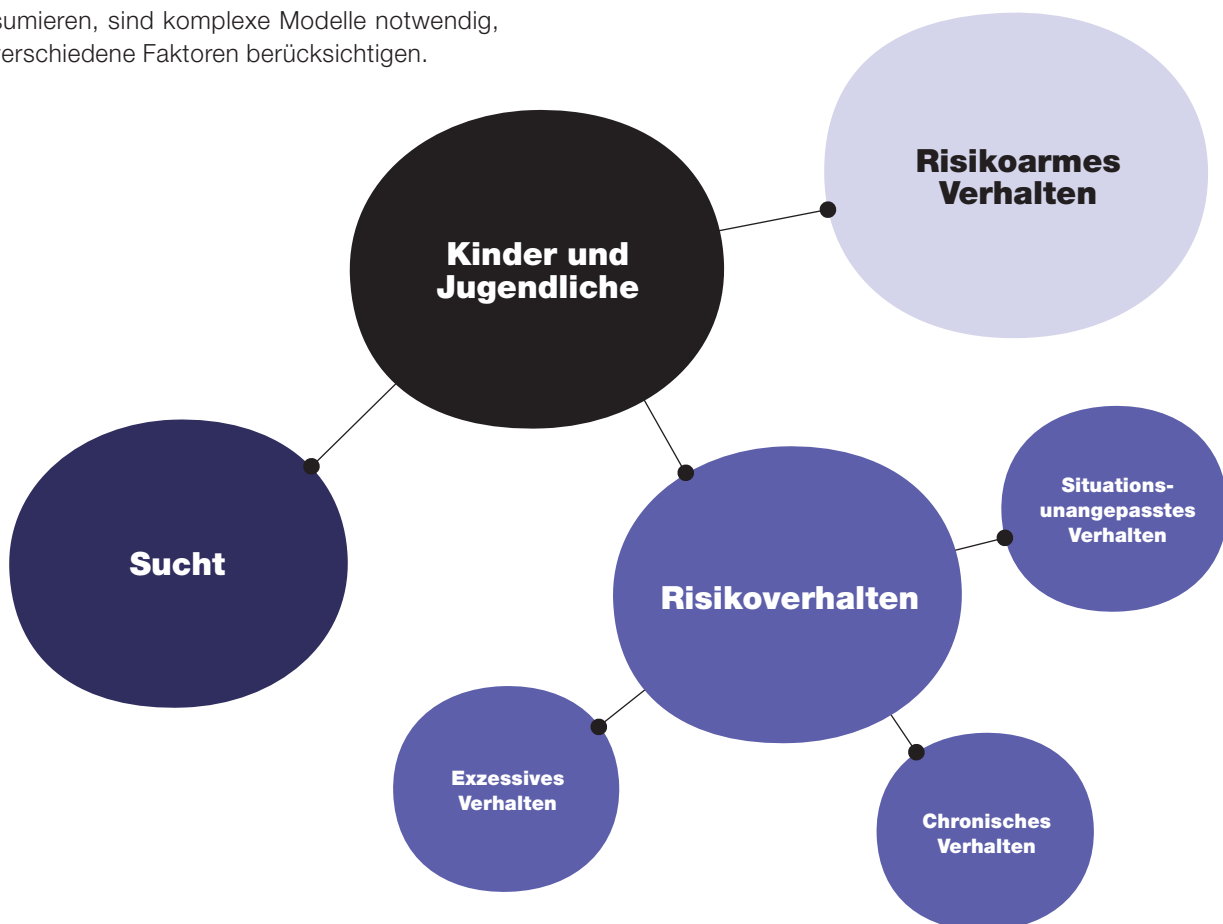


Abb. 1: Spektrum der Konsum- und Verhaltensweisen, BAG 2015, S.13

«Sucht ist eine Krankheit und charakterisiert ein zwanghaftes Verhalten, das auch dann weiterbesteht, wenn schwerwiegende negative gesundheitliche und soziale Folgen für den betroffenen Menschen und sein Umfeld eintreten»

Risikoarmes Verhalten

Risikoarmes Verhalten beschreibt den Umgang mit psychoaktiven Substanzen und Verhaltensweisen, die für die Gesundheit der betroffenen Menschen und für ihr Umfeld nicht oder nur minim schädlich sind.

Risikoverhalten

Risikoverhalten unterscheidet drei Verhaltensmuster mit physischem oder psychischem Schadenpotenzial für den Menschen oder sein Umfeld:

- **Als exzessives Verhalten** wird der Konsum grosser Mengen psychoaktiver Substanzen innerhalb einer kurzen Zeitspanne bezeichnet (z. B. Rauschtrinken).
- **Als chronisches Verhalten** wird ein sich regelmässig wiederholender, erhöhter Konsum bezeichnet, der über längere Zeit Schäden verursacht (z. B. dauerhafte Einnahme von Medikamenten oder chronischer Alkoholkonsum).
- **Situationsunangepasstes Verhalten** beschreibt den Konsum von psychoaktiven Substanzen in Situationen, in denen man sich oder andere durch den Konsum gefährdet (z. B. Fahren in angetrunkenem Zustand, Konsum von psychoaktiven Substanzen während der Schwangerschaft).

Sucht

Eine Sucht entsteht in der Regel nicht von heute auf morgen – sie entwickelt sich über eine gewisse Zeit und oft unbemerkt: «Der Übergang von einem problematischen Konsum zu einer Abhän-

gigkeit ist fliegend» (Sucht Schweiz, 2018c). Sie hat Auswirkungen auf Körper und Psyche der Menschen, aber auch auf ihr soziales Umfeld und ihre soziale Integration. Sucht betrifft Menschen aus allen Altersgruppen und sozialen Schichten. Medizinisch gesehen handelt es sich um eine Krankheit; die Fachwelt bezeichnet Sucht in der Regel als Abhängigkeit. Das Bundesamt für Gesundheit definiert Sucht folgendermassen: «*Sucht ist eine Krankheit und charakterisiert ein zwanghaftes Verhalten, das auch dann weiterbesteht, wenn schwerwiegende negative gesundheitliche und soziale Folgen für den betroffenen Menschen und sein Umfeld eintreten*» (2017:3).

Anzeichen für eine Abhängigkeit sind:

- nicht mehr auf den Konsum verzichten können
- den Konsum nicht mehr kontrollieren können
- immer mehr konsumieren (Toleranzbildung)
- Entzugssymptome beim Absetzen oder Reduzieren des Konsums
- Vernachlässigung anderer Interessen, fortsetzen des Konsums trotz bekannter schädlicher Folgen (BAG, 2015).

Es müssen nicht alle Anzeichen vorhanden sein, um von einer Abhängigkeit zu sprechen. Mit Sicherheit kann eine Sucht nur von einer Fachperson (Ärztin oder Arzt, Fachperson einer Suchtberatungsstelle) festgestellt oder ausgeschlossen werden.

Substanz

- Verfügbarkeit
- Zugänglichkeit
- Art und Wirkungsweise
- Dosis
- Dauer und Intensität der Einnahme

Person

- Genetische Disposition
- Persönlichkeitsfaktoren
- Biomedizinische Faktoren bzw. körperliche Situation
- Frühkindliche Lebenssituation
- Erwartungshaltung und Lebensstil

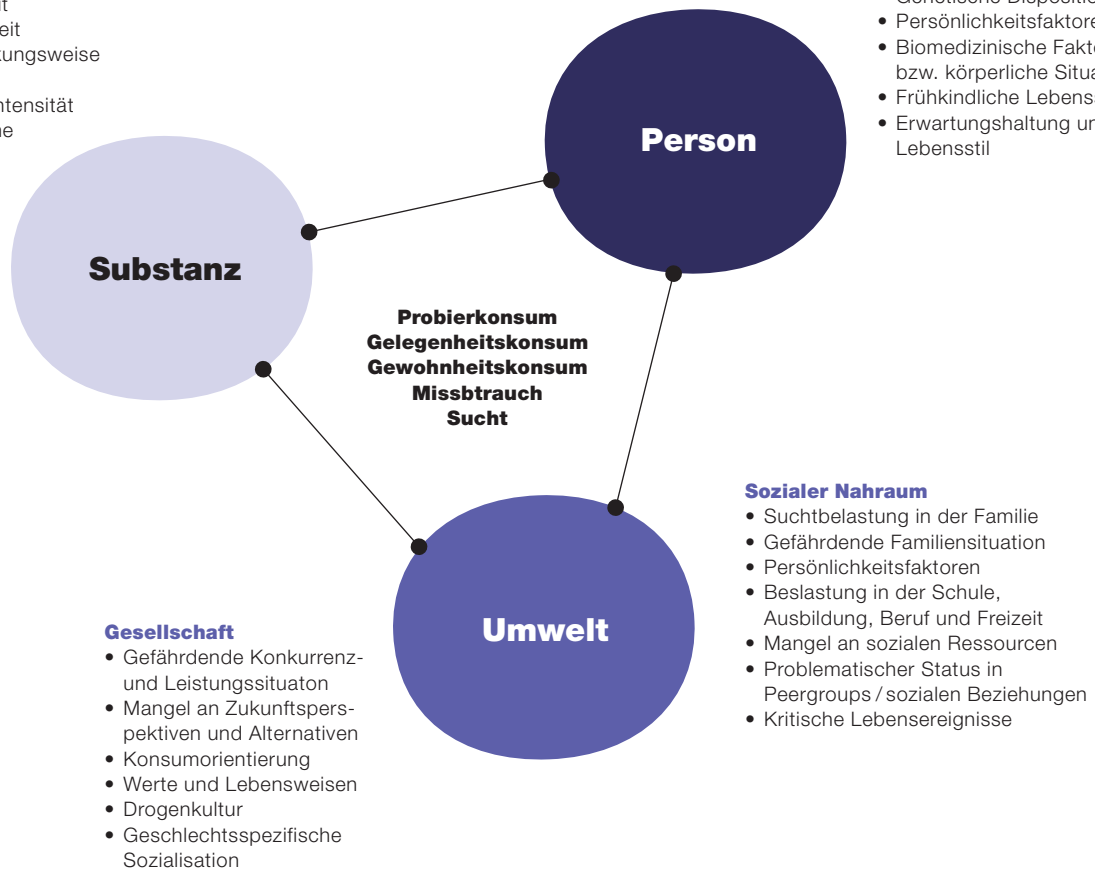


Abb.2: Modell Sucht-Trias, in Anlehnung an Sucht Schweiz 2013b

2.2 Erklärungsmodelle der Suchtentstehung

Die Entstehungsbedingungen einer Sucht sind vielschichtig und selbst komplexe Erklärungsmodelle können keine endgültigen Antworten liefern. Sucht entsteht aus individuellen Veranlagungen, aber auch durch gesellschaftliche Rahmenbedingungen. Ein mehrdimensionaler Ansatz ist der bio-psycho-soziale Erklärungsansatz, der bei einer Analyse der Suchtentstehung psychologische, soziale und biologische Entstehungsbedingungen berücksichtigt (Sucht Schweiz 2013b). Das heisst, ob jemand Suchtmittel massvoll oder in schädlicher Weise konsumiert, steht im Zusammenhang mit Merkmalen der Person, des Umfelds und der Substanz. Dieser Erklärungsansatz hat sich mit zunehmendem Wissen um die Suchtentstehung in der Fachwelt durchgesetzt. Das Modell der Sucht-Trias (siehe Abbildung 2) widerspiegelt den bio-psycho-sozialen Ansatz und konkretisiert die vielfältigen potenziellen Ursachen von Sucht im Dreieck von Umwelt, Individuum und Substanz. Die einzelnen Komponenten basieren auf bestehenden Theorien verschiedener Wissenschaftsdisziplinen wie z. B. Soziologie, Psychologie oder Genetik. So wird eine Person bzw. ihr Verhalten beispielsweise durch die ge-

netische Disposition, den individuellen Entwicklungsverlauf und die Sozialisationsbedingungen beeinflusst.

