



MIT JUGENDLICHEN
ÜBER CANNABIS REDEN!

Was Eltern wissen sollten.



Gut informierte Eltern können angemessen und kompetent reagieren und Risiken und Gefahren besser einschätzen.

Alle Jugendlichen „kiffen“, oder?

Der Eindruck „Alle Kiffen“ ist nicht richtig! Zwar kann man davon ausgehen, dass rund 40% der jungen Erwachsenen in Österreich bereits mindestens einmal Cannabis probiert hat, der Anteil jener, die mehr oder weniger regelmäßig konsumieren, ist aber deutlich kleiner. So konsumieren weniger als 1% der Bevölkerung mehrmals pro Woche Cannabis.

Quellenangaben:

Die vorliegende Broschüre beinhaltet Auszüge aus folgenden anderen Publikationen:

„Cannabis - Mit Jugendlichen darüber reden. Was Eltern wissen sollten“

„Fragen und Antworten zu Cannabis“

(sfa/ispa Schweizer Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme)

„Über Cannabis reden! Haschisch, Gras, Marihuana & Co“

(Amt der Kärntner Landesregierung, Abteilung 12)

Cannabis, Eltern und Jugendliche

Abenteuer erleben, Neues ausprobieren, Grenzen ausloten: All das gehört zur Pubertät und Jugend dazu. Jugendliche müssen in dieser Zeit viele Entwicklungsaufgaben bewältigen. Sie suchen eine Identität, wollen im Freundeskreis anerkannt sein, grenzen sich von Erwachsenen ab, erleben ersten Liebeskummer - und experimentieren mit Alkohol und Drogen.

Cannabisprodukte wie Haschisch oder Marihuana werden von Jugendlichen nach Alkohol und Nikotin mit Abstand am häufigsten ausprobiert. Wenn Eltern davon erfahren, bricht für sie oft eine Welt zusammen und sie fürchten, ihr Kind sei nun „rauschgiftsüchtig“. Sie sind verunsichert und machen sich Sorgen. Das ist verständlich, doch Angst ist kein guter Ratgeber und übertriebene, panische Reaktionen bzw. Drohungen belasten zumeist das Vertrauensverhältnis zwischen Jugendlichen und Eltern.

Sachliche Informationen zum Thema Cannabis sind daher eine wichtige Unterstützung: Sie helfen, Situationen richtig einzuschätzen und die notwendigen Konsequenzen daraus abzuleiten. Eltern, die sich auskennen, werden von ihren Kindern ernst genommen.

Wir wollen mit dieser Broschüre hilfreiche Informationen geben, wie Sie das Thema „Kiffen“ mit Ihren Kindern sachlich und möglichst konfliktfrei besprechen können. Dafür braucht es keine SpezialistInnen für Suchtprävention, viel wichtiger ist das Vertrauensverhältnis zu Ihren Kindern und die Bereitschaft zum Gespräch.

Szenenamen für Cannabis sind z.B. Dope, Shit, Gras, Kiff, Kraut, Pot, roter Libanese, grüner Türke, ...

WIE WIRD CANNABIS KONSUMIERT?



Cannabis

Cannabis ist der Name für indischen Hanf. Der berauschende Hauptwirkstoff ist Tetrahydrocannabinol (THC). Heute ist der THC-Gehalt deutlich höher als vor zehn Jahren.

Die getrockneten Blüten und Blätter der weiblichen Cannabis-Pflanze bezeichnet man als **Marihuana** („Gras“), das gepresste Harz als **Haschisch** („Shit“). Seltener verwendet wird das Cannabisöl.



Marihuana



Haschisch

Cannabis lagert sich im Fettgewebe des Körpers ab. Im Falle eines Drogentests kann es je nach verwendeter Testmethode abhängig von der konsumierten Menge bis zu mehreren Wochen nachgewiesen werden.

Cannabis wird meist geraucht - z.B. pur, mit Tabak als „**Joint**“ oder mit speziellen Pfeifen („**Bong**“).

