

MICHAIL DUBROVSKIJ

Illegale Drogen und Probleme des Drogenkonsums
Eine Broschüre für russischsprachige Einwohner Deutschlands



Dieser Text ist eine freie Übersetzung aus dem russischen Original. Zugunsten einer besseren Lesbarkeit wurden kleinere Abweichungen zur Originalfassung in Kauf genommen.

Illegale Drogen und Probleme des Drogenkonsums

Eine Broschüre für russischsprachige Einwohner Deutschlands

Das Thema Illegale Drogen und Drogensucht beunruhigt die russischsprachige Gemeinschaft Deutschlands. Die Mehrheit der Angehörigen wird mit diesem Problem unerwartet konfrontiert und reagiert verunsichert. Wir halten es im Sinne der Betroffenen und deren Angehörigen für unerlässlich nicht über die Problematik hinweg zu schauen, sondern eine realistische Vorstellung von den Bedingungsfaktoren und Folgen des Drogenkonsums bekommen und sich zu informieren.

Diese Broschüre spricht nicht nur die Personen an, die sich informieren möchten, sondern auch die, die schon mit Drogenproblemen im sozialen oder familiären Umfeld konfrontiert sind. Eltern, Ehe- oder Lebenspartner, Freunde und alle, für die der Suchtkranke ein naher und vertrauter Mitmensch ist. Wenn sie ihn oder sie lieben, können Sie ihr oder ihm auch helfen.

Die Ausgabe dieser Broschüre ist kostenlos.

Diese Broschüre ist in deutscher Sprache in Papierform in kleiner Auflage gegen eine Schutzgebühr zum Selbstkostenpreis erhältlich. Tel.: 030/ 200899-0. Über unsere Internetseite www.vistaberlin.de können Sie sich die deutsche Übersetzung im PDF - Format herunterladen.

© **vista gGmbH und Michail Dubrovskij**

Alle Rechte vorbehalten. Die Veröffentlichung der Broschüre – auch in Teilen oder Auszügen – ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Autors oder der vista gGmbH zulässig.

**vista - Verbund für integrative soziale und therapeutische Arbeit gGmbH
Berlin 2013**



Vorwort der Herausgeber

Liebe Leserinnen und Leser,

mit der vorliegenden Broschüre wollen wir als Herausgeber zu einer größeren Transparenz des zuweilen schwer durchschaubaren deutschen Drogenhilfesystems beitragen.

Im Verbund der vista gGmbH arbeiten 25 Einrichtungen und Projekte aus verschiedenen psychosozialen Arbeitsgebieten zusammen. Als großer Berliner Suchthilfeträger engagieren wir uns seit vielen Jahren im Bereich der kultursensiblen und muttersprachlichen Beratung suchtfährdeter und suchterkrankter Menschen mit Migrationshintergrund. Ein Schwerpunkt ist die Beratung und Betreuung russischsprachiger Hilfesuchender.

Aus unserer langjährigen Erfahrung wissen wir welche Schwierigkeiten und Hürden gerade für Menschen aus den ehemaligen GUS-Staaten bei der Inanspruchnahme professioneller Hilfen bestehen. Deshalb haben wir das Projekt **ШАНС** entwickelt, welches, gefördert durch Mittel des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF), russischsprachigen Hilfesuchenden den Zugang in das Suchthilfesystem erleichtern soll. Im Rahmen dieses Projektes wird auch die vorliegende Broschüre herausgegeben.

Wir freuen uns, dass wir nun bereits auf eine 6-jährige gute Zusammenarbeit mit dem Autor dieser Broschüre, Herrn Michail Dubrovskij und seinen Angehörigengruppen zurückblicken können. Die Beratung von Angehörigen suchterkrankter Menschen gehört zu den Regelaufgaben der Suchtberatungsstellen der vista gGmbH. Wir wissen aber, dass auch die professionellste Beratung nicht den Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen ersetzen kann. Die Förderung der Selbsthilfe für Angehörige gehört deshalb seit vielen Jahren zum Standard unseres Trägers.

Die Broschüre ist in enger und intensiver Zusammenarbeit mit dem Autor, Herrn Dubrovskij entstanden. Sie ist in einer Sprache und Herangehensweise an das Problem "Drogensucht" geschrieben, die den Vorstellungen von Menschen aus der ehemaligen Sowjetunion entgegenkommt. Wir danken dem Autor für seine unermüdliche und aufwendige Arbeit. Er hat entscheidend dazu beigetragen, unser Verständnis der Probleme von russischsprachigen Migranten zu vertiefen.

Wir hoffen dass die vorliegende Broschüre Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, dabei hilft, die Arbeitsweisen und Verfahrensschritte des Suchthilfesystems in Deutschland besser zu verstehen und sie in der Auseinandersetzung mit dem Schicksal Ihrer suchterkrankten Angehörigen unterstützt. Ausdrücklich wollen wir sie ermutigen sich die Hilfe und Unterstützung zu suchen die Ihnen zusteht. Deshalb führen wir im Anhang eine Reihe von Suchtberatungsstellen mit russischer Sprachkompetenz auf.

Berlin, im Juni 2008

Martin Buchweitz-Sautier
Geschäftsführer vista gGmbH

Vorwort zur 3. Auflage 2013

Die ersten beiden Auflagen der vorliegenden Broschüre haben seit ihrem Erscheinen im Jahre 2008 und 2009 vielen russischsprachigen MitbürgerInnen und Eltern Hilfestellung im Umgang mit Drogenproblemen gegeben. Aufgrund der anhaltenden Nachfrage haben wir uns entschieden, eine 3. Auflage in Druck zu geben. Die Beratung für russischsprachige Angehörige von Menschen mit Suchtproblemen und die Erstellung der vorliegenden Broschüre wurden auch von der Bundesdrogenbeauftragten, Frau Dyckmans als besonderes Projekt des Monats Januar 2012 gewürdigt.

Unser ausdrücklicher Dank gilt auch dieses mal wieder den Förderern und Sponsoren, deren Unterstützung die vorliegende Auflage ermöglicht hat.

Berlin, im November 2013

Martin Buchweitz-Sautier
vista gGmbH

Michail Dubrovskij
Autor

Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort des Autors	6
2. Einführung	9
3. Die soziale Situation: Hintergründe der Entwicklung des Suchtmittelmiss- brauches im Zusammenhang mit Adoleszenz und Migration.....	10
4. Ein kurzer Kommentar zur Rolle der Eltern bei der Suchtprävention.....	12
5. Merkmale des Drogenkonsums.....	13
a. Welche Anzeichen gibt es?.....	13
b. Zur Nützlichkeit von Drogentests.....	14
c. Zur Sinnhaftigkeit von Kontrollen.....	15
d. Zur Beschaffung von Drogen.....	16
6. Eine kurze Information zu verschiedenen Substanzen.....	16
7. Illegale Drogen: Eigenschaften und Konsumformen.....	18
a. Cannabis (indischer Hanf) und seine Derivate.....	18
b. Heroin.....	19
c. Stimulantien (Kokain, Crack).....	19
d. Synthetische Drogen (Amphetamine, Ecstasy).....	20
e. Halluzinogene (LSD, Pilze).....	21
8. Exkurs zu Marihuana und Haschisch.....	21
9. Was tun, wenn ein Verdacht aufkommt?.....	24
10. Über die Behandlung der Drogenabhängigkeit.....	27
a. Drogenberatung.....	27
b. Entzug.....	28
c. Suchttherapie.....	28
d. Ergänzende Anmerkungen.....	30