Risiko- und Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen

In allen drei Bereichen des Erklärungsansatzes (Person, Umfeld und Substanz) lassen sich aufgrund von Forschungsergebnissen Risiko- und Schutzfaktoren identifizieren. Je ausgeprägter und zahlreicher Risikofaktoren auftreten, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass Menschen problematische Verhaltensweisen entwickeln. Risikofaktoren können somit neben Veränderungen und Auffälligkeiten im Verhalten der Früherkennung eines Suchtmittelproblems dienen.

Risikofaktoren sind in der Gesellschaft, auf Gemeinde- und Schulebene, in der Berufswelt sowie in der Familie oder in der Person selbst zu finden. Sie können die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ungünstig beeinflussen und damit die Gefahr eines riskanten Konsums psychoaktiver Substanzen begünstigen. Beispiele dafür sind unter anderem (Sucht Schweiz 2013b):

- leichte Erhältlichkeit von Substanzen
- fehlende oder problematische Kontakte zu Gleichaltrigen und anderen Bezugspersonen, Fehlen von tragfähigen Bindungen
- Belastende Lebensumstände (z. B. Armut oder sozialer Abstieg der Familie)
- Familienkonflikte (z. B. Trennung der Eltern)
- unklare Normen und Regeln (z. B. in der Familie oder in der Schule)
- Belastende Kindheitserfahrungen (z. B. Gewalt- oder Missbrauchserfahrungen)
- Stress (z. B. Leistungsdruck in der Schule)
- Gruppendruck bezüglich Konsum von Substanzen
- Mobbing in Schule und Ausbildung
- genetische Veranlagungen

Die Betrachtung der genannten Risikofaktoren sollte nicht zu vorschnellen Schlüssen oder gar zu einer Stigmatisierung von Kindern oder Jugendlichen führen. Die besondere pädagogische Herausforderung ist es, gefährdete Personen frühzeitig zu erkennen, sie im Blick zu behalten und ihnen mit der notwendigen Offenheit zu begegnen. Selbst wenn Kinder und Jugendliche mehrere dieser Risikofaktoren aufweisen, verfügen sie auch über Schutzfaktoren, die zur Verbesserung und zum Erhalt von Wohlbefinden und Lebensqualität beitragen und vor ungünstigen Entwicklungen schützen. Beispiele dafür sind (Sucht Schweiz 2013b):

- stabile und gute Bindungen
- kognitive, soziale und emotionale Kompetenzen
- Möglichkeiten zur Teilhabe und Integration in der Gesellschaft
- positive und kohärente Werte und Normen (z.B. in der Schule, in der Familie)
- Gesundheitskompetenz
- Information und Wissen

2.3 Konsummotive und Konsumformen im Schulalter

Menschen konsumieren aus unterschiedlichen Gründen Suchtmittel. Es gibt Motive, die sowohl von Kindern und Jugendlichen als auch von Erwachsenen angeführt werden – z.B. Feiern oder Entspannung suchen. Es existieren aber auch Gründe, die typisch sind für das Jugendalter und primär mit der Entwicklungsstufe und den Entwicklungsaufgaben in dieser Lebensphase zusammenhängen. Das Jugendalter ist ein anspruchsvoller Lebensabschnitt, in dem viele neue Orientierungen stattfinden und Anforderungen gestellt werden. Im persönlichen und beruflichen Bereich werden Weichen gestellt und Lebenspläne entwickelt. Für die Kinder und Jugendlichen, für die Eltern und Lehrpersonen sind das grosse Herausforderungen. Bis zu einem gewissen Grad gehört es dazu, im Jugendalter die eigenen Grenzen auszuloten und dabei auch mit Suchtmitteln zu experimentieren. Es gibt Autorinnen und Autoren, die es als eine spezifische Entwicklungsaufgabe betrachten, den Umgang mit der im Jugendalter häufig konsumierten Substanz Alkohol zu erlernen: *«Sich – in moderater Form – risikohaft zu verhalten kann auch dazu beitragen, Entwicklungsaufgaben zu bewältigen und Kompetenzen zu erweitern»* (Sucht Schweiz 2011c: 4).

Je nach Konsummotiv ist das Risiko, einen problematischen Konsum zu entwickeln, grösser oder kleiner. Da beispielsweise der Kollegenkreis im Jugendalter stark an Bedeutung gewinnt, probieren viele Jugendliche Suchtmittel aus, weil auch Kolleginnen und Kollegen trinken, rauchen oder kiffen. Suchtmittel werden aber auch zur Verdrängung anstehender Probleme oder Stress konsumiert. Dies kann eine «mir ist alles egal»-Stimmung

«Sich – in moderater Form – risikant zu verhalten kann auch dazu beitragen, Entwicklungsaufgaben zu bewältigen und Kompetenzen zu erweitern.»

«Wer sich bewusst wird, dass Konsumententscheidungen auch mit individuellen Erwartungen an Suchtmittel zusammenhängen, hat bessere Chancen, seine Entscheidung zum Konsum zu hinterfragen.»

und -Haltung verstärken. Werden Suchtmittel eingenommen, um sich von der Wirklichkeit abzuwenden, kann dies eine gesunde, altersentsprechende Entwicklung einschränken. Häufiger Substanzkonsum verringert die Energie für anstehende Aufgaben und verzögert dadurch wichtige Schritte in die Zukunft. Deshalb ist es wichtig, Konsummotive im Blick zu behalten, zu thematisieren und mit Kindern und Jugendlichen darüber zu diskutieren, denn: *«Wer sich bewusst wird, dass Konsumententscheidungen auch mit individuellen Erwartungen an Suchtmittel zusammenhängen, hat bessere Chancen, seine Entscheidung zum Konsum zu hinterfragen.»* (Sucht Schweiz 2011c:1). Fragt man 15-jährige Schülerinnen und Schüler in der Schweiz, warum sie Alkohol trinken, geben sie vor allem Verstärkungsmotive (z.B. «weil es einfach Spass macht») an, seltener Bewältigungsmotive (z.B. «um Probleme zu vergessen») oder Konformitätsmotive («um mich

nicht ausgeschlossen zu fühlen») (Marmet et al. 2015). Die folgende Übersicht verdeutlicht anhand von Beispielen, in welcher Form Konsummotive und Konsumformen bei Kindern und Jugendlichen zusammenhängen können.

Konsumform	Beispiele für wahrscheinliche Konsummotive
Probieren	Neugier, Zugehörigkeit (Gruppendruck)
Genusskonsum	Geschmackliches Erlebnis, besondere Situation
Rauschtrinken	Gefühl des Rausches, sich enthemmen, abschalten
Chronisch hoher Konsum	Stressbewältigung, Probleme vergessen
Abhängigkeit	Zwang zum Konsum, keine wirkliche Entscheidungsfreiheit mehr, übrige Lebensbereiche werden beeinträchtigt, Kontrolle über Konsum geht verloren

In Anlehnung an Sucht Schweiz 2011c: 5

3 Wirksame Suchtprävention, Früherkennung und Frühintervention in der Schule

Was ist Suchtprävention?

Suchtprävention hat zum Ziel, den negativen Folgen des Substanzmissbrauchs vorzubeugen und eine Abhängigkeit zu verhindern. Sie löst keine bestehenden Suchtprobleme, sondern verhindert oder verzögert die Entstehung von Suchterkrankungen. Eine Abhängigkeit kann sich auf die Gesundheit und die soziale Situation der Betroffenen auswirken und das soziale Umfeld stark belasten. Suchtprävention versucht, diesen Auswirkungen mit wirksamen Massnahmen im Bereich der Verhaltens- und Verhältnisprävention vorzubeugen.

Verhaltensprävention zielt darauf ab, das Wissen, die Einstellung und das Verhalten eines Individuums oder bestimmter Zielgruppen zu beeinflussen. Hier werden drei Ansätze unterschieden:

- **Universelle Prävention** wendet sich an die gesamte Bevölkerung bzw. an bestimmte Gruppen (z. B. Eltern, Schulkinder).
- **Selektive Prävention** richtet sich an gefährdete Gruppen von Menschen, bei denen aufgrund empirisch bestätigter Risikofaktoren eine erhöhte Wahrscheinlichkeit besteht, Risikoverhalten zu entwickeln (z. B. Kinder aus (sucht-)belasteten Familien, Jugendliche, welche die Ausbildung abbrechen).
- **Indizierte Prävention** wendet sich an Menschen mit bereits manifestem Risikoverhalten (z. B. Kinder und Jugendliche, die mit einer Alkoholvergiftung ins Spital eingeliefert werden).

Verhältnisprävention setzt bei den strukturellen Rahmenbedingungen an und will diese zu Gunsten von suchtvermindernden Umweltbedingungen beeinflussen. Im Fokus der strukturorientierten Suchtprävention steht zum Beispiel die Verringerung des missbräuchlichen Konsums von Suchtmitteln über eine Reduktion der Verfügbarkeit sowie der Nachfrage.

Dazu gehören etwa gesetzliche Massnahmen mit dem Ziel der Einschränkung der Verfügbarkeit (Jugendschutzgesetze) oder die Beeinflussung der Nachfrage mittels Preispolitik oder Werbeverboten.

In der Praxis werden Massnahmen der Verhaltens- und Verhältnisprävention häufig kombiniert, um einen optimalen Effekt zu erzielen.