Teilweise wird Cannabis auch mit Nahrungsmitteln vermischt und gegessen (z.B. als Kuchen oder Kekse) bzw. getrunken (z.B. mit Milch oder als Tee).

Cannabisöl kann auch Tabak, Speisen bzw. Getränken beigefügt werden.



„Bong“

WIE WIRKT CANNABIS?

Beim Rauchen tritt die Wirkung unmittelbar ein und dauert einige Stunden an. Beim Verzehr entfaltet sich die Wirkung erst nach etwa ein bis zwei Stunden und tritt dann oft plötzlich ein. Der Effekt dauert meist länger als beim Rauchen und lässt sich schwieriger steuern.

Die Wirkung von Cannabis kann je nach Person und Tagesverfassung sehr unterschiedlich sein. Es gibt erwünschte und unerwünschte Effekte. Die Wirkung hängt unter anderem von folgenden Faktoren ab:

- Höhe der Dosis
- Höhe des Wirkstoff-Anteils (THC-Gehalt)
- Art der Anwendung (rauchen, essen, trinken)
- Konsumerfahrung
- Stimmungslage und Erwartungshaltung
- Temperament und seelische Stabilität
- Umgebung während des Konsums (allein, mit Freunden, am Arbeitsplatz, im Urlaub, etc.)
- Körperlicher Zustand (z.B. Gewicht, leerer Magen, Krankheiten, etc.)





MEIN KIND NIMMT CANNABIS. WAS SOLL ICH TUN?

Oft stoßen Eltern zufällig auf Cannabis - sei es beim Waschen der Kleidung oder Staubsaugen des Zimmers. Ist man beunruhigt, so wird auch von manchen Eltern gezielt danach gesucht. Dadurch wird das Vertrauensverhältnis auf eine Probe gestellt. Daher sollte man zuerst einmal erklären, wie es zu diesem Fund gekommen ist. Sprechen Sie die eigenen Sorgen und Ängste an, ohne das Kind zu beschuldigen.

- Ruhe bewahren, Panik vermeiden

Ihre Verunsicherung und ihre Sorge sind verständlich. Dennoch ist es wichtig, Ruhe zu bewahren. Dramatisierungen, Schuldzuweisungen oder gar Drohungen schaffen nicht das vertrauensvolle Klima, das gerade jetzt hilfreich ist.

- Informationen einholen

Damit Sie die Situation realistisch einschätzen können, brauchen Sie selbst sachliche Informationen. Drogenberatungsstellen bieten hier wertvolle Unterstützung. Wer falsche, verzerrte oder übertriebene Informationen verwendet, macht sich unglaubwürdig und wird als Gesprächspartner nicht ernst genommen.

- Gespräch suchen und zuhören

Suchen Sie einen geeigneten Zeitpunkt für ein Gespräch und erklären Sie Ihrem Kind, dass und warum Sie sich Sorgen machen. Nehmen Sie sich Zeit, denn Probleme lassen sich nicht so schnell „zwischen Tür und Angel“ ausräumen.

Beschreiben Sie die Veränderungen, die Sie bemerkt haben und sprechen Sie die gesundheitlichen und rechtlichen Folgen des Cannabiskonsums an. Im Mittelpunkt dieser Diskussion sollten Ihr Kind und sein Befinden bzw. Ihre Ängste und Sorgen sein.

- Interesse zeigen, Rückhalt geben

Hören Sie Ihrem Kind zu und zeigen Sie Interesse an seiner Lebenswelt, seinen Ansichten, ohne sofort zu werten und zu verurteilen. Eine stabile Grundlage des gegenseitigen Respekts und Vertrauens bietet Halt.

- Klare Haltung vertreten

Äußern Sie Ihre Grundhaltung zu Cannabis und begründen Sie, warum Sie nicht wollen, dass Ihr Kind Cannabis konsumiert.



WARUM „KIFFEN“ JUGENDLICHE?