11. Vor- und Nachteile der Substitutionsbehandlung.....	33
12. Schadensminderung.....	35
13. Über die Co-Abhängigkeit.....	36
14. Über die Grenzen der Hilfe.....	37
15. Selbsthilfegruppen für Eltern und Familienangehörige.....	38
16. Fragwürdige kommerzielle Angebote zur Abhängigkeitsbehandlung.....	40
17. Zur Vermeidung zusätzlicher Probleme.....	41

Anlagen:

1. Merkmale des Drogenkonsums.....	43
2. Ratschläge für Eltern.....	44
3. Ein Wort an die Jugendlichen	45
4. Empfohlene Broschüren.....	48
5. Empfohlene Adressen.....	48



1. Vorwort des Autors

Ich kam im Jahr 1993 nach Deutschland. Schon einige Monate darauf wurde unsere Familie mit dem Thema Drogenabhängigkeit konfrontiert. Wir Eltern erfuhren davon, wie so oft, erst später. Die folgenden bitteren Erfahrungen die wir mit dem Thema machen mussten bewirkten, dass aus dem zunächst erzwungenen Interesse für Drogensucht allmählich ein neuer Forschungs- und Tätigkeitsbereich wurde.

Nachdem ich einmal angefangen hatte Informationen über Drogen zu sammeln, habe ich mehrere Stufen einer Selbstbildung bewältigt: Ich las alles – populär- und pseudo-wissenschaftliche Broschüren, lernmethodische Literatur, seriöse Monographien und Materialien verschiedener internationaler Kongresse und Symposien; ich konfrontierte Fachleute mit meinen Fragen, besuchte Kurse und Seminare.

Im Jahr 2000 erhielten meine Bemühungen dank Mitwirkung und Hilfe verschiedener Menschen konkrete organisatorische Formen und Konturen in Form eines Selbsthilfenetzwerkes für betroffene Angehörige. Die Aufbauarbeit an diesem Netzwerk setze ich heute noch fort, und kann daher nur über Zwischenergebnisse berichten. Fast sieben Jahre lang organisiere ich nun Beratungen und zwei Selbsthilfegruppen für russischsprachige Eltern, Familienangehörige, Lebenspartner usw.

Im Laufe dieser Zeit sprach ich mit mehr als 380 Menschen (dazu kommen noch anonyme TeilnehmerInnen). Etwa 35% davon kommen aus Berlin, die anderen aus anderen Bundesländern. Es gab Anrufe aus Tschechien, Israel, Polen, vor kurzem auch aus Schweden. Einmal rief jemand sogar aus Amerika an: „Ich kann hier keinen um Rat fragen! Hier kennt mich jeder Hund!“ In den letzten 5 Jahren fanden die Beratungen in Berlin im psychosozialen Zentrum der Wuhletal gGmbH statt. Die Selbsthilfegruppe versammelt sich in der Jugend- und Suchtberatung Berlin - Marzahn/Hellersdorf der vista gGmbH.

Durch meine Teilnahme an verschiedenen Konferenzen, Projekten, Arbeitsgruppen versuchte ich die Aufmerksamkeit der Fachleute auf die aktuellen Probleme der russischsprachigen Einwohner zu Fragen der Suchthilfe zu lenken. Publikationen in lokalen russischen Zeitungen, Teilnahme an verschiedenen Fernsehsendungen, Gespräche mit Förderklassenschülern einer Berliner Schule und vieles andere mehr ist Teil meiner Arbeit, die auf Vermittlung von Informationen für die Zielgruppe und die Überwindung von Barrieren, die eine Kontaktaufnahme mit dem Suchthilfesystem verhindern, ausgerichtet ist.

Zu dieser Art Hilfe muss man auch die vorliegende Broschüre zählen, die in erster Linie meine eigenen Erfahrungen mit dem Thema Drogenabhängigkeit, sowie die Erfahrungen welche ich in der langjährigen Arbeit mit unseren Landsleuten machte, widerspiegelt. Ich bin diesen Menschen für ihr Vertrauen sehr dankbar und betrachte sie als meine Co-Autoren. **Eine tiefe Dankbarkeit für ihre professionelle, praktische und finanzielle Hilfe drücke ich folgenden Organisationen aus Berlin aus:**

- ADV Sucht- und Wohnungslosenhilfe e.V. (Berlin);
- AGD Arbeitsgemeinschaft Drogenprobleme-Elternselbsthilfe e.V. (Berlin);
- AOK Berlin;
- BOA - Begegnung, Orientierung, Anfang e.V. (Berlin);
- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)
- Club Dialog e.V. (Berlin);
- Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Landesverband Berlin e.V.;
- Fr. Schmidt, Erika (Berlin);
- Hr. Bogdanov, Georgiy (Erlangen);
- Hr. Dr. Gofshteyn, Oleksandr (Erlangen);
- pixelplant GmbH (Berlin);
- Projektagentur des Vereins Freunde der Domäne Dahlem gGmbH (Berlin);
- VdAK Fördergemeinschaft (BARMER, DAK, TK), AEV (GEK);
- Verein für Suchtprävention und Therapie mit Drogenabhängigen e.V. (Berlin);
- vista gGmbH Verbund für integrative soziale und therapeutische Arbeit (Berlin);
- Wuhletal – Psychosoziales Zentrum gGmbH (Berlin)

Michail Dubrovskij

2. Einführung

Zuerst möchte ich erläutern wie der Wunsch entstanden ist, eine weitere Broschüre über Drogen und Drogensucht zu schreiben. Es gibt ja schon Berge von Materialien zu diesem Thema. Oft kommt man beim aufmerksamen Lesen und dem Analysieren dieser Materialien zu dem unerwarteten Schluss: Sie enthalten nicht oder nur unzureichend einfachste, allgemeinste Informationen und Basiskenntnisse zum Thema, die für russischsprachige Menschen mit wenig Kenntnissen des deutschen Hilfesystems notwendig wären. Das ist dadurch zu erklären, dass viele Deutsche ohne Migrationshintergrund weniger Erläuterungen zu den Funktionen und Einrichtungen des Suchthilfesystems, zu ihren Rechten und Möglichkeiten, zum Freiwilligkeits-, Anonymitäts- und Bezahlsprinzip usw. benötigen. Bei unseren Landsleuten, die nicht nur in einem anderen Land, sondern auch in einer völlig anderen Kultur und Gesellschaft aufgewachsen sind, treten viele Fragen, und die meisten Schwierigkeiten und Hindernisse genau auf dieser ersten Stufe auf. Oft wissen die Menschen über das in Deutschland vorhandene zugängliche und effektive Suchthilfesystem gar nicht Bescheid!