(Sucht-)Prävention und Schule

Obwohl die Hauptverantwortung für Themen wie Suchtmittelkonsum bei den Erziehungsberechtigten liegt, kann auch die Schule einen wesentlichen Beitrag zur (Sucht-)Prävention leisten. Prävention in der Volksschule ist dann am wirkungsvollsten, wenn sie systematisch und koordiniert betrieben wird. Das kantonale Kreisschreiben zur Prävention in der Volksschule empfiehlt deshalb, Prävention in der Volksschule im Rahmen eines umfassenden Gesamtkonzepts, einer gemeinsamen Vision, eines Leitfadens oder anhand von Leitbildern in der lokalen Schule zu verankern (Kreisschreiben zur Prävention in der Volksschule)⁷. Das Gesamtkonzept ist im Idealfall eine Grundlage für Präventionsmassnahmen in verschiedensten Problembereichen wie z. B. Suchtmittelkonsum, Gewaltanwendungen oder selbstverletzendes Verhalten. Übergeordnetes Ziel ist die Schaffung von Schulstrukturen, Regeln und Netzwerken, die frühzeitiges Erkennen und Intervenieren bei problematischen Entwicklungen sicherstellen. Abbildung 3 zeigt auf, welche Teilaspekte bei der Entwicklung eines umfassenden Präventionskonzepts zu berücksichtigen sind und wie diese miteinander vernetzt sein können.

⁷ ZEPRA unterstützt Schulen in Form von Projektbegleitungen, Beratung, Weiterbildung, Moderation und Materialien beim Erarbeiten des (Sucht-)Präventionskonzeptes sowie bei der Implementation in die Schulstruktur.

Gesamtkonzept Prävention

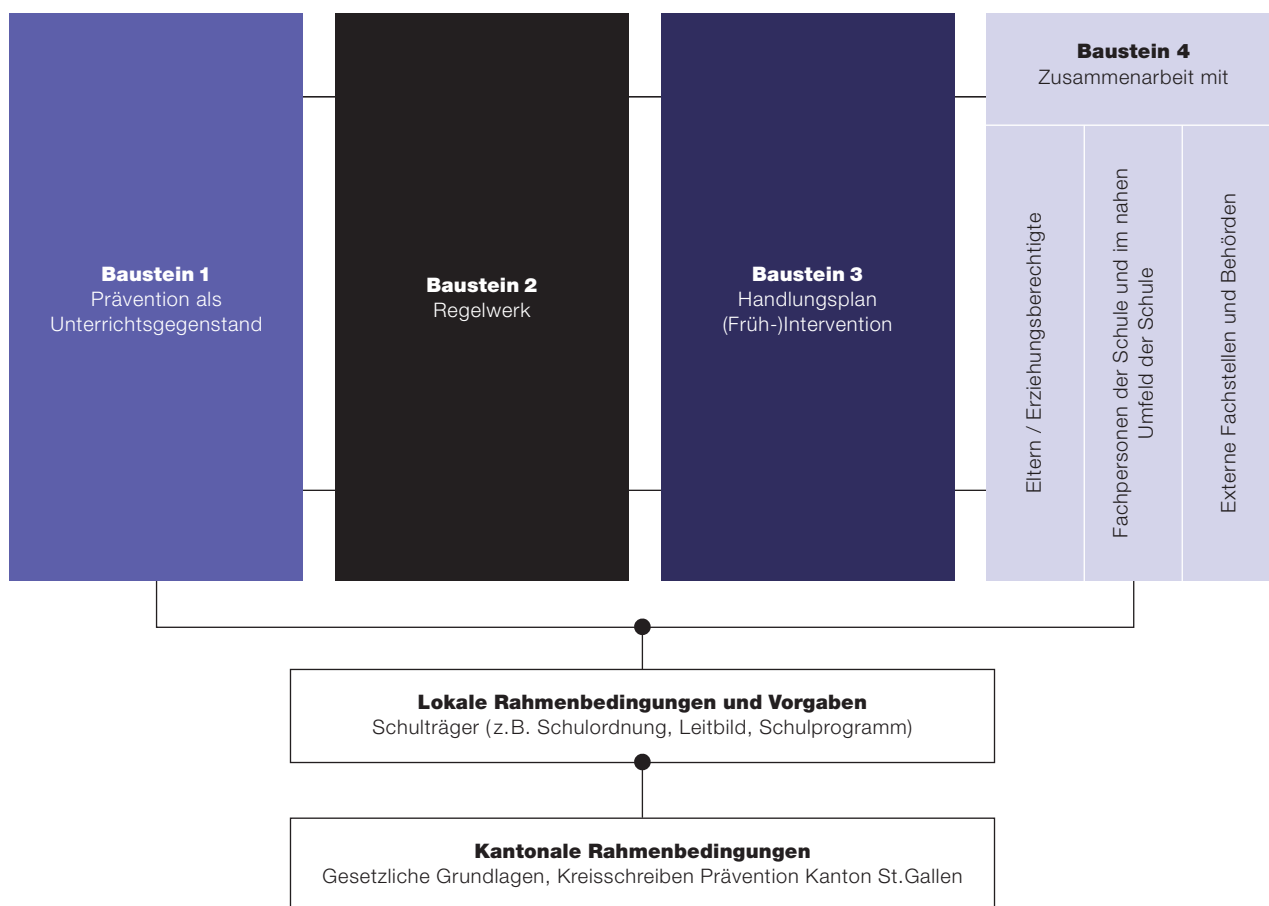


Abb. 3: Gesamtkonzept Prävention – Grafik in Anlehnung an Amt für Gesundheitsvorsorge, ZEPRA 2015

Gemäss Hanewinkel (2018) ist das Ziel der schulischen Suchtprävention, den Beginn des Suchtmittelkonsums zu verhindern sowie riskante Konsum- und Verhaltensweisen frühzeitig zu erkennen und zu reduzieren. Mit welchen Ansätzen und Massnahmen können Schulen dieses Ziel erreichen?

Setzt man sich mit Suchtprävention – als Teil eines Gesamtkonzepts «Prävention in der Volksschule» – auseinander, können die Inhalte der verschiedenen Bausteine (siehe Abbildung 3) anhand folgender Fragen geklärt werden:

- **Baustein 1:** Welche Unterrichtsthemen und Projekte zum Thema Suchtprävention werden innerhalb eines Schuljahres verbindlich behandelt? (Kapitel 3.1)
- **Baustein 2:** Mit welchen Massnahmen wird die Einhaltung des Suchtmittelkonsumverbots im Kontext Schule gewährleistet? (Kapitel 3.2)
- **Baustein 3:** Wie reagiert eine Schule, wenn einzelne Schülerinnen und Schüler wegen eines möglichen Suchtmittelkonsums auffallen oder aus anderen Gründen signalisieren, dass sie Hilfe brauchen? (Kapitel 3.3)

- **Baustein 4:** Wie werden Erziehungsberechtigte, die Schulsozialarbeit sowie externe Fachstellen und Behörden in die Bewältigung der Aufgaben einbezogen? (Kapitel 3.4)

3.1 Suchtprävention im Unterricht

Die Suchtprävention ist Bestandteil des Fachbereichs «Natur, Mensch, Gesellschaft» (NMG) des Lehrplans Volksschule Kanton St.Gallen⁸. Zudem ist sie in den überfachlichen Kompetenzen und im Bereich der Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) als fächerübergreifendes Thema unter dem Stichwort Gesundheit in verschiedenen Fächern und Kompetenzen verankert. Ob Suchtprävention im Unterricht wirksam ist oder nicht, hängt sowohl von den Inhalten wie auch von der Form der Vermittlung und dem schulischen Kontext ab.

Gelingensfaktoren

Frick et al. (2012) beschreiben in ihrer Handreichung «Suchtprävention als Unterrichtsgegenstand» verschiedene Punkte, die berücksichtigt werden müssen, damit Suchtprävention im Unterricht gelingt:

⁸ Auffindbar unter: sg.lehrplan.ch

Suchtprävention zeigt Wirkung, wenn das Thema bereits im Kindergarten stufengerecht aufgenommen wird und langfristig als kontinuierlicher Bestandteil des Unterrichts in den Schulalltag integriert wird. Suchtpräventive Massnahmen gilt es zielgruppenspezifisch und mit Berücksichtigung des Lebensalltags auszurichten. Die Inhalte und Methoden der Suchtprävention sind dem Alter der Kinder anzupassen. Spezifische Informationen zu Suchtmitteln sind erst dann angezeigt, wenn sie bei den Schülerinnen und Schülern zum Thema werden (siehe auch Kreis schreiben zur Prävention in der Volksschule). Zu berücksichtigen sind auch geschlechtsspezifische Unterschiede: Mädchen haben häufig andere Konsumpräferenzen und Konsummotive und auch andere Bewältigungsstrategien als Jungen. Nachhaltige Prävention soll insbesondere in Verbindung mit Alltagssituationen in den Schulklassen passieren und nicht (nur) mit einigen wenigen Extrakturen zur Suchtproblematik. Unkoordinierte Einzelaktionen eignen sich bestenfalls zur Sensibilisierung für die Thematik – im schlimmsten Fall wecken sie Neugier und fördern den Probierkonsum. Ergänzend bieten sich Projektformen für die Bearbeitung suchtpräventiver Themen an. Spezielle Projektstage und Projektwochen können klassenübergreifend gestaltet werden und eignen sich zudem, um auch die Erziehungsberechtigten entsprechend miteinzubeziehen. Eine fruchtbare Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus ist für eine wirksame Prävention entscheidend. Projekte können attraktiv und motivierend sein, ersetzen aber die alltagsbezogene, kontinuierliche Auseinandersetzung mit dem Thema nicht.

Besonderes Augenmerk gilt deshalb der Frage, wie Projekte nachhaltig im Schulalltag verankert werden können. Anknüpfungspunkte bieten diverse Inhalte der Gesundheitsförderung (Ernährung, Körperpflege, Genussmittel etc.) sowie lebenskundliche Themen, in welchen auch eine Auseinandersetzung mit Sinnfragen stattfindet. Wird Suchtprävention thematisiert, sollen zudem nicht nur Risiken und Gefahren angesprochen, sondern eine kritische Auseinandersetzung mit dem eigenen (Sucht-)Verhalten bzw. mit Motiven, Wirkungen sowie Risiken ermöglicht werden. Von Angstbotschaften bzw. Abschreckungstaktiken ist abzuraten, da diese in der Regel nicht die erwünschte Wirkung erzielen. Unterschiedliche didaktische Formen wie Gruppenarbeiten, Rollenspiele und Diskussionen fördern die aktive Auseinandersetzung mit dem Thema und schaffen Möglichkeiten zur Reflexion, aber auch zum Einüben und Trainieren spezifischer Lebenskompetenzen.