Einmal Cannabis auszuprobieren bedeutet nicht, davon abhängig zu werden. Problematisch wird es unter anderem, wenn Cannabis zur Problembewältigung eingesetzt wird.

Viele Jugendliche probieren Cannabis aus

Etwas auszuprobieren und mit Neuem zu experimentieren ist Teil des Jugendalters. Das gilt für viele Dinge - natürlich auch für Drogen wie Alkohol, Nikotin oder eben Cannabis. Der Großteil der Jugendlichen mit Cannabis-Erfahrung probiert aus Neugierde einen „Joint“ und lässt es nach ein paar Versuchen wieder bleiben.

Manche nehmen Cannabis ab und zu

Junge Gelegenheitskonsumenten nehmen bei bestimmten Anlässen ab und zu Cannabis, z.B. bei Partys, im Urlaub oder bei Freizeitaktivitäten mit Freunden. Hier geht es in der Regel um Lustgewinn, Spaß und Wohlbefinden, also um ähnliche Gründe, die beim geselligen Alkoholtrinken eine Rolle spielen.

Nur wenige rauchen häufig einen „Joint“

Bei Jugendlichen, die mehrmals pro Woche oder gar täglich konsumieren, ist Cannabis ein fester Bestandteil des Alltags. Bei manchen Jugendlichen handelt es sich um eine vorübergehende Phase, andere jedoch wollen längerfristig durch Cannabis ihr Wohlbefinden steuern oder ihre Alltagsorgen vergessen. Diese Jugendlichen sind gefährdet, einen problematischen Gebrauch zu entwickeln. Dass sich Eltern in diesen Fällen Sorgen machen, ist berechtigt!

RISIKEN DES CANNABIS-KONSUMS

Cannabis ist nicht „harmlos“. Genau wie bei Alkohol hängt das Risiko einerseits von der Menge, der Häufigkeit und Dauer des Konsums ab.

Andererseits sind die Gründe für den Konsum, die soziale Umgebung (z.B. alleine oder in der Gruppe), die konkrete Situation, das Alter und die persönliche Verfassung zu berücksichtigen.

Unfallgefahr: Cannabis beeinträchtigt die Reaktionsfähigkeit. Unter Einfluss von Cannabis soll auf keinen Fall ein Fahrzeug gelenkt bzw. eine Maschine bedient werden.

Mischkonsum: Kombinationen von Cannabis mit Alkohol, Medikamenten bzw. anderen illegalen Drogen können zu unvorhersehbaren Wirkungen führen.

Cannabis und psychische Erkrankungen: Cannabis steht im Verdacht, mit dem Ausbruch von seelischen Störungen (z.B. Psychosen) in Zusammenhang zu stehen, wenn jemand eine Veranlagung dazu hat.

Strafrechtliche Folgen: Cannabis ist eine verbotene Substanz. Jugendliche, die Cannabis gebrauchen, machen sich strafbar und müssen mit der Verfolgung durch Polizei und Gericht rechnen.

„Abgestempelt werden“: Bei Bekanntwerden des Konsums kommt es sehr schnell zu Problemen mit Familie, Schule oder Arbeitsplatz und man wird leicht zum „Problemjugendlichen“ abgestempelt.



Risiken bei häufigem Konsum:

Cannabis kann das Erinnerungsvermögen sowie die Lernfähigkeit beeinträchtigen und beeinflusst langfristig auch die Motivation. Häufiger Konsum kann daher vor allem bei jüngeren Personen während einer Ausbildung zu Problemen führen. Jugendliche, die bereits mit 13 oder 14 Jahren Cannabis konsumieren, sind besonders gefährdet!

Wird Cannabis geraucht:

Schädigung von Lunge und Atemwegen, erhöhtes Krebsrisiko. Cannabis-Joints belasten die Lunge noch stärker als normale Zigaretten.