Sogar die in den letzten Jahren erschienenen Broschüren in russischer Sprache sind nur mechanische Übersetzungen aus dem Deutschen und berücksichtigen nicht die konkreten Bedürfnisse des russischsprachigen Lesers sowie seine bescheidenen Kenntnisse über die Drogensucht und Behandlungsmöglichkeiten. So wurde die Erstellung dieser Broschüre durch den Wunsch motiviert, meinen Landsleuten zu helfen, ihre typischen Fragen zu beantworten, und meine in langjähriger Arbeit gesammelten Erfahrungen weiterzugeben.

Diese Broschüre enthält keine erschöpfenden Informationen weder über die gesamte Thematik illegaler Drogen noch über andere Themen – dafür gibt es andere Quellen. Diese Broschüre ist ein Versuch, russischsprachigen Landsleuten Informationen zu geben, Leitlinien aufzuzeigen und evtl. eine Handlungsabfolge vorzuschlagen, wenn ein Suchtproblem in ihrer Familie auftritt.

3. Die soziale Situation: Hintergründe der Entwicklung des Suchtmittelmissbrauches im Zusammenhang mit Adoleszenz und Migration

Der erste Kontakt mit Suchtstoffen erfolgt häufig zwischen dem 14. und 17. Lebensjahr. Nach Ergebnissen der Migrationsforschung stellt die Umsiedlung in ein anderes Land genau in diesem Alter (13-16 Jahre) für die betroffenen Jugendlichen eine schwere Belastung dar. Die Entscheidung nach Deutschland umzuziehen treffen in der Regel ältere Familienmitglieder. Selten wird auf die Stimmen ihrer Kinder gehört. Die Heranwachsenden spüren instinktiv, dass in der ersten Zeit der Immigration wichtige Fundamente für das weitere Leben im neuen Land gelegt werden. Aus diesem Wissen erwachsen oft Unsicherheiten und Unruhe. Diese Unruhe der ersten Jahre wird befördert durch sprachliche Schwierigkeiten, Probleme bei Berufsorientierung, Ausbildung, Arbeit bzw. Arbeitslosigkeit usw. Die Realität in der neuen Heimat entspricht oft nicht den optimistischen Erwartungen vor der Umsiedlung. Wenn dies alles zusammen kommt und sich anstaut entsteht ein immenser psychischer Druck der sich in internen Familienkonflikten ausdrücken kann. Die Jugendlichen versuchen immer mehr Zeit außerhalb des Zuhauses, auf der Straße zu verbringen. Verletzungen die aus der Migration herrühren und von den Eltern vielleicht als undramatisch eingeschätzt werden wie etwa das Zurücklassen der ersten Liebe oder der besten Freunde im Herkunftsland können eine tiefe Wunde und Leere in der Seele der Jugendlichen hinterlassen.

So eine Leere kann am neuen Wohnort oft nicht mehr gefüllt werden. Ohne ein gewisses seelisches Gleichgewicht und eine innere Ruhe ist das Einleben in der neuen Heimat aber schwierig. Gleichzeitig behandeln die mit anderen Problemen beladenen Eltern die bei ihren Kindern entstandenen Schwierigkeiten nicht immer verständnisvoll. Der Umzug nach Deutschland ist bei vielen Familien mit der Einschätzung verbundenen, dass das Schwierigste für die Kinder nun vorbei sei, und das diese sich nun im Angesicht der vielfältigen Möglichkeiten selbstständig und engagiert eine Zukunft aufbauen könnten ohne der moralischen Unterstützung ihrer Eltern zu bedürfen. Das letztere braucht man vielleicht wirklich nicht, aber Liebe und Verständnis sind unverzichtbar.

Komplikationen können auch in der Schule entstehen – besonders bei denen, welche die Schule noch in der alten Heimat besucht haben. Man darf nicht vergessen, dass die Bildungssysteme, Curricula und pädagogischen Traditionen in Deutschland und im postsowjetischen Raum sich tiefgreifend unterscheiden. Die sowjetische Schule erfüllte nicht nur Bildungs- sondern auch Erziehungsaufgaben. An deutschen Schulen ist das Verhältnis und die Interpretation bei-

der Aufgaben ein ganz anderes. Hier zwingt man keinen zu lernen. Jeder lernt so wie er will und kann. Es gibt wenig Druck in Bezug auf die Freizeitgestaltung. Es existieren unendlich viele Möglichkeiten, aber ob und wie sie genutzt werden – das entscheidet jeder für sich selbst. Deshalb assoziieren viele Heranwachsende ihre Freizeit mit „Abhängen“ und Unterhaltung (Diskotheken, Computerspiele, Cafés usw.). Für Jugendlichen aus Migrationsfamilien wird es oft noch schwieriger, wenn die hiesigen Halbwüchsigen „die Fremden“ mit anderer Sprache und Kultur, anderen Ansichten und Verhaltensnormen nicht in ihre Sphäre und Cliques hineinlassen. Lehrer und andere Erziehungspersonen wollen oder können sich in die Konflikte und Vorbehalte verschiedener Jugendgruppen nicht immer einmischen. Oft wird erwartet, dass die Zeit alles richtet. Das tut sie auch aber manchmal nicht so, wie wir es uns wünschen.

Im jungen Alter ist es sehr schwierig, ohne Freunde oder Peer – Gruppe in einer fremden Gesellschaft zu existieren. Wenn es Jugendlichen nicht gelingt in eine schon vorhandene Gesellschaft hineinzukommen, so bilden sie ihre eigene. Die so entstehenden migrantischen Jugendgruppen können dann schnell einen geschlossenen Charakter bekommen, wenn sie sich von der Mehrheitsgesellschaft abgelehnt fühlen. So werden Einigelungstendenzen verstärkt und es kann zu aggressiven und devianten Verhaltensweisen kommen. Alkohol und illegale Drogen können dann der Abgrenzung der eigenen Gruppe dienen und verschaffen in Krisenzeiten zunächst einmal Erleichterung, Angstabbau, Euphorie und Entspannung. Ich habe keinesfalls vor soziologische Forschungen zu betreiben, ich möchte bloß zeigen wie einfache, alltägliche Situationen zu einem Risikofaktor werden können.

Über die Gefahren übermäßigen Alkohol- und Nikotinkonsums sind russischsprachige Leser noch aus den sowjetischen Zeiten informiert, weshalb es in dieser Broschüre in erster Linie um die in Deutschland illegalen Drogen gehen soll. Interessanterweise beschränkten sich die Behandlungsmethoden des nicht wenig verbreiteten Alkoholismus in der Sowjetunion auf wenige Ansätze wie das Verabreichen von Salzbrühe und die Kodierung nach Dovzhenko. **In Deutschland ist das Angebotsspektrum der Alkoholismusbehandlung (und wie wir sehen werden der Suchtbehandlung im Allgemeinen) viel breiter!**

4. Ein kurzer Kommentar zur Rolle der Eltern bei der Suchtprävention

Um die Risikofaktoren für Drogenkonsum und ggf. Suchtentwicklung erkennen zu können, um also in der wichtigen Anfangsphase eines Drogenkonsums intervenieren zu können sollten die Angehörigen sehr aufmerksam gegenüber den Stimmungen, dem psychischen Zustand und dem Bekanntenkreis des Heranwachsenden sein. Manchmal genügt ein ruhiger (!) wohlgesonnener Ratschlag der Eltern, manchmal wird die Hilfe von Fachleuten – Sozialpädagogen, Psychologen, Suchtberatern - benötigt. Manche Eltern glauben keine Hilfe von Außen zu benötigen da doch niemand ihr Kind so gut kenne wie sie. Dies ist eine weit verbreitete Fehleinschätzung. Natürlich ist es richtig, dass Eltern ihre Kinder meist seit ihrer Geburt kennen. Aber: Bei aller Individualität der jungen Menschen gibt es doch viele gemeinsame Erfahrungen. Hier ist ein Blick von unabhängigen Außenstehenden hilfreich. Fachleute haben auf der Grundlage ihrer Erfahrung sehr differenzierte Methoden erarbeitet. Am Besten ist es, wenn sowohl Eltern als auch Fachleute am Schicksal der jungen Menschen teilnehmen und versuchen positive Impulse zu geben!