Die meisten präventiven Programme in der Schule sind auf die ganze Klasse ausgerichtet (universelle Prävention) und können daher nicht auf einzelne Jugendliche mit bereits bestehenden Verhaltensauffälligkeiten eingehen. Dazu sind Massnahmen der Früherkennung und Frühintervention notwendig (siehe Kapitel 3.3).

Fokus auf die Förderung von Lebenskompetenzen

Informationsvermittlung über psychoaktive Substanzen ist ein wichtiges Element schulbasierter

«Suchtprävention zeigt Wirkung, wenn das Thema bereits im Kindergarten stufengerecht aufgenommen wird und langfristig als kontinuierlicher Bestandteil des Unterrichts in den Schulalltag integriert wird.»

Suchtprävention, das alleine jedoch nicht genügt, um eine Suchtentwicklung zu verhindern. Schülerinnen und Schüler erweitern dadurch zwar ihr Wissen über Gesundheitsrisiken, doch ihre Einstellung und ihr tatsächliches Verhalten ändern sich kaum. Verschiedene Untersuchungen zeigen, dass Suchtprävention im Setting Schule insbesondere dann erfolgreich sein kann, wenn soziale Lebenskompetenzen aufgebaut und gefördert werden (Hanewinkel 2018). Lebenskompetenzen sind *«die persönlichen, sozialen, kognitiven und physischen Fertigkeiten, die es den Menschen ermöglichen, ihr Leben zu steuern und auszurichten und ihre Fähigkeit zu entwickeln, mit den Veränderungen in ihrer Umwelt zu leben und selbst Veränderungen zu bewirken»* (WHO, 1999). Sie leisten somit einen wichtigen Beitrag zur Suchtprävention sowie anderen Themen (Gewalt, Suizid, Mobbing usw.) und sind eine wichtige Voraussetzung für die psychische Gesundheit. Lebenskompetenzen decken sich weitgehend mit den im Lehrplan Volksschule verankerten überfachlichen Kompetenzen. Parallelen zum Lebenskompetenzen-Konzept der WHO finden sich zum Beispiel zu Selbstwahrnehmung, Problemlösung, kritischem Denken, Empathie, Kommunikation und Beziehungsfähigkeit (Högger 2018).

Der Schulalltag kann dann präventiv wirken, wenn das Selbstvertrauen gestärkt wird, eine Auseinandersetzung mit Lebenssinn Platz hat und wenn Lust und Freude am Leben vermittelt werden. Das Schaffen einer guten Atmosphäre, die Stärkung der Persönlichkeit durch Förderung von Handlungskompetenz, Genuss- und Konfliktfähigkeit, Selbstwirksamkeit, Umgang mit Gruppendruck usw. sind grundsätzliche pädagogische Ziele, die in den meisten Fächern (indirekt) verfolgt werden.

Im Kanton St.Gallen stehen unter anderem folgende Unterrichtsmaterialien zur Verfügung:

- www.be-freelance.net – Präventionsprogramm «freelance» für die Sekundarstufe I zu den Themenbereichen «digitale Medien» und «Tabak, Alkohol, Cannabis»
- www.suchtschweiz.ch – Unterrichtsmaterialien und interaktive Filme
- www.feel-ok.ch – Unterrichtsmaterialien

3.2 Regelwerk zum Umgang mit Suchtmitteln

Wie soll reagiert werden, wenn einzelne Schülerinnen und Schüler wegen eines möglichen Konsums von legalen oder illegalen Substanzen auffallen, oder wenn Verdacht auf Handel mit illegalen Suchtmitteln besteht? Und welche rechtlichen Grundlagen gilt es zu beachten?⁹

Vorfälle mit Suchtmittelkonsum und oder -handel gibt es in fast allen Schulen. Sie bringen Unsicherheiten mit sich und stellen die Beteiligten vor grosse Herausforderungen. Kommt es zu kritischen Situationen im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum an Schulen, ist ein klar definiertes Regelsystem mit Sanktion und Massnahmen bei Regelverstössen eine wichtige Hilfestellung für alle Beteiligten. Ein solches Regelwerk kann auch im schuleigenen Präventionskonzept festgehalten werden. Ist vordefiniert, wie im Falle von Suchtmittelkonsum vorgegangen wird, ist es eher möglich, in schwierigen Situationen die nötige Ruhe zu bewahren und gleichzeitig flexibel zu reagieren. Ein klarer Orientierungsrahmen, auf den sich alle berufen können, erspart zudem langwierige Auseinandersetzungen mit Schülerinnen und Schülern, aber auch mit Erziehungsberechtigten. Das Regelwerk ist Voraussetzung dafür, im Schulhaus in einem zweiten Schritt Massnahmen zur Früherkennung und Frühintervention einführen zu können. Grundsätzlich sollen Interventionen oder Sanktionen Schülerinnen und Schüler dazu anregen, ihr Verhalten zu überdenken und zu ändern, ohnedass ihre Schulbildung unterbrochen wird. Um geeignete Massnahmen einzuleiten, ist es deshalb wichtig, zwischen einem blossen Regelverstoss und einem problematischen Konsumverhalten zu unterscheiden. Reicht bei einem Regelverstoss eine Sanktionsmassnahme aus, sollten bei Verdacht auf einen problematischen Konsum auch unterstützende Elemente (Frühintervention) geprüft werden (Kapitel 3.3).

Regelwerke im Umgang mit Suchtmittelkonsum sollen möglichst frühzeitig erarbeitet und schriftlich festgehalten werden – dazu gehört auch die Verankerung entsprechender Verbote in der Schulordnung (vgl. VSG, Art, 33). Schulordnungen gelten in der Regel für alle Personen, die sich auf dem Schulhausareal aufhalten, und beziehen sich auf die Unterrichtszeiten, auf spezifische Schulveranstaltungen und auf das Schulareal. Als Bestandteil des Regelwerks werden im Idealfall auch die Aufgaben und Rollen der verschiedenen Beteiligten geklärt und schriftlich festgehalten (siehe Kapitel 3.4). Wichtig ist, dass die Schülerinnen und Schüler, das Schulhausteam sowie die Eltern über die geltenden Regeln informiert sind und eine gemeinsame Haltung entwickeln.

⁹ Im Zusatzdokument «Handlungsmöglichkeiten», welches auf der Plattform www.sichersund.ch zu finden ist, werden häufig gestellte Fragen im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum und -handel in und im Umfeld der Schule thematisiert sowie Handlungsmöglichkeiten und Empfehlungen aufgezeigt. Was geschieht bei Entdecken einer illegalen Substanz oder bei Verdacht auf Konsum illegaler Substanzen? Das Zusatzdokument präzisiert, wann gesetzliche Vorgaben zwingend gelten und in welchen Bereichen die Schulen ihre Vorgehensweise in einem schuleigenen Konzept festhalten können.

«Die Einführung von Früherkennung und Frühintervention in einer Schule bedarf einer Schulhauskultur des Hinschauens und Handelns, die vom Kollegium gemeinsam getragen wird.»

3.3 Grundsätze der Früherkennung und Frühintervention

Ziel der Früherkennung und Frühintervention in der Schule ist es, gefährdete Kinder und Jugendliche frühzeitig wahrzunehmen und zu unterstützen, um passende Hilfestellungen zu finden und ihnen eine gesunde Entwicklung zu ermöglichen. Sie beinhaltet zwei verschiedene Aspekte, die aufeinanderfolgen: das Erkennen und das Handeln. Die Schule kann einen wichtigen Beitrag leisten, indem sie Risikoverhalten von Schülerinnen und Schülern frühzeitig erkennt, Auffälligkeiten und Symptome rechtzeitig wahrnimmt, richtig deutet, passende Unterstützung anbietet und geeignete Massnahmen einleitet. Zur strukturellen Verankerung von Massnahmen im Bereich Früherkennung und Frühintervention sollten diese ebenfalls Teil eines umfassenden Präventionskonzepts sein: *«Zuständigkeiten und Entscheidungsstrukturen sind im Rahmen von Früherkennung und Frühintervention klar geregelt: Davon profitieren alle Beteiligten [...]. Der Aufbau von Früherkennung und Frühintervention ist als Schulentwicklungsprozess zu verstehen. So entsteht ein Umfeld, in dem Schüler/-innen mit erhöhtem Risiko frühzeitig erkannt und unterstützt werden können.»* (Fabian & Müller 2010).

Früherkennung

Früherkennung meint, schwierige Situationen, Auffälligkeiten und Anzeichen, die bei Betroffenen zu ungünstigen Entwicklungen sowie problematischen Verhaltensweisen führen, rechtzeitig wahrzunehmen und richtig zu deuten (Gefährdungseinschätzung) (AvenirSocial et al. 2016). Früherkennung in

der Schule kann nicht an besondere Beauftragte oder Fachstellen delegiert werden: Hauptakteure sind die Lehrpersonen sowie die Schulsozialarbeit und die Schulleitung, falls beispielsweise illegale Suchtmittel eingezogen werden. Von zentraler Bedeutung sind eine Auseinandersetzung im Gesamtkollegium sowie darauf aufbauend eine gemeinsame Grundhaltung aller involvierten Personen nach bestimmten Kriterien hin- und nicht wegzuschauen. Kinder und Jugendliche befinden sich in einer von Veränderungen geprägten Lebensphase, in der vielfältige Entwicklungsaufgaben bewältigt werden müssen. Da sie einen wesentlichen Teil ihres Alltags in der Schule verbringen, werden dort viele Problematiken sichtbar. Häufig erkennen Lehrpersonen, wenn sich im Verhalten und Erscheinen ihrer Schülerinnen und Schüler etwas in eine un gute Richtung verändert. Die Einnahme von Suchtmitteln wird in der Regel nicht «von heute auf morgen» zum Lebensmittelpunkt von Jugendlichen. Je früher Probleme bei Kindern und Jugendlichen wahrgenommen werden, desto eher sind persönliche sowie soziale Ressourcen aktivierbar und die Wahrscheinlichkeit gross, dass Interventionen die weitere Entwicklung positiv beeinflussen. Von zentraler Bedeutung ist, dass die Verhaltensänderungen wahrgenommen und die Hintergründe dafür abgeklärt werden. Eine wertschätzende Grundhaltung und ein konsequentes Vorgehen sind Voraussetzungen für die Wahrnehmung und Erkennung von Veränderungen und Auffälligkeiten im Verhalten von gefährdeten Schülerinnen und Schülern, für das Ansprechen der Beobachtungen und für die gemeinsame Festlegung des weiteren Vorgehens.