Psychische Abhängigkeit:

Innerer Zwang zum Konsum, Kontrollverlust. Der Konsum wird auch dann fortgesetzt, wenn es bereits zu gesundheitlichen und sozialen Problemen gekommen ist. Steht kein Cannabis zur Verfügung, entstehen seelische Entzugssymptome wie z.B. starkes Verlangen („craving“), innere Unruhe oder depressive Verstimmungen.

HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

Ist Cannabis eine Einstiegsdroge?

Keine Droge führt zwangsläufig zur nächsten Droge. Zwar haben Personen, die zum Beispiel Heroin oder Kokain konsumieren, meist auch Cannabis konsumiert. Dies lässt aber nicht den Schluss zu, dass Cannabiskonsum zum Konsum weiterer Drogen führt. Nur wenige Personen, die Cannabis gebrauchen, nehmen letztlich auch andere illegale Drogen.

Kann man von Cannabis abhängig werden?

Auch bei Cannabis kann man die Kontrolle über den Konsum verlieren. Die Menge, Häufigkeit und Motivation des Konsums, individuelle Faktoren, aber vor allem das Einstiegsalter beeinflussen das Risiko, eine Abhängigkeit zu entwickeln. Insbesondere bei regelmäßigem Konsum und schlechter psychischer Befindlichkeit besteht die Gefahr, dass Cannabiskonsum zur problemorientierten „Selbstmedikation“ und damit zum ständigen Begleiter, zur Fluchtmöglichkeit und zum scheinbaren Problemlöser wird.

Kann man an den Folgen von Cannabiskonsum sterben?

Nein, bisher ist keine tödliche Überdosierung von Cannabis bekannt. Allerdings beeinflusst Cannabiskonsum die Wahrnehmung und als Folge können Unfälle passieren.

Wie zeigt sich problematischer Konsum?

Ein problematischer Cannabiskonsum bei Jugendlichen entwickelt sich nicht von einem Tag auf den anderen.

Anzeichen für problematischen Konsum sind:

- plötzlicher, starker Leistungsabfall und häufige Abwesenheit in der Schule und am Arbeitsplatz
- Rückzug und Verschlossenheit
- plötzlicher Wechsel des Freundeskreises
- Unlust, Apathie und Gefühlsschwankungen
- „Kiffen“ nimmt mehr und mehr eine zentrale Rolle im Leben des Jugendlichen ein: ohne Cannabis kann er/sie nicht entspannen, einschlafen, arbeiten ...

Löst Cannabis psychische Erkrankungen aus?

- Weitgehend unumstritten ist, dass Cannabis bei Personen mit entsprechender Veranlagung Psychosen (insbesondere Schizophrenie) auslösen bzw. deren Entwicklung beschleunigen und den Krankheitsverlauf verschlechtern kann.
- Deutlich weniger gesicherte Aussagen kann man hingegen darüber machen, ob der Cannabiskonsum auch das Risiko für affektive Störungen wie Angstzustände, Depressionen oder Selbstmordabsichten erhöhe. Doch auch hier gibt es Hinweise für einen Zusammenhang.



RECHTLICHE ASPEKTE

Jeder Umgang mit Cannabis (Erzeugung, Erwerb, Besitz und Weitergabe, ...) ist in Österreich nach dem Suchtmittelgesetz (SMG) verboten. Es gibt keine erlaubte Kleinmenge, auch nicht für den Eigengebrauch.

Ist Cannabiskonsum in den Niederlanden/der Schweiz erlaubt?

Cannabiskonsum ist in keinem Staat wirklich legalisiert. Auch in den Niederlanden kann man für den Besitz von Cannabis bestraft werden. Nur kennt das Niederländische Strafrecht das Opportunitätsprinzip, was bedeutet, dass nicht jede Straftat verfolgt werden muss. In den restlichen Staaten (auch in der Schweiz) ist der Besitz und/oder Konsum von Cannabis verboten. Die Strafen sind jedoch sehr unterschiedlich. Besonders streng sind die Gesetze in Frankreich, Griechenland, den USA und den meisten Staaten in Asien, dem Nahen Osten und Nordafrika.

Soll ich mich mit Fragen direkt an die Polizei wenden?