Folgende Faktoren können Anlass oder Ursache des Konsumbeginns sein:

- Innere Spannung, Unzufriedenheit, soziale und psychische Schwierigkeiten
- Schwierigkeiten beim Hineinwachsen in die „erwachsene Welt“, Infantilität, mangelnde Frustrationstoleranz
- Neugier – der Wunsch, einen neuen Zustand auszuprobieren
- Der Wunsch , „mitreden zu wollen“
- Angst und Unfähigkeit „nein“ zu sagen bzw. Befürchtungen das Ansehen der Gruppe zu verlieren
- Das Streben nicht schwächer als der „Leader“ der Gruppe zu sein
- Flucht vor Eintönigkeit, Routine, Langeweile, Nichtstuerie
- Der Wunsch sich selber und den anderen die eigene Unabhängigkeit, Tapferkeit, das „Erwachsensein“ zu beweisen
- Suche nach Risiken und Grenzerfahrungen
- Zugänglichkeit und Verfügbarkeit von Suchtstoffen
- Wirkung der Werbung von legalen Drogen (Tabak, Alkohol) und das Vorbild ihres Konsums im eigenen Umfeld.

Um die Wirkung dieser Faktoren zu reduzieren, muss man sie im Auge behalten und sie im Umgang mit den Kindern berücksichtigen. Die Kenntnis dieser Risikofaktoren in Verbindung mit zielgerichteten erzieherischen Bemühungen kann den Risikoumfang verringern. Außerdem ist es nötig, über objektive Informationen zu Suchtstoffen und den Konsequenzen ihres Konsums zu verfügen.

Das Tragische ist, dass viele Kinder diese Informationen in der Familie nicht bekommen, und sie auch in der Schule verpassen – weil sie nach Deutschland kommen wenn sie nicht mehr im Schulalter sind, aufgrund von Sprachschwierigkeiten oder weil diese Informationen in der Schule nicht angemessen vermittelt werden. Als Resultat entsteht eine Situation, die man als Informationsvakuum bezeichnen kann, welches dann mit Halbwahrheiten und Fehlinformationen aus dem Freundeskreis und der Drogenszene gefüllt wird.

Ich möchte Ihnen raten: Tabuisieren Sie das Thema Drogen nicht in Ihrer Familie. Versuchen Sie die Beziehung zu Ihrem Kind aufrechtzuerhalten, so dass es Sie angstfrei um Rat und Hilfe bitten kann. Es wird nie über seine Probleme berichten, wenn es weiß, dass in erster Linie Streit, Angst, Züchtigung oder Begrenzungen seiner Rechte und Freiheiten (Verbote Diskos zu besuchen, Freunde zu treffen, Taschengeldkürzung, usw.) die Folge sein werden. Wenn das Kind im Voraus weiß, dass die Mutter in Fluchen und Heulen ausbricht, und der Vater ein wütendes Tier wird, dann wird es sich Ihnen nicht anvertrauen. Treiben Sie das eigene Kind nicht in eine Falle und schaffen sie keine auswegslosen Situationen! Bitte denken Sie daran.

5. Merkmale des Drogenkonsums

Leider bieten weder erzieherische Bemühungen der Eltern noch Suchtprävention eine Garantie dafür, dass die Kinder sich von Drogen fernhalten.

Natürlich ergeben sich Fragen: Was sollte man wissen, was sollte man tun, wie sollte man sich verhalten und an wen sollte man sich wenden?

Nach und nach versuche ich nun, diese Fragen zu beantworten.

a) Welche Anzeichen gibt es?

Oft wird gefragt, ob es Merkmale des Drogenkonsums gibt? Ich stelle sie in Anlage 1 dar. Es ist gut über diese informiert zu sein. Allerdings sind viele dieser Merkmale erst bei Entstehung einer Abhängigkeit oder bei regelmäßigem, intensiven Konsum zu bemerken. Im Gegensatz zum

Alkohol, welcher sich z.B. im Mundgeruch niederschlägt, bleibt der Konsum illegaler Drogen oft lange Zeit unsichtbar. Einige Merkmale des Konsums beziehen sich auf das Verhalten, andere auf körperliche Symptome, wie z. B. Gewichtsverlust, Einstichstellen, etc. Einige Merkmale haben eventuell gar keine Beziehung zum Konsum, sondern ihre Ursache in entwicklungstypischen Verhaltensweisen wie der Unzufriedenheit mit dem eigenem Aussehen (Größe, Gewicht, Figur), Auseinandersetzungen mit Freunden, Eifersucht, Liebeskummer, usw. Andere dagegen können mit Drogen zu tun haben. Wie zwischen diesen und jenen eine Grenzlinie zu ziehen ist – kann auch ich nicht mit Bestimmtheit sagen.

b) Zur Nützlichkeit von Drogentests

Viele Eltern fragen, ob es objektive Indikatoren für Drogenkonsum gibt? Ja, sie existieren und erzeugen relativ vertrauenswürdige Ergebnisse. Heutzutage kann man Spuren des Konsums illegaler Drogen (Cannabis, Opiate, Barbiturate, Stimulantien, etc.) Mithilfe von Blut-, Urin-, Speicheltests oder biochemischer Haaranalyse nachweisen. Man verwendet auch so genannte Quick-Tests, die nach dem Lackmuspapier - Prinzip funktionieren und eine „ja“ oder „nein“ Antwort geben. Komplizierte und teure Untersuchungen sind imstande, die Verwendung von Drogen (auch eine einmalige Verwendung) nach einigen Monaten festzustellen. Die meist verbreiteten und billigsten Tests ermöglichen Nachweis des Konsums innerhalb der letzten 24 Stunden. Jedoch ist an den Test selbst vorsichtig heranzugehen.

Ein Test ist stets der Beweis für mangelndes Vertrauen der Eltern und erschwert das offene Gespräch. Selten stimmt ein Jugendlicher einem Test zu. Und nicht immer ist der Widerstand gegen einen solchen Test ein Beweis für den Konsum von Drogen. Die Abwehrreaktion kann alleine durch das Misstrauen der Eltern ausgelöst werden. Die Kontrolle wird als Begrenzung der Selbstständigkeit und Unabhängigkeit, ja als Angriff auf die persönliche Würde und Unversehrtheit wahrgenommen. Natürlich können Eltern letztendlich Wege finden, ihr Kind zu einer Testprozedur zu zwingen, aber wie fühlen die sich, wenn ihr Verdacht keine Bestätigung findet? Die Beziehungen zu Ihrem Kind könnten dadurch beeinträchtigt werden. Auch kann der Jugendliche wenn er weiß, dass die „Prüfung“ nicht zu vermeiden ist, den Konsum beenden und den Test für einige Zeit hinauszögern. Die Eltern werden verständlicherweise durch das dann negative Testresultat beruhigt und lassen in ihrer Aufmerksamkeit nach. Genau in diesem Moment kann ein Kontakt mit Drogen bzw. ein Übergang zum problematischen Konsum stattfinden.