Frühintervention

Frühintervention verfolgt das Ziel, als gefährdet erkannten Personen und deren Umfeld zu einem möglichst frühen Zeitpunkt eine geeignete Unterstützung zur Stabilisierung und Verbesserung der (Risiko-)Situation anzubieten (Beratung, Begleitung, Behandlung). Dazu gehört auch, vorhandene Ressourcen zu erhalten und zu stärken. Ziel der Intervention ist folglich nicht lediglich das Reduzieren von Risiken (wie z.B. Suchtmittelkonsum), sondern auch die Förderung bzw. Aktivierung von vorhandenen Ressourcen des Individuums bzw. dessen Umfelds (AvenirSocial et al. 2016). Von Massnahmen im Bereich der Frühintervention sollen primär gefährdete Kinder und Jugendliche profitieren, indem sie frühzeitig adäquate Unterstützung erhalten, um eine anhaltende Entwicklung von problematischem Verhalten zu verhindern. Im Vordergrund steht dabei immer die Unterstützung und Begleitung der problembetroffenen Person. Massnahmen zur Frühintervention halten fest, wie die Schule Schülerinnen und Schüler unterstützt und wer welche Verantwortung und welche Kompetenzen hat. Bei der Frühintervention werden je nach Gefährdung die Schulleitung sowie weitere spezialisierte Fachstellen einbezogen. Somit ist Frühintervention sowohl Aufgabe der Schule wie auch der Fachstellen im Umfeld Schule.

Früherkennung und Frühintervention bei Suchtmittelkonsum in der Familie

Verhaltensveränderungen oder -auffälligkeiten, die auf ungünstige Entwicklungen hinweisen, frühzeitig wahrzunehmen, ist von zentraler Bedeutung. Dies gilt nicht nur in Bezug auf problematischen Suchtmittelkonsum bei Schülerinnen und Schülern, sondern auch bei Verdacht auf eine Suchterkrankung im familiären Umfeld. Kinder von suchtkranken Eltern sind häufig schweren Belastungen ausgesetzt und dringend auf Unterstützung angewiesen. In der Schweiz wachsen schätzungsweise 100'000 Kinder mit einem alkoholkranken Elternteil auf. Hinzu kommen diejenigen, deren Eltern an einer anderen Sucht leiden. Trinkt ein Elternteil, kann dies negative Auswirkungen auf die Gesundheit und Entwicklung des Kindes haben. Studien von Sucht Schweiz zeigen, dass Kinder aus suchtblasteten Familien ein bis zu sechsfach höheres Risiko haben, selbst in eine Abhängigkeit zu geraten. Sie sind häufig mit einem angespannten und konfliktbeladenen Familienklima konfrontiert und einem hohen Leidensdruck ausgesetzt. Hinzu kommen nicht selten starke Scham- und/oder Schuldgefühle (Sucht Schweiz 2014). Kinder aus suchtblasteten Familien sind nicht einfach zu erkennen, da vielfältige Verhaltensauffälligkeiten auftreten können. Dennoch nehmen Lehrpersonen in der Regel wahr, wenn etwas mit einer Schülerin oder einem Schüler bzw. im familiären

Umfeld «nicht stimmt». So kann es zum Beispiel sein, dass Rauschzustände oder andere Anzeichen bei den Eltern darauf hinweisen, dass eine Problematik mit Suchtmitteln vorliegen könnte. Wahrnehmungen können sich jedoch auch in einem diffusen «unguten» Gefühl äussern. Suchtprobleme und insbesondere Suchtproblematiken in der Familie stellen in der Gesellschaft nach wie vor ein grosses Tabu-Thema dar. Lehrpersonen sind häufig unsicher, was und ob sie überhaupt etwas tun können und mit welcher Berechtigung dies geschehen soll. Es besteht die Angst, «eine Lawine loszutreten», wenn gehandelt würde. Befürchtet wird zudem häufig, dass eine Reaktion als Eingriff in die Privatsphäre interpretiert werden könnte. Die Optimus-Studie zu Kindswohlfährdungen in der Schweiz bestätigt, dass bei Kinderschutz-Organisationen nur sehr wenige Fälle durch die Schule gemeldet werden (Schmid 2018). Ungute Gefühle ernst nehmen sowie hinschauen ist jedoch in jedem Fall wichtig: Kinder und Jugendliche aus suchtblasteten Familien sind dringend auf Unterstützung angewiesen, da sie sich häufig in einer sehr schwierigen Situation befinden. Aus Scham und Loyalität zu ihren Eltern oder Angst vor Repressionen trauen sie sich häufig nicht, sich jemandem anzuvertrauen (Sucht Schweiz 2014). Wenn Lehrpersonen beobachten, dass ein Kind sich aufgrund einer Suchtproblematik eines Elternteils in einer schwierigen Situation befindet und/oder wenn bei Eltern Anzeichen bestehen, dass eine Suchtproblematik vorliegen könnte, empfiehlt es sich, zur Unterstützung die Schulleitung und die Schulsozialarbeit beizuziehen. Gemeinsam kann das weitere Vorgehen festgelegt werden.

Vertiefte Informationen und Unterlagen zum Thema «Kinder aus suchtblasteten Familien»:

- www.suchtschweiz.ch – Broschüren
- www.iks-ies.ch – Kurzfilme zum Thema vom Institut Kinderseele Schweiz
- www.mamatrinkt.ch und www.papatrinkt.ch – Beratung für betroffene Kinder und Jugendliche
- www.sichergesund.ch – Themenheft «Kinderschutz und Schule»

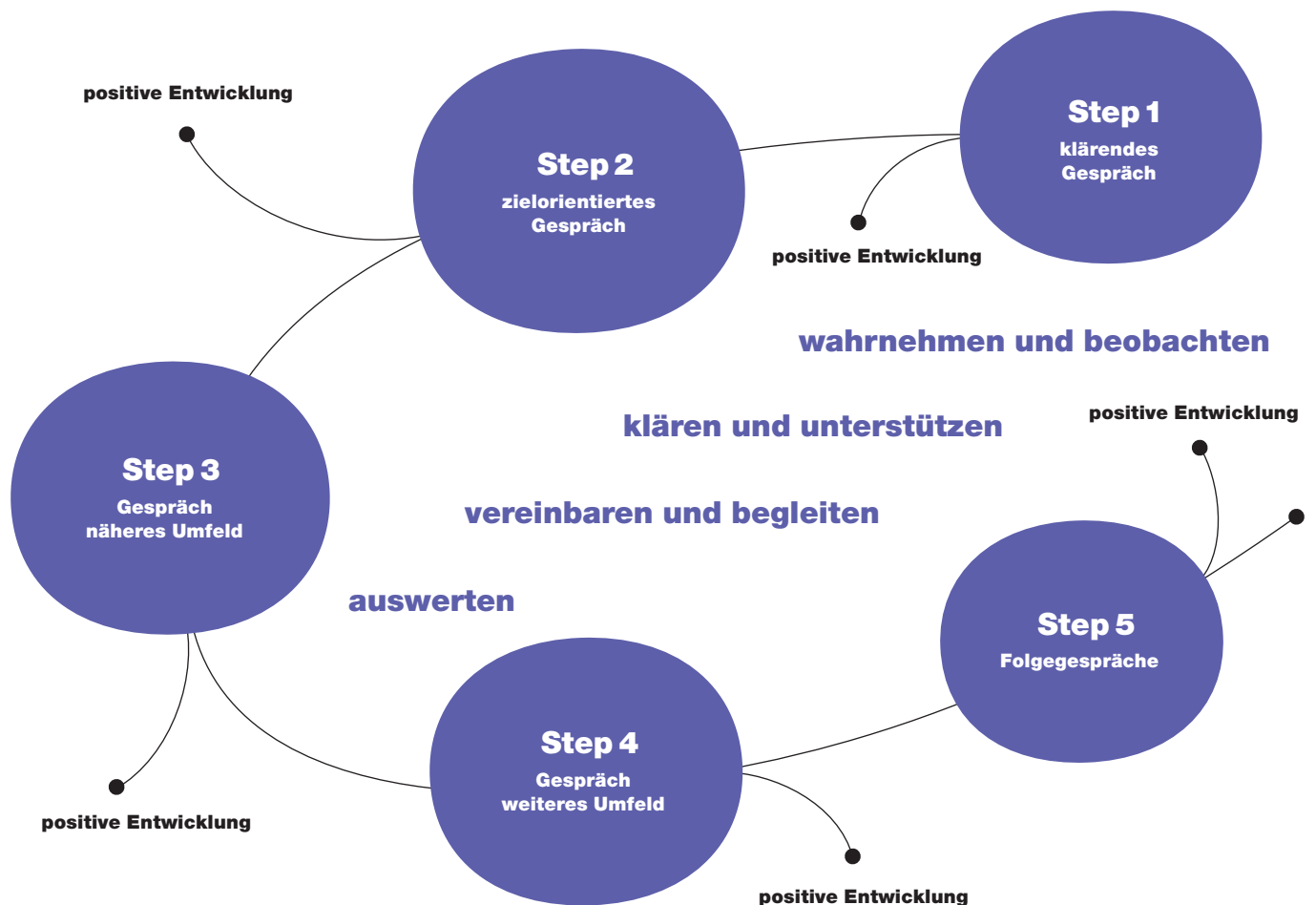


Abb. 4: Ablaufschema für Interventionen

Konkrete Handlungsanweisungen und Interventionsschritte

Die Abbildung zeigt im Fall von Suchtmittelkonsum an der Schule einen möglichen Ablauf von Handlungsweisen oder Interventionsschritten auf.

Wenn in einer Schule vordefiniert ist, wie im Falle von Suchtmittelkonsum vorgegangen werden kann, ist es möglich, in schwierigen Situationen flexibel und angemessen zu reagieren, ohne die nötige Ruhe zu verlieren.

In einem ersten Schritt kann ein klärendes Gespräch mit der Schülerin oder dem Schüler erfolgen. Dabei sollen die Vorkommnisse oder Probleme auf Grund von feststellbaren, beobachtbaren Tatsachen, die das Verhalten in der Schule betreffen, ansprechen. Falls sich das Verhalten nicht verbessert, soll der zweite Schritt im Rahmen eines zielorientierten Gesprächs auf die Thematisierung von einer gemeinsamen Zielvereinbarung fokussieren. Wenn sich das Verhalten weiter fortsetzt und keine positive Entwicklung gezeigt wird, soll in einem dritten Schritt ein Gespräch mit dem näheren Umfeld der entsprechenden Person (z.B. Eltern, Schulleitung, Schulsozialarbeitende) geführt werden. Anschliessend daran

wird im vierten Schritt ein Gespräch unter Einbezug des weiteren Umfeldes (z. B. Fachpersonen, allenfalls Schulbehörde) durchgeführt. Dabei soll das weitere Vorgehen gemeinsam besprochen und geplant werden, sodass anschliessend in einem fünften Schritt im Rahmen von Folgegesprächen die weitere Entwicklung beurteilt und allenfalls weitere Schritte in die Wege geleitet werden können (siehe für mehr Informationen auch den Leitfaden für Interventionen des Themas «Schule und Gewalt» und Zusatzdokument «Handlungsmöglichkeiten»).