Die Polizei ist verpflichtet allen Hinweisen nachzugehen, auch dann, wenn Sie nur „unverbindlich“ und „vertraulich“ nachfragen. Bei den Beratungsstellen (siehe Liste am Ende dieser Broschüre) ist hingegen eine anonyme Unterstützung möglich. Es gilt Verschwiegenheitspflicht.

Was passiert, wenn die Polizei mein Kind in Zusammenhang mit Cannabis erwischt?

Die Polizei muss ermitteln und kann daher auch den Jugendlichen befragen und (ohne Zustimmung des Betroffenen) eine **Durchsuchung von Gegenständen** vornehmen. Für eine Körperkontrolle und Hausdurchsuchung braucht die Polizei aber grundsätzlich eine richterliche Bewilligung. Grundsätzlich kann niemand gezwungen werden, Blut, Harn und Speichel für Drogentests zur Verfügung zu stellen. Wer Proben abgibt, tut dies freiwillig. Ausnahme ist die Blutabnahme im Straßenverkehr. Bei Verweigerung droht dann eine Verwaltungsstrafe. Stellt die Polizei fest, dass der Jugendliche Umgang mit Cannabis (gehabt) hat, so erstattet sie Anzeige bei der Staatsanwaltschaft. Meist kommt es - vor allem bei „Ersttätern“ - zu einer Zurücklegung der Anzeige und der Verhängung einer Probezeit von bis zu zwei Jahren und/oder es wird nach Untersuchung des Betroffenen beim Amtsarzt statt einer Strafe eine sogenannte **„gesundheitsbezogene Maßnahme“** (Inanspruchnahme einer Betreuung in einer Drogenberatungsstelle inklusive begleitender Drogentests) ausgesprochen.



CANNABIS UND SCHULE

Besteht der „begründete Verdacht“, dass im Schulbereich Cannabis konsumiert wird, so gilt der §13 des SMG, der eine Regelung des Problems innerhalb der Schule und ohne Polizei vorsieht.

Die Schulleitung muss die Eltern von Minderjährigen informieren, die betroffenen SchülerInnen werden einer schulärztlichen Untersuchung unterzogen, bei Bedarf wird der schulpsychologische Dienst beigezogen. Diese Regelung gilt im Übrigen auch bei anderen illegalen Drogen.

Kontakt und weitere Informationen:

Supro - Werkstatt für Suchtprophylaxe
Am Garnmarkt 1, 6840 Götzis
T 05523 - 54 9 41
info@supro.at
www.supro.at/cannabis

Der §13 des Suchtmittelgesetzes unterstützt ein schulinternes Handlungsmodell - ganz unter dem Motto „Helfen statt strafen“.

BERATUNG UND UNTERSTÜTZUNG

- Mitarbeiter/innen in den folgenden Beratungsstellen helfen Ihnen gerne weiter. Die Beratung ist **kostenlos** und **anonym**.
- Professionelle Unterstützung kann für alle Beteiligten zur Klärung und Entlastung beitragen, wenn Eltern an ihre Grenzen stoßen, selbst zu sehr in das Problem verwickelt sind oder einfach den Überblick verloren haben.
- Fachleute beraten und begleiten dabei, gangbare Wege zu finden und gemeinsame Lösungsschritte zu entwickeln.
- Eltern sollten nicht zögern, **rechtzeitig** fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Bezirk Bregenz

Clean Bregenz	Team Mika
05574 - 45 4 00	05574 - 46 2 71

Bezirk Dornbirn

Die Faehre	Ex & Hopp
05572 - 23 113	05572 - 31 0 08

Bezirk Feldkirch

Clean Feldkirch	H.I.O.B
05522 - 38 0 72	05522 - 200 - 1570

Bezirk Bludenz

Clean Bludenz	Do it yourself
05552 - 65 0 40	05552 - 67 8 68

Weitere Infos:

www.mariaebene.at
www.suchthaufen.at
www.drugcom.de