Aber nehmen wir an, der Konsum einer Droge wurde im Test entdeckt. Sie würden nun versuchen mit Ihrem Kind zu reden. Wenn aber vorher kein Gespräch zum Thema Drogen zustan-

de kam wird dies nach einem Test nicht anders sein. Ihr Kind wusste auch vor dem Test die Wahrheit – wollte sie aber nicht mitteilen! Das bedeutet, dass nicht das Testergebnis wichtig ist, sondern die Art, wie Sie versuchen mit Ihrem Kind ins Gespräch zu kommen, auf es zu gehen und versuchen es zu überzeugen. In so einem Gespräch sollte man kein Erzieher, kein Beschuldigender, kein Lehrer, sondern ein Gesprächspartner und Freund sein. Zu bedenken ist auch, dass die Hartnäckigkeit der Eltern in Bezug auf einen Drogentest und die Angst vor der Enthüllung den Jugendlichen in eine auswegslose Situation bringen kann, in der er die sinnlosesten, die unvernünftigsten Taten begeht. Er könnte von zu Hause weglaufen und den Kontakt abbrechen, oder Schlimmeres.

Wahrscheinlich würde die Hartnäckigkeit der Eltern einen Drogentest zu erzwingen bedeutend zurückgehen, wenn sie sich vorstellen könnten, unter welchen Bedingungen ihre Kinder in dieser Zeit leben müssten.

Ich möchte Ihre Aufmerksamkeit noch auf einen anderen Aspekt lenken. In Deutschland wird die Durchführung eines Drogentests für Personen ab 16 Jahren nur mit deren Einverständnis zugelassen. Auf diese Bestimmung hat auch die Tatsache, dass sie für diese Person der ältere Bruder, die Ehefrau oder der Vater sind, keine Auswirkung. Natürlich erstreckt sich diese Bestimmung nicht auf die Polizei. Manchmal kann die Durchführung eines Tests durch eine Institution (z.B. eine Schule oder Ausbildungseinrichtung) angeordnet werden. In diesen Fällen wird aber nicht eine einzelne Person, sondern eine ganze Klasse getestet. Ähnliche Kontrollen werden in seltenen Fällen für bestimmte Berufsgruppen oder in Unternehmen durchgeführt. In jedem Fall stimmt der Getestete (z. B. im Arbeitsvertrag) dem Testverfahren zu! Ich halte mich nicht ohne Grund bei einem auf den ersten Blick unwesentlichen Aspekt wie dem des Drogentests auf. Seine trügerische Einfachheit zeigt deutlich, wie notwendig Vorsicht, Zurückhaltung und Feingefühl im Umgang mit Verdachtsmomenten sind, wenn es um so ein sensibles Thema wie das Aufdecken und Bekennen von Drogenkonsum geht.

c. Zur Sinnhaftigkeit von Kontrollen

Wie sehen Drogen aus? Wie werden sie verkauft? Wie viel kosten sie? Ich versuche hier diese Fragen zu beantworten. Wenn dahinter der Wunsch steht, das Problem tiefer kennen zu lernen, um ruhig und ernsthaft mit dem Teenager reden zu können, kann jede Information nützlich sein. Aber wenn hinter den Fragen das Interesse steht, den Jugendlichen besser kontrollieren zu können, etwa sein Zimmer zu durchsuchen, bringen diese Informationen keinen großen Nutzen. Kein Teenager lagert seine Drogen auf seinem Schreibtisch oder auf einem Tischlein im Korri-



der. Also müssten sie seine Taschen, die Privatsachen, die Schubladen usw. durchsuchen. Doch was tun sie bei „erfolgreicher“ Suche? Gibt es dann einen Skandal? Oder gar körperliche Auseinandersetzungen? Hier wiederholt sich die Geschichte mit dem Test – so eine Entdeckung schafft eher zusätzliche Konflikte und hilft nichts. Haben Sie in seinen Privatsachen rumgewühlt? – schon eine Grenzüberschreitung. Haben Sie etwas gefunden, aber sagen nichts darüber? – Schon eine Lüge. Was verlangen Sie dann von Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter? Sie sollten begreifen: selbst wenn Sie Drogen finden und sofort mit Sanktionen reagieren, dann war es das letzte Mal. In Zukunft werden die Drogen so versteckt sein, dass Sie sie trotz intensiver Suche niemals finden werden – und wenn dann nur zufällig. Für den Fund der Drogen wird der Heranwachsende immer eine „Erklärung“ finden, welche sie nur schwer widerlegen können – vielleicht gehören die Drogen ihm ja wirklich nicht?

d. Zur Beschaffung von Drogen

Fragen nach dem Preis bestimmter Drogen dienen oft dazu festzustellen, ob das dem Jugendlichen zur Verfügung stehende Taschengeld den Konsum ermöglicht. Jedoch sollte die Nachricht, dass ein Heroinabhängiger für seine Dosis eventuell bis zu 50 Euro und mehr pro Tag ausgibt, die Eltern, die ihrem Kind 5 bis 10 Euro pro Woche geben, kaum beruhigen. Im Falle einer Abhängigkeit ist der Druck so stark, dass die Betroffenen oft auch kriminelle Wege einschlagen, Geld für den Drogenkonsum zu beschaffen; etwa durch Betrug, Diebstahl, Überfälle, Prostitution, Drogenhandel.

Wenn über Geld gesprochen wird, muss man im Auge behalten, dass viele Faktoren - wie die Art der Droge, die Dosis, die Häufigkeit der Einnahmen, die Art des Konsums - Einfluss auf die benötigten Summen hat. Das Geld für eine Tablette Ecstasy oder eine Dosis Marihuana steht beinahe jedem Jugendlichen zur Verfügung.

6. Eine kurze Information zu verschiedenen Substanzen

Schematisch oder vereinfacht kann man sagen, dass alle Stoffe, deren Wirkung zu einer Veränderung des psychischen oder körperlichen Empfindens führen, Drogen genannt werden. Es gibt eine allgemein verbreitete Einteilung der Drogenstoffe in legale (z.B. Tabak, Alkohol) und illegale (z.B. Marihuana, Heroin, Kokain, Amphetamine usw.) Substanzen. Aus medizinischer Sicht werden legale und illegale Suchtstoffe unter dem Terminus „Drogen“ zusammengefasst. Jedoch führt diese Tatsache im alltäglichen Leben zu Verwirrung und schafft zusätzliche

Schwierigkeiten in der Arbeit mit Jugendlichen. Im alltäglichen Gebrauch sind Tabakprodukte und Alkoholgetränke so gewohnt und zugänglich, dass ihr Gebrauch keinen Skandal verursacht. Diese in vielen Teilen der Gesellschaft vorherrschende tolerante Einstellung wird von Jugendlichen häufig auf illegale Drogen übertragen.