Dieses Interventionsschema empfiehlt sich insbesondere bei risikoarmem Suchtmittelkonsum und wenn damit ein Regelverstoss im Vordergrund steht. Gibt es allerdings Hinweise, dass eine Gefährdung des Kindeswohls vorliegt oder zu vermuten ist, kann ein abweichendes Vorgehen sinnvoller erscheinen. Generell sind in einem ersten Schritt die eigenen Beobachtungen und Wahrnehmungen zu prüfen, indem diese zunächst mit Kolleginnen und Kollegen, mit der Schulsozialarbeit oder der Schulleitung ausgetauscht werden und das weitere Vorgehen besprochen wird. Die in der Mitte der Grafik aufgeführten Grundsätze dienen auch in solchen Fällen der Orientierung.

«Wenn in einer Schule vordefiniert ist, wie im Falle von Suchtmittelkonsum vorgegangen werden kann, ist es möglich, in schwierigen Situationen flexibel und angemessen zu reagieren, ohne die nötige Ruhe zu verlieren.»

Ein Handlungsleitfaden bei Gefährdung des Kindeswohls ist im «sicher!gesund!»-Themenheft «Kinderschutz und Schule» zu finden.

Vertiefte Informationen zu Frühintervention und Früherkennung an Schulen:

- www.zepira.info – step by step – Handbuch & Leitfaden
- www.radix.ch – Rubrik Gesunde Schule; Früherkennung und Frühintervention
- www.feel-ok.ch – Rubrik Lehrpersonen und Multiplikatoren
- www.sichergesund.ch – Themenheft «Kinderschutz und Schule» – Interventionsleitfaden: früh erkennen und früh intervenieren (siehe Seite Schule und Gewalt)

3.4 Rollen und Aufgaben der Akteure im schulischen Umfeld

Schulen sind heute vermehrt mit Problemstellungen konfrontiert, die über ihre Kernaufgaben hinausgehen und die sie nicht alleine lösen müssen. Eine gute und koordinierte Zusammenarbeit mit internen sowie externen Fachpersonen und Fachstellen ist von zentraler Bedeutung, um Schülerinnen und Schüler, die in Schwierigkeiten geraten, frühzeitig zu unterstützen und in herausfordernden oder Krisensituationen angemessen zu reagieren. Auch Lehrpersonen und Schullei-

tung profitieren von einer erhöhten Handlungssicherheit, wenn vordefiniert ist, welche Akteure in der Schule (Lehrpersonen, Schulleitung, Schulsozialarbeit) und im Schulumfeld (Eltern, Fachstellen, Behörden und andere Dienste) im konkreten Fall welche Verantwortung tragen und wie die Akteure zusammenarbeiten. Damit verbindliche Kontakte aufgebaut werden können, gilt es Rollen und Aufgaben der involvierten Fachpersonen und Fachstellen unter Berücksichtigung lokaler Gegebenheiten zu klären und im Gesamtkonzept festzuhalten (siehe Abbildung 3, Baustein 4). Die folgenden Ausführungen können dabei als Anregung dienen.

Lehrpersonen

Lehrpersonen übernehmen eine zentrale Aufgabe sowohl bei der Verankerung der Suchtprävention als Unterrichtsgegenstand als auch beim Erkennen von Regelverletzungen sowie ungünstigen Entwicklungen bei Schülerinnen und Schülern. Probleme mit Schülerinnen und Schülern, die psychoaktive Substanzen konsumieren, können – genau wie andere ernste und problemhafte Vorkommnisse in der Schule – selten im Alleingang gelöst werden und müssen dies auch nicht. Auch wenn betroffene Kinder und Jugendliche explizit um Verschwiegenheit bitten, sollten sich Lehrpersonen bewusst sein, dass sie eine solche Verantwortung nur begrenzt tragen können. Wenn sie zu viel Verantwortung an sich ziehen, bringt dies nicht selten auch erhebliche seelische Belastungen und Überforderungen mit sich. Durch den möglichst raschen Einbezug der Schulleitung, der Schulsozialarbeit sowie der Erziehungsberech-

tigten kann die Verantwortung auf verschiedene Schultern verteilt werden. Erstinterventionen können auch mit Kolleginnen und Kollegen aus dem Team gestaltet werden.

Schulleitung

Die Rolle der Schulleitung ist von zentraler Bedeutung. Sie ist Dreh- und Angelpunkt aller Aktionen, die ausserhalb des Schulzimmers stattfinden. Die Schulleitung ist Ansprechperson für die Lehrpersonen und berät und unterstützt diese bei Gesprächen mit Schülerinnen und Schülern bzw. bei Elterngesprächen. Sie entscheidet in der Regel über das weitere Vorgehen und über einen allfälligen Beizug der Schulsozialarbeit – soweit diese nicht bereits involviert ist – sowie von Fachstellen und Behörden. Die Schulleitung betrachtet die Suchtprävention als Führungsaufgabe und verankert die Idee nachhaltig in den Schulstrukturen – zum Beispiel im Rahmen eines umfassenden Präventionskonzepts (siehe Abbildung 3).

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit (SSA) ist eine niederschwellige Anlauf- und Beratungsstelle für Schülerinnen und Schüler sowie Lehrpersonen mit unmittelbarer Präsenz im Schulhaus. Sie leistet individuelle Beratung bei problematischen Entwicklungen – auch im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum. Nebst der direkten Arbeit mit Schülerinnen und Schülern in Einzel- und Gruppenberatungen berät die SSA zudem Lehrpersonen und Eltern in sozialen Fragestellungen im Kontext Schule. Über Projekte in Klassen bzw. klassenübergreifend kann die SSA abhängig von ihrem Aufgabenprofil einen wertvollen Beitrag zur Suchtprävention leisten.

Erziehungsberechtigte

Da Eltern die Verantwortung für die Erziehung ihrer Kinder tragen und in der Regel die wichtigsten Bezugspersonen sind, müssen sie auch bei Vorfällen im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum informiert werden (am besten telefonisch, notfalls schriftlich). Die Art und Weise der Kommunikation mit den Erziehungsberechtigten, kann im schuleigenen Präventionskonzept festgehalten werden. So können auch sie erzieherische Massnahmen ergreifen bzw. zu Hause auf entsprechende Anzeichen achten. Die Eltern miteinzubeziehen ist nicht immer einfach, insbesondere bei Familien, in denen physische oder psychische Gewalt zu erwarten ist. Manchmal bitten Schülerinnen und Schüler explizit darum, die Eltern nicht zu informieren. In solchen Situationen ist ein Beizug der Schulsozialarbeit zu empfehlen. Wird Suchtmittelkonsum im Unterricht thematisiert, ist es sinnvoll, auch die Eltern in suchtpreventive Aktivitäten miteinzubeziehen und ihnen die Möglichkeit zu

geben, Fragen zu stellen. Im Idealfall unterstützen die Eltern die schulischen Aktivitäten und handeln selbst suchtpreventiv.

Schulbehörde

Schulbehörden können Suchtprävention massgeblich unterstützen. Gemeinsam mit der Schulleitung ist die Schulbehörde dafür besorgt, dass Massnahmen zur Suchtprävention in der Schule nicht nur punktuell, sondern koordiniert und nachhaltig betrieben werden. Schulbehörden entscheiden über finanzielle Mittel für die Durchführung von Suchtpräventionsprogrammen, für externe Beratung und für interne Weiterbildung. Der Einbezug der Schulbehörde ist notwendig und wichtig, wenn nach illegalem Suchtmittelkonsum weder Gespräche mit der Schülerin oder dem Schüler noch mit den Erziehungsberechtigten erfolgreich waren.

Jugenddienst der Kantonspolizei St.Gallen und Jugendanwaltschaft

Der Jugenddienst der Kantonspolizei St.Gallen bietet in Zusammenhang mit konkreten Vorfällen sowie auch im Rahmen von Projekt- oder Sonderwochen zum Thema Suchtmittelkonsum spezifische Präventions-Workshops und Referate für Schulen an. Bei Verdacht auf Handel mit illegalen Substanzen in der Schule wird empfohlen, den Jugenddienst der Kantonspolizei umgehend zu informieren (in jeder der vier Polizeiregionen im Kanton St.Gallen existiert ein Jugenddienst). Die Arbeit der Polizei wird erleichtert, wenn dabei möglichst detaillierte Angaben zum entsprechenden Vorfall weitergegeben werden. Die regionalen Jugenddienste unterstützen Schulen mit ihrem Fachwissen, nehmen eingezogene Substanzen entgegen und stellen diese polizeilich sicher. Sie nehmen die Ermittlungen auf und arbeiten dabei eng mit der Jugendanwaltschaft zusammen. Die Jugendanwaltschaft ist für die Behandlung aller strafbaren Handlungen von Jugendlichen zuständig. Sie fällt Strafen aus und kann zusätzlich ambulante oder stationäre Massnahmen (Aufsicht, persönliche Betreuung oder ambulante Behandlung im Sinne einer Therapie) anordnen.

Suchtberatungsstellen

Die Suchtberatungsstellen bieten Beratung, Begleitung und Information für suchtmittelgefährdete und suchtmittelabhängige Menschen sowie für deren Angehörige. Dabei kann es sich um legale oder illegale Suchtmittel handeln. Auch bei stoffungebundenen Süchten wie z.B. Internetsucht oder Spielsucht bietet die Suchtberatung Hilfe an. Je nach Auftrag der Gemeinden können die Suchtberatungsstellen auch präventive Aktivitäten anbieten (konkrete Angebote auf Anfrage bei der betreffenden regionalen Suchtberatungsstelle).

Schulpsychologischer Dienst

Im Kanton St.Gallen ist der Schulpsychologische Dienst (SPD) in sieben Regionalstellen unterteilt, die neben Beratung und Diagnostik auch Impulsberatung – unter anderem bei Problemstellungen im Bereich Suchtmittelkonsum – anbieten. Die vertrauliche Impulsberatung kann von Erziehungsberechtigten, Kindern und Jugendlichen, Lehrpersonen und schulischen Fachpersonen zugezogen werden. Der SPD bietet Unterstützung, wenn eine Schülerin oder ein Schüler die schulischen Ziele trotz zusätzlicher Unterstützung im Unterricht nicht erreichen kann. Ausserdem kann in schwierigen oder krisenhaften Situationen die Kriseninterventionsgruppe des SPD beigezogen werden.