Bekanntlich ist die Sterberate bei Alkohol- und Nikotinmissbrauch viel höher als die Sterberate, die durch illegalen Drogenkonsum verursacht wird (Es sei bemerkt, dass die Zahl von Rauchern und Alkoholikern auch bedeutend höher ist als die der Abhängigen von illegalen Drogen). Probleme entstehen diesbezüglich zumeist erst bei einem unkritischen, missbräuchlichen oder abhängigen Konsum.

In Bezug auf die legalen Drogen sind besondere pädagogische Bemühungen der Erwachsenen in Gesprächen mit Teenagern (Alter, Menge, Tischkultur, Konsequenzen für die Gesundheit usw.) im Sinne einer Prophylaxe von Missbrauchsverhalten erforderlich.

Die Situation bei illegalen Drogen ist grundsätzlich eine andere. Bereits der Erwerb und Besitz von illegalen Drogen ist mit Kriminalität verbunden. Der Konsum illegaler Drogen ist hierzulande nicht eingebettet in gesellschaftliche regelnde Rituale. Ich möchte hier, den Zorn von Fachleuten riskierend, meine Position erläutern: Man kann natürlich nicht alle illegalen Drogen in einen Topf werfen! Ich versuche auch nicht, allgemein akzeptierte Klassifikationen und Herangehensweisen zu ändern.

Entscheidend für die Entwicklung von Abhängigkeit ist nicht die Droge sondern das Gebrauchsmuster. Sehr viele Jugendliche probieren Cannabis, stellen den Konsum aber kurz danach wieder sein. Solche Gebrauchsmuster müssen nicht zwangsläufig in eine Sucht führen. Andere konsumieren Cannabis in jungen Jahren (unter 18 Jahren) regelmäßig und bisweilen täglich mehrfach in hohen Dosen. Dies ist ein hartes und gefährliches Gebrauchsmuster. Eltern sollen diese Unterschiede kennen und sie in Unterhaltungen mit Teenagern unterstreichen.

7. Illegale Drogen: Eigenschaften und Konsumformen

a. Cannabis (indischer Hanf) und seine Derivate

Haschisch: Getrocknete und gepresste Mischung aus Harz, Blütenstaub und zerriebenen Blattspitzen der Hanfpflanze.

Haschisch ist eine dichte, harzhaltige Substanz, plastilinähnlich in ihrer Konsistenz, mehr oder weniger formbar, hinterlässt Flecken auf Papier. Es kann in Form von Plätzchen, Platten und Kügelchen gepresst werden, kann auch als olivgrünes oder rötlich-braunes Pulver vorkommen.

Marihuana: *Getrocknete Blüten, Blätter und kleine Halme der Hanfpflanze.*

Äußerlich sieht es ähnlich wie ein Gewürz oder Kräutertee aus, ist gewöhnlich grünlich – braun. (Zerkleinert sieht es wie trockener Majoran aus). Manchmal kommt Marihuana in dicht gepressten Bällchen vor.

Haschisch und Marihuana werden in erster Linie mit Tabak vermischt geraucht (Stäbchen aus Zigarettenpapier, „Joint“ oder „Tüte“ genannt) oder in Tee getrunken. Außerdem wird Haschisch manchmal mit Lebensmitteln vermischt (Plätzchen, Kuchen). Es gibt auch Purpfeifen und spezielle Wasserpfeifen.

Alle Cannabisderivate haben einen ziemlich ausgeprägten, harzigen Geruch.

Nach dem Rauchen bleibt im Raum ein spezifischer, leicht süßlicher Geruch, der sich von dem des Tabaks unterscheidet. Konsumenten versuchen manchmal, diesen Geruch mit Hilfe von Deos oder Duftsprays zu vertreiben.

Der Preis für Cannabisprodukte schwankt zwischen 5 und 12 Euro pro Gramm.¹

Wirkung:

Wahrnehmungsveränderungen (Farbe, Töne, Zeit, etc.), beruhigend bis anregend, leicht euphorisierend, Empfindung überraschender Einsichten und Gedanken, aber gelegentlich auch von Angstzuständen und Bedrückung.

Weitere Informationen zu Marihuana und Haschisch finden Sie auf Seite 20.

¹ Ich möchte darauf hinweisen, dass die folgenden Preisangaben aller Substanzen lediglich Momentaufnahmen zur Orientierung sind. Wie bei allen Artikeln hängt der Drogenpreis von variierenden „Marktbedingungen“ und Qualität ab.

b. Heroin

Derivat des Opiums. Resultat chemischer Bearbeitung des rohen Opiums (Opium – Milchsaft des Schlafmohns).

Heroin ist ein hellbraunes, cremefarbenes (schmutzig – rosa oder selten weißes), manchmal kerniges Pulver. In der Regel ist es sehr bitter. Wenn es mit Puderzucker vermischt wird, hat es einen süßlichen Beigeschmack. Auch kann es mit Talkum und vielen anderen oft giftigen Substanzen gestreckt werden. Wird oft in Form kleiner Kügelchen in Polyethylenverpackung oder in kleinen Papier- oder Folienumschlägen als Einzeldosis verkauft.

Heroin wird oft intravenös gespritzt, zuvor wird es mit Ascorbinsäure verdünnt (in der Regel wird es auf einem Metalllöffel mit einem Feuerzeug erhitzt). Heroin wird auch auf Folie erhitzt und geraucht oder durch die Nase eingesaugt. Angewandtes Werkzeug: Löffel (mit rußbedecktem Unterteil), Zigarettenfilter, Einwegspritzen, Gummiabschnürverbände oder Riemen zum Venenabschnüren, Aluminiumfolie.

Heroin kann sehr schnell eine psychische und körperliche Abhängigkeit auslösen

Preis für ein Gramm Heroin: 30 – 50 Euro.

Wirkung:

Entspannung, Angstlösung, Schmerzminderung, Gefühl von Ausgeglichenheit, zu Beginn: Euphorisierend

c. Stimulantien (Kokain, Crack)

Kokain: Weißes Kristallpulver, wird in einer chemischen Reaktion aus Blättern der südamerikanischen Kokapflanze erzeugt.

Kokain sieht ähnlich wie Trinksoda aus. Wird oft mit Puderzucker oder Talkum verdünnt. Wenn es die Zunge berührt, wird diese taub. Kokain wird gewöhnlich mit einem kleinen Röhrchen durch die Nase geschnupft, kann aber auch intravenös gespritzt werden (wird zuvor in Wasser aufgelöst).

Angewandtes Werkzeug: Spiegel, Rasierklinge, Riechröhrchen, ggf. destilliertes Wasser, Einwegspritzen.

Crack (auf Kokaingrundlage, wird auch „Basis“ oder „Base“ genannt): Resultat einer Reaktion von Kokain, Esssoda und Wasser.

Diese Lösung wird ausgedünstet, so entstehen brüchige Crackplätzchen; sieht wie eine Masse von gelblich-weißlichen Bruchstücken aus. Sie werden erhitzt, der entstandene Rauch eingeatmet. Angewandtes Werkzeug: Folie und (Pur)Pfeifen.

Der Konsum von Crack und Kokain kann zu einer starken psychischen Abhängigkeit mit dem Drang zur raschen Wiederholung des Konsums führen.

Der Preis für ein Gramm Kokain beträgt 50 – 80 Euro.

Wirkung:

Euphorie, gesteigertes Selbstvertrauen, Hemmungsabbau, Angstabbau, Aktivitätssteigerung, Aggressivität, depressive Verstimmungen. Drogensüchtige verwenden häufig einen sog. „Cocktail“ – eine Mischung von Kokain und Heroin.

d. Synthetische Drogen (Amphetamine, Ecstasy)

Synthetische Drogen werden chemisch in illegalen Labors hergestellt. Sie haben unterschiedliche Formen: Pulver, Tabletten oder Mixturen, die meistens zu sich genommen, also geschluckt werden. Unbekannte Verbindungen und Dosierungen machen die Wirkungsdauer und ihre Intensität unvorhersehbar und aus Konsumenten „Versuchskaninchen“.

Amphetamin („Speed“) / Methamphetamin („Chrystal“): Die älteste synthetische Droge mit Stimulationseigenschaften. Meist als helles Pulver erhältlich (manchmal auch als Kapseln oder Tabletten).

Der Preis für ein Gramm „Speed“ beträgt 5 – 10 Euro.

Wirkung:

Speed fördert Aktivität und Leistungsbereitschaft. Hunger, Schlafbedürfnis werden vermindert.

Ecstasy gehört zur Gruppe der Amphetaminderivate. Es wird in Form bunter Tabletten unterschiedlicher Formate, manchmal mit Mustern darauf, hergestellt. Der Konsum von Ecstasy führt



zu Empfindungen großer Energie und Harmonie, der Konsument empfindet keine Müdigkeit, sogar wenn er sich mehrere Stunden lang bewegt.

Der Preis einer Tablette beträgt 5 -15 Euro. Die häufigsten Verkaufsorte – Clubs und Diskos.

Wirkung:

Ecstasy fördert die Wahrnehmungsfähigkeit, Offenheit und Kontaktbereitschaft. Der Konsum dieser Drogen (Speed, Ecstasy) kann zu physiologischen Überforderungserscheinungen (Herz-Kreislauf Probleme, Dehydration etc.) und zu psychischen Störungen führen. Entwicklung psychischer Abhängigkeit ist gegeben. Überdosierungen sind lebensgefährlich.

e. Halluzinogene (LSD, Pilze)

Halluzinogene gibt es auf pflanzlicher und synthetischer Basis. Pflanzliche Halluzinogene kommen in Pilzen (Psilocybin) und Kakteen (Peyote) vor, die aber in Deutschland nicht heimisch sind.

LSD gehört zu den synthetischen Halluzinogenen. Es ist ein hochwirksames „Vorbildhalluzinogen“. LSD gibt es in Form von Lösungen, Pulver, Kapseln, Tabletten oder bunten Marken („Trips“), die wie kleine Briefmarken aussehen und mit einer Drogenlösung imprägniert sind. LSD wird oral eingenommen.

Der Preis einer Trip-Marke beträgt ca. 5 – 20 Euro.

Wirkung:

Sehr starke Wahrnehmungsveränderungen (Farbe, Töne, Zeit, etc.), hohe Wachheit, „offenbarende Wirkung“ teilweise mit „Horrorqualitäten“. LSD kann psychoseauslösend wirken, es kann zu flash-backs kommen (Drogenwirkung zu späterem Zeitpunkt ohne Drogeneinnahme)



8. Exkurs zu Marihuana und Haschisch

Nach Untersuchungen haben ein Fünftel bis ein Drittel aller Jugendlichen und jungen Erwachsenen Erfahrung mit Marihuana oder Haschisch gemacht. Wie jede Droge beeinflusst Marihuana Menschen auf eine bestimmte Art und Weise. Lassen Sie uns damit auseinandersetzen, wie diese Wirkung zum Ausdruck kommt.

Marihuana- und Haschischkonsum verursacht keine ausgeprägte physische Abhängigkeit. Wenn also der Konsum plötzlich beendet wird, entstehen keine schmerzhaften körperlichen Entzugserscheinungen. Manchmal können im Laufe der ersten 1 - 2 Wochen verschiedene unangenehme Empfindungen auftreten: Schüttelfrost, Unruhe, Ekel, Reizbarkeit, Appetitverlust, Schlaflosigkeit, Schwitzen u. a. Eine leichte depressive Verstimmung kann im Einzelfall bis zu 6 Wochen andauern. Aber solche Reaktionen kommen nur dann vor, wenn Marihuana über eine längere Zeit, regelmäßig und in großen Dosierungen konsumiert wurde (die individuelle Verträglichkeit von Cannabis ist in diesem Zusammenhang sehr verschieden). Die menschliche Psyche reagiert aber auf Marihuana bedeutend intensiver. Die Reaktion ist ebenfalls individuell sehr unterschiedlich. In jedem Fall besteht bei regelmäßigem Konsum die Gefahr einer psychischen Abhängigkeit. Bei dem Einen entsteht ein Gefühl des Unbehagens, wenn er ohne Marihuana auskommen muss, für andere ist die „Tüte“, der „Joint“, ein notwendiges Ritual oder sogar eine zeremonielle Handlung, für Dritte eine Entspannung, eine Art besondere Erholung, noch jemand gerät in eine leichte und gehobene Stimmung, wenn Gedanken eine bunte Bildhaftigkeit und „philosophische Tiefe“ erhalten und die intellektuellen und kreativen Fähigkeiten sich scheinbar verbessern.

Eine weitere als angenehm erlebte Wirkung des THC's (psychoaktiver des Wirkstoffes in Marihuana und Haschisch) ist die Intensivierung der Sinneswahrnehmung; Farben, Musik, Geschmack etc. werden deutlicher und verstärkt, teilweise auch verfälscht erlebt, was von Konsumenten z.T. als interessant empfunden wird. Es besteht aber die Gefahr, dass dieses Interesse, das Vergnügen, allmählich einen zwanghaften Charakter erhalten kann. So kann schrittweise eine psychische Abhängigkeit entstehen. Die Tatsache, dass Dauerkonsumenten ihren Zustand oft nicht als Abhängigkeit bezeichnen wollen, muss deshalb als Verharmlosung oder Selbsttäuschung eingeschätzt werden. Die Verharmlosung hat oft die Funktion, die eigene Situation vor den Angehörigen zu verbergen. Nicht selten trägt dazu eine viel zu scharfe, hysterische Reaktion der Eltern bei, die durch das übertrieben gefährliche Image des Marihuanas verunsichert

sind. Es ist verständlich, dass so eine Reaktion, die versucht Angst einzuflößen und nicht etwas zu erklären, mehr Schaden als Nutzen bringt.