Einbezug weiterer Fachstellen oder Behörden (KESB)

Die obige Aufzählung der internen sowie externen Fachpersonen und Fachstellen dient lediglich als Anregung und ist nicht abschliessend. Bestehen Unsicherheiten bezüglich Einschätzung des Kindeswohls und Entscheidung über das weitere Vorgehen, kann externe fachliche Unterstützung – etwa bei der Beratungsstelle «In Via» oder den «Regionalen Fallberatungen Kinderschutz» – beigezogen werden. Die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörden (KESB) stehen für einen anonymen Austausch betreffend eine sinnvolle Vorgehensweise zur Verfügung. Besteht die ernstliche Möglichkeit einer Beeinträchtigung des körperlichen, geistigen oder psychischen Wohls

des Kindes und können die Fachpersonen an der Schule im Rahmen ihrer Tätigkeit keine Abhilfe schaffen, so müssen sie ihre Meldepflicht an die KESB wahrnehmen (Art. 314c–d ZGB). Kann eine akute Kindeswohlgefährdung nicht ausgeschlossen werden, sollte schnellstmöglich mit der KESB Kontakt aufgenommen werden.

«Damit verbindliche Kontakte aufgebaut werden können, gilt es Rollen und Aufgaben der involvierten Fachpersonen und Fachstellen unter Berücksichtigung lokaler Gegebenheiten zu klären und im Gesamtkonzept festzuhalten.»

4 Suchtprävention als gemeinsame Aufgabe von Schule und Gemeinwesen

Die Schule ist ein zentraler Ort für das Umsetzen von Massnahmen im Bereich der Suchtprävention, Früherkennung und Frühintervention – jedoch nicht der einzige. Damit Präventionsmassnahmen greifen und nachhaltig wirken, ist eine enge Zusammenarbeit der Verantwortlichen des Gemeinderats, des Erziehungs- und Sozialbereichs, der Vereine und privaten Institutionen sowie des lokalen Gewerbes nötig. Suchtprävention ist vor allem dann wirksam, wenn sie von allen Beteiligten innerhalb einer Gemeinde gemeinsam getragen und verbindlich verfolgt wird (Amt für Gesundheitsvorsorge St.Gallen, ZEPRA 2015).

Politische Gemeinde

Federführend in der kommunalen Suchtprävention ist der Gemeinderat, der dafür besorgt ist, dass das Thema Suchtprävention auf der politischen Agenda bleibt. Er informiert die Öffentlichkeit und koordiniert die Zusammenarbeit aller Beteiligten innerhalb der Gemeinde sowie mit den Nachbargemeinden. Die verantwortliche Kommission bzw. die verantwortliche Projektleitung stellt sicher, dass bei Bedarf Fachpersonen der regionalen Suchtfachstellen oder des kantonalen Amtes für Gesundheitsvorsorge beigezogen werden.

Erziehungsberechtigte

Erste Instanz für Präventionsarbeit ist und bleibt das Elternhaus. Hier müssen gesundes Verhalten vorgelebt, Gespräche in einer Atmosphäre des Vertrauens geführt, aber auch Grenzen gesetzt werden. Mit Elternberatung, thematischen Elternabenden oder einem Elternratgeber können Erziehungsberechtigte durch die Schule, die Elternbildung der Gemeinde oder durch regionale Elternbildungsvereine in ihrer Erziehungsarbeit gestärkt werden.

Freizeit und Vereine

Die Verbindung von Suchtmittelkonsum und Sport gibt oft zu Diskussionen Anlass. Deshalb sind Sportclubs, aber auch andere Jugendgruppen und Vereine (z.B. Musikvereine) wichtige Akteu-

re in der Suchtprävention. Insbesondere leitende Personen übernehmen eine wichtige Vorbildfunktion in der Suchtprävention. Im Kanton St.Gallen wird für Sportvereine das Präventionsprogramm «cool and clean» von Swiss Olympic angeboten, das für erfolgreichen, fairen und sauberen Sport steht. Es unterstützt leitende Personen darin, Lebenskompetenzen zu fördern, problematische Entwicklungen frühzeitig zu erkennen und richtig zu reagieren. Sportvereine und -verbände können zudem mit dem St.Galler Qualitätslabel «Sport-verein-t» ausgezeichnet werden, das unter anderem auch Massnahmen im Bereich der Suchtprävention enthält.

Jugendarbeit im öffentlichen Raum

Kinder und Jugendliche treffen und bewegen sich gerne im öffentlichen Raum und auf öffentlichen Plätzen. Manchmal stossen die Begleiterscheinungen von solchen Treffpunkten in der Nachbarschaft auf Ablehnung. Ein kultur- und generationenübergreifender Dialog kann zu mehr gegenseitiger Akzeptanz führen. Dabei ist die Mitwirkung und Einbindung aller Beteiligten, insbesondere der Kinder und Jugendlichen, wichtig. Nutzungsreglemente für den Schulhausplatz während der Freizeit, für den Bahnhof oder die öffentlichen Spielplätze können eine Entlastung bringen. Ebenfalls bewährt hat sich die Belebung sensibler Orte mit gezielten Aktivitäten durch aufsuchende Kinder- und Jugendarbeit oder soziokulturelle Animation. Die offene Jugendarbeit bzw. aufsuchende Jugendarbeit kann als wertvolle Partnerin zur Konfliktlösung beitragen.

Verkaufsstellen und Festveranstalter

Das Verkaufs- und Servicepersonal in Gastronomie, Detailhandel und Festwirtschaften spielt insbesondere beim Jugendschutz eine zentrale Rolle. Obwohl die gesetzlichen Grundlagen betreffend Abgabe von Alkohol und Tabakwaren klar sind, ist die Umsetzung der Jugendschutzbestimmungen nicht immer einfach. Zur Unterstützung der Verkaufsstellen bietet das kantonale Amt für Gesundheitsvorsorge des Kantons St.Gallen un-

ter anderem Personalschulungen und Jugendschutzmaterialien an (www.checkpoint.sg.ch).

Polizei

Im Rahmen ihres Grundauftrags hat die Polizei die Aufgabe, die öffentliche Sicherheit und Ordnung aufrechtzuerhalten. Vor diesem Hintergrund sucht sie aktiv Treffpunkte von Kindern und Jugendlichen auf und greift – falls notwendig – ein (z.B. Einziehen von gefährlichen Gegenständen oder Suchtmitteln). Wenn immer möglich, werden dabei auch die Erziehungsberechtigten miteinbezogen.

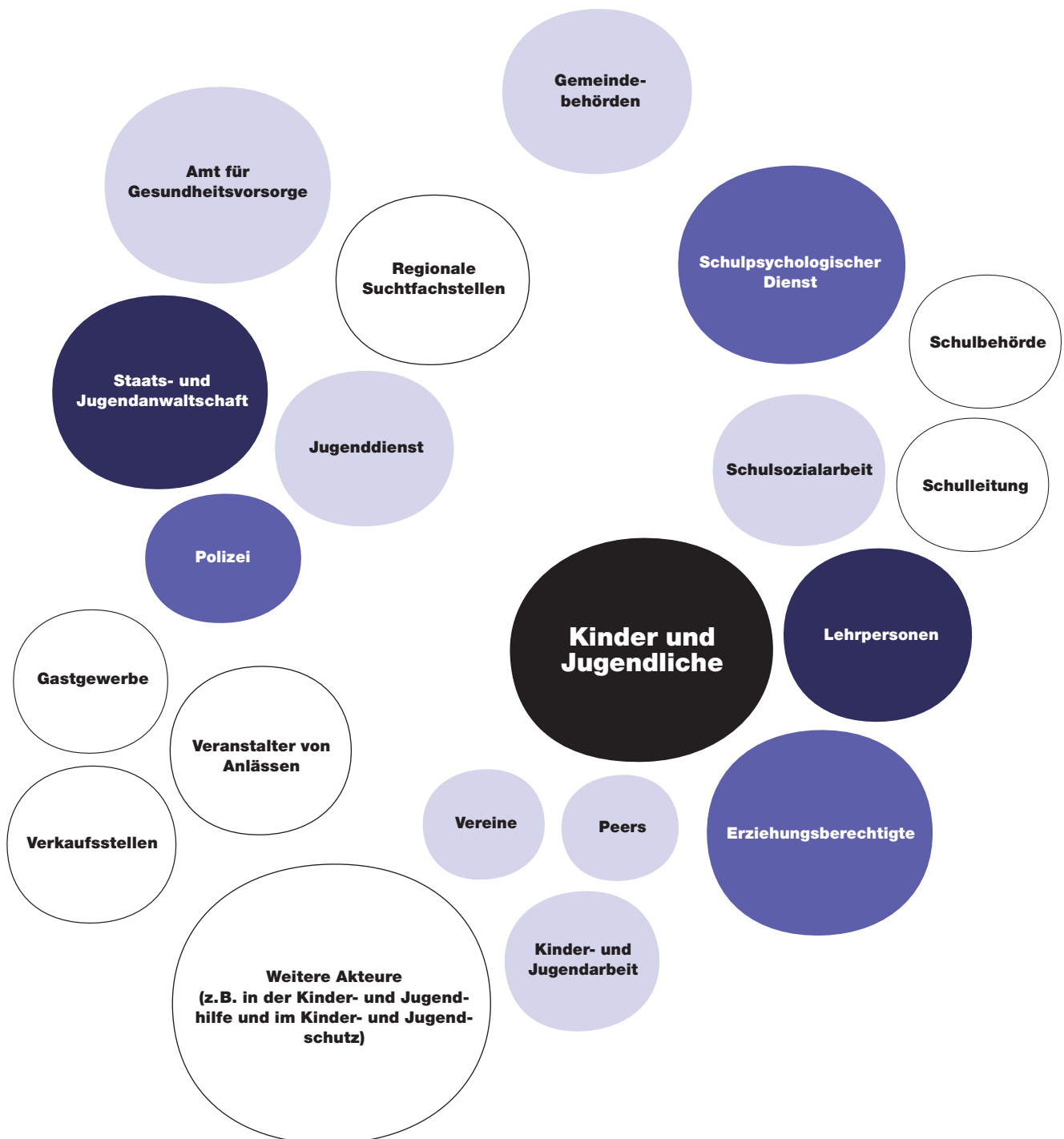


Abb.5: Akteure bei Suchtprävention in der Schule und im Gemeinwesen

5 Rechtliche Aspekte

Im Folgenden werden die wichtigsten gesetzlichen Grundlagen im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum und -handel dargelegt. Im Zusatzdokument «*Handlungsmöglichkeiten*» werden zudem häufig gestellte Fragen im Zusammenhang mit Suchtmittelkonsum und -handel in und im Umfeld der Schule thematisiert sowie Handlungsmöglichkeiten und Empfehlungen aufgezeigt. Was geschieht z. B. bei Entdecken einer illegalen Substanz oder bei Verdacht auf Konsum illegaler Substanzen? Das Zusatzdokument präzisiert, wann gesetzliche Vorgaben zwingend gelten und in welchen Bereichen die Schulen ihre Vorgehensweise in einem schuleigenen Konzept festhalten können.

Legale Substanzen

Tabak und Alkohol sind mit gewissen Einschränkungen legal. Die geltenden Jugendschutzbestimmungen verbieten die Abgabe von Alkohol und Tabak durch das Verkaufspersonal an unter 18- bzw. unter 16-Jährige:

Abgabeverbote

Gastwirtschaftsgesetz St.Gallen (GWG 553), Art. 22: Verboten sind Verkauf und Abgabe von

- Alkohol (auch Wein, Bier und gegorenem Most) an unter 16-Jährige
- Spirituosen (gebrannte Wasser) sowie Mischgetränken mit Spirituosen an unter 18-Jährige

Gesundheitsgesetz St.Gallen (GesG 311.1), Art. 52: Verboten sind Verkauf und Abgabe von Tabakerzeugnissen und Raucherwaren mit Tabakersatzstoffen

- an Personen unter 16 Jahre
- durch Automaten, die Personen unter 16 Jahre zugänglich sind.

Strafgesetzbuch (StGB 311), Art. 136:

«Wer einem Kind unter 16 Jahre alkoholische Getränke oder andere Stoffe in einer Menge, welche die Gesundheit gefährden kann, verabreicht oder zum Konsum zur Verfügung stellt, wird mit Freiheitsstrafe bis zu drei Jahre oder Geldstrafe bestraft.»

Der Konsum von Alkohol und Tabak ist nicht verboten und Kinder und Jugendliche somit nicht strafbar.

Illegale Substanzen

Der Konsum, Besitz, Anbau und Handel von illegalen Substanzen ist eine Übertretung des Betäubungsmittelgesetzes (BetmG 812.121) bzw. eine Widerhandlung und somit strafbar. Für den Cannabiskonsum gilt seit 2013 in Anwendung von Art. 28b, BetmG, dass Konsumentinnen und Konsumenten, die beim Cannabiskonsum von der Polizei erwischt werden, mit einer Ordnungsbusse von 100 Franken bestraft werden können. Dieses Ordnungsbussenverfahren gilt jedoch nur bei Erwachsenen. Minderjährige werden bei der Jugendanwaltschaft verzeigt. Insbesondere beim erstmaligen Konsum von Cannabis werden Jugendliche von der Jugendanwaltschaft zu mindestens zwei Gesprächen bei der Suchtberatung aufgefordert. Zeigen sich bei der Suchtberatung keine tiefgreifenden Suchtprobleme oder sonstige soziale Auffälligkeiten, wird das Verfahren abgeschlossen.

6 Literatur

- Amt für Gesundheitsvorsorge, ZEPRA (2015): Wirkung dank Gesamtkonzept. https://www.zepra.info/tl_files/content/02_schule/unterlagen/grundlagenpapiere/suchtpraeventionskonzept_informations schreiben_000.pdf (02.05.2018)
- AvenirSocial et al. (2016): Charta Früherkennung und Frühintervention. https://fachverbandsucht.ch/download/144/Charta_Frueherkennung_und_Fruehintervention_2016 (02.05.2018)
- Berthel, Toni / Gallego, Silvia (2014): Mässigung: Das elfte Gebot. In: SuchtMagazin, 40(4), S. 19–23.
- Bundesamt für Gesundheit (BAG) (2015): Nationale Strategie Sucht 2017 – 2024. Bern: Bundesamt für Gesundheit (BAG).
- Bundesamt für Gesundheit (BAG) (2017): Übersichtsdokument. Nationale Strategie und Massnahmenplan Sucht 2017–2024. Bern: Bundesamt für Gesundheit (BAG).
- Bundesamt für Statistik (BFS) (2018): Tabak. <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheits/determinanten/tabak.html> (04.02.2019)
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2018): GHB. <https://www.drugcom.de/drogenlexikon/ghb/> (04.02.2019)
- Fabian, Carlo / Müller, Caroline (2010): Früherkennung und Frühintervention in Schulen. Lessons Learned. Bern: RADIX, Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention.
- Frick, Jürg / Meister, Barbara / Achermann, Emilie (2012): Suchtprävention als Unterrichtsgegenstand. Themen und Zielsetzungen zur Suchtprävention für Unterricht und klassenübergreifende Projekte. <https://suchtpraevention.phzh.ch/globalassets/suchtpraevention/suchtpraevention-als-unterrichtsgegenstand.pdf> (04.02.2019)
- Gesundheitsdepartement des Kantons St.Gallen, Amt für Gesundheitsvorsorge (2015): Alkoholpolitik in der Gemeinde. https://www.zepra.info/tl_files/content/04_gemeinden/unterlagen/leitfaden_fuer_gemeinden/Leitfaden_Alkoholpolitik-in-der-Gemeinde.pdf (04.02.2019)
- Gmel Gerhard / Notari Luca / Gmel Christiane (2018): Suchtmonitoring Schweiz – Einnahme von psychoaktiven Medikamenten in der Schweiz im Jahr 2016. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Hanewinkel, Reiner (2018): Lebenskompetenzprogramme an Schulen: Zum Stand der Forschung. In: SuchtMagazin, 44(4), S. 25–28.
- Högger, Dominique (2018): Förderung von Lebenskompetenzen in der Schule. In: SuchtMagazin, 44(4), S. 29–32.
- Marmet, Simon et al. (2015): Substanzkonsum bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz im Jahr 2014 und Trend seit 1986. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Reichert, Cornelia / Hofer, Katharina / Rauber-Lüthy Christine (2017): Gefahr der Kohlenmonoxidvergiftung beim Rauchen von Wasserpfeife (Shisha). <http://toxinfo.ch/644> (04.02.2019)
- Saferparty.ch (2018): Mischkonsum. <https://www.saferparty.ch/mischkonsum.html> (04.02.2019)

- Schmid, Conny (2018): Kindeswohlgefährdung in der Schweiz. Formen, Hilfen, fachliche und politische Implikationen. Optimus Studie Schweiz. http://www.optimusstudy.org/fileadmin/user_upload/documents/2018/PDFs/Booklet_Study_CH_III_DE.pdf (04.02.2019)
- Schweizerische Kriminalprävention (SKP) (2011): Drogen – Nein danke! Polizeiliche Informationen über Risiken und rechtliche Grundlagen zu Alkohol und anderen Drogen für Eltern und Erziehungsberechtigte. Bern: SKP.
- Sucht Schweiz (2010): Im Fokus – Schnüffelfstoffe. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2011a): Im Fokus – Amphetamine und Methamphetamine. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2011b): Im Fokus – Schlaf- und Beruhigungsmittel. Informationen zu Medikamentenmissbrauch und -abhängigkeit. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2011c): Heft Nr. 6: Warum konsumiert man Alkohol? Gründe und Motive. Unterrichtsunterlagen für Lehrpersonen der Oberstufe mit Vorschlägen zur Unterrichtsgestaltung. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2012): Halluzinogene. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2013a): Im Fokus – Heroin. Heilmittel, Droge und verschreibungspflichtiges Medikament. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2013b): Theoretische Grundlagen der Suchtprävention. http://www.suchtschweiz.ch/fileadmin/user_upload/DocUpload/Theoretische-Grundlagen-der-SuchtPraevention.pdf (04.02.2019)
- Sucht Schweiz (2014): Unterstützung für Kinder aus suchtbelasteten Familien: Grundlagen und Interventionsmöglichkeiten Leitfaden für Fachpersonen im Sozialbereich, in der medizinischen Versorgung, in Tagesstrukturen oder in Schulen. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2016b): Im Fokus – Ecstasy. Partydroge aus den Pharmalabors. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2017a): Factsheet CBD. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2017b): Im Fokus – Kokain. Kokain: heilige Pflanze, medizinisches «Wundermittel» und Modedroge. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2018a): Im Fokus – Cannabis. Hanf – Nutzpflanze und Drogenpflanze. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2018b): Schweizer Suchtpanorama 2018. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Sucht Schweiz (2018c): Probleme, Abhängigkeit. <http://www.suchtschweiz.ch/rat-und-hilfe/probleme-abhaengigkeit/> (04.02.2019)
- WHO: World Health Organization (1999): Gesundheit 21. Das Rahmenkonzept «Gesundheit für alle» für die Europäische Region der WHO. Kopenhagen: WHO.

«sicher!gesund!» – ein Angebot der Departemente Bildung, Gesundheit, Inneres sowie Sicherheit und Justiz – unterstützt Personen aus dem Schulbereich sowie der Kinder- und Jugendarbeit in den Themen Gesundheitsförderung, Prävention und Sicherheit. Das Angebot besteht aus einer Themenheftreihe und zusätzlichen Unterlagen (wie zum Beispiel Merkblätter, themenspezifische Auszüge aus dem Lehrplan usw.), die auf der Plattform www.sichergesund.ch zu finden sind. Die Themenhefte enthalten neben Grundlageninformationen auch Anregungen für Prävention und Ideen für Interventionen. Zu jedem Thema gibt es Adressen von Fach- und Beratungsstellen. Abgerundet werden die Informationen mit Angaben zu weiterführender Literatur und Hinweisen zu Unterrichtsmaterialien.

Bis jetzt sind folgende Themenhefte erschienen:

- **Drohungen gegenüber Lehrpersonen**
- **Gesundes Körperbild**
- **Jugendsuizid**
- **Kinderschutz und Schule – Früh erkennen und handeln**
- **Mobbing in der Schule**
- **Radikalisierung & Extremismus**
- **Schulabsentismus – Kein Bock auf Schule!**
- **Schulattentat – Zielgerichtete Gewalt**
- **Schule und Gewalt**
- **Schulstress muss nicht sein!**
- **Schulweg – Erlebnisreich und sicher**
- **Sexualpädagogik**
- **sicher?!online:-)**
- **Stressmanagement im Schulalltag**
- **Suchtmittelkonsum und Schule**
- **Tod und Trauer**

Kontakt: sichersund@sg.ch

Information: www.sichersund.ch