Die Jungen und Mädchen denken zum Beispiel: „Ich rauche zwar Gras – aber mir ist noch nie etwas passiert. Und was soll so gefährlich an Ecstasy sein? Wir haben in der Disko zwei Pillen eingeworfen und konnten noch am Morgen tanzen so viel wir wollten ohne, dass uns schlecht wurde. Und Heroin ist, sagt man, überhaupt der Hammer! Es haut einen um...! – was die Erwachsenen sagen, ist alles Lüge.“

Viel wird über eine wegbereitende Wirkung Marihuanas in Bezug auf die sogenannten „harten“ Drogen gesagt. Das ist eine schwierige Frage. Ich beantworte sie so: Fast jeder, der sich auf Heroin oder Kokain eingelassen hat, begann seine Konsumkarriere zunächst mit Tabak und Alkohol bevor Marihuana dazukam. Wer Kontakt zu Marihuana hat geht nicht automatisch zu „harten“ Drogen über. Aber ich kann aus meiner Erfahrung sagen, dass so ein „Übergang“ bei unseren Jungen und Mädchen leider doch öfter als bei anderen („deutschen“) passiert. Kann man das, was ich über Marihuana geschrieben habe, so verstehen, dass es quasi harmlos ist? In keinem Fall. Es wurde festgestellt, dass ein langfristiger und regelmäßiger Marihuanakonsum schwere negative Konsequenzen für die Gesundheit haben kann: Von einer Verschlechterung des Gedächtnisses bis zur Beeinträchtigung des hormonellen Systems und der Reproduktion. In der spezialisierten medizinischen Literatur werden sowohl mögliche akute Effekte als auch die so genannten langfristigen Konsequenzen beschrieben, d. h. Erkrankungen als Resultat eines längeren Marihuanakonsums. Als Beispiel möchte ich die *akute* Wirkung Marihuanas auf das Nervensystem erläutern: So kann es zu Beeinträchtigungen der Muskulaturkoordination, einer Verlängerung der Reaktionsdauer, Verschlechterung der Augenreaktion, Verschlechterung des Sehvermögens und der Farbenwahrnehmung kommen. Und nun stellen Sie sich einen Menschen mit solchen Symptomen am Steuer eines Autos vor... Es ist dumm, „Gras“ lediglich als harmloses Spiel und ein lustiges Abenteuer zu betrachten.

Aus all dem Gesagten folgt ein einfacher Schluss: Natürlich sind alle Drogen (inklusive Marihuana) gefährlich. Aber jede „Gefahr“ hat ihre eigenen Facetten und Risikograde, nicht alle Drogen sind tödlich. Man darf die Gefahren nicht übertreiben – ehrliche und differenzierte Informationen tun not. Versuchen Sie, Ihre Kinder vom Kontakt mit Drogen fern zu halten, aber seien Sie auch darauf gefasst, dass es Ihnen nicht immer gelingt. Neugier, der Drang nach Erfahrungen und Experimenten, der Durst nach Risiko und Grenzerfahrungen sind charakteristisch für die Jugendphase. Was uns bleibt ist, geduldig zu erklären, zu welchen Folgen sol-

che Experimente führen können, und wo die Eigenschaften und Gefahren einer bestimmten Droge liegen.

Den Jugendlichen sollte bewusst gemacht werden, welche Risiken sie mit dem Drogenkonsum eingehen, auch wenn Ihnen bislang noch nichts passiert ist. Sofern schon Konsumerfahrungen gemacht wurden, sollte darauf eingewirkt werden eine Suchtentwicklung zu verhindern und im besten Falle den Konsum einzustellen - der Weg zur Abhängigkeit verläuft oft unmerklich, leicht und schnell. Wege aus der Abhängigkeit können langfristig und schmerzhaft sein.

9. Was tun, wenn ein Verdacht aufkommt

Versuchen Sie, mit dem Jugendlichen zu sprechen, er braucht Hilfe. Stellen sie sich darauf ein, dass der Konsum von Drogen abgestritten wird. Reduzieren Sie das Gespräch in keinem Fall auf den Versuch ein Geständnis zu erpressen, ihn beim Lügen zu ertappen, herauszuquälen, was er konsumiert, wie lange und wie viel, woher er das Geld nimmt usw. Versuchen Sie lieber zu erfahren, was ihn beunruhigt, bedrückt, ob und warum er deprimiert ist und ob er ernsthafte Probleme hat. Bevor Sie gegen ein Symptom ankämpfen, versuchen Sie, die Ursache zu verstehen. Geben Sie ihm die Sicherheit, dass es mit Ihrer Liebe und Unterstützung weiter rechnen kann. Denken Sie nach, ob Sie imstande sind, etwas zu ändern, oder Hilfe holen sollten. Der Ton und Inhalt des Gespräches hängt von vielen Umständen ab, deshalb kann ich auch den genauen Ablauf des Gespräches nicht darstellen. Aber hier sind ein paar typische Situationen:

Situation 1: Es gibt keine Merkmale einer Abhängigkeit (der Jugendliche besucht verlässlich die Schule, seine Leistungen sind nicht gesunken, er kommt zu vernünftigen Zeiten nach Hause, es verschwindet kein Geld, er hat keine neuen Kumpel anstatt alter Freunde, sein Äußeres änderte sich nicht,...), aber es gibt bestätigten Verdacht für Drogenkonsum. Sie sollten Ihre Einstellung zu Drogen klar und unmissverständlich äussern. Wichtig ist aber, dass Sie Ihren Zorn auf die Drogen beziehen und nicht auf Ihren Sohn oder Ihre Tochter. Sie können Ihr Wissen um die sozialen Auswirkungen des Drogenkonsums und die Gefahr der Abhängigkeitsentwicklung darstellen (s. Anlage 3).

Aber bitte lügen und übertreiben sie nicht. Versuchen sie nicht einfach Angst einzuflößen - objektive und differenzierte Informationen sind wirksam genug! Wichtig ist, dass sie Ihr Kind erreichen, dass es versteht, dass jeder von Abhängigkeit betroffen sein kann. Jugendliche sind oft

der Auffassung, dass sie in der Lage sind die Fehler, die sie bei Anderen beobachten nicht selber begehen. Sie machen sich gerne etwas vor; wollen Ihren Blick nicht über den Probiertkonsum hinaus auf das Risiko einer Abhängigkeitsentwicklung richten. „Valera und Serega haben keine Willensstärke, ich aber habe einen eisernen Charakter – wenn ich will, werde ich sofort aufhören!“ – etwa so denken Jugendliche.

Man kann nicht sicher sagen, ob und wann eine psychische oder physische Abhängigkeit eintritt – dies ist von der konkreten Person, der Droge, der Dosierung und anderen Faktoren abhängig. Manchmal reichen aber schon ein paar Monate, dass das Leben eines Jugendlichen zerstört wird. Deshalb sollte das Ziel eines solchen Gesprächs mit dem Teenager sein, ihn zu überzeugen, den Drogenkonsum einzustellen. Ebenso wichtig aber ist es eine Vertrauensbasis für weitere ehrliche Gespräche zu schaffen. Seien Sie darauf gefasst, dass das erste, das fünfte, das zehnte Gespräch kein Ergebnis bringt. Hören Sie aber nicht auf es zu versuchen, suchen Sie nach neuen Argumenten, neuen Worten, frischen Beispielen. Dabei ist es aber wichtig nicht zu übertreiben, das Maß zu halten. Wenn Sie bei jeder Gelegenheit ein Gespräch zum Thema „Drogen“ beginnen, dann wird Ihnen nicht mehr zugehört. Lassen sie es auf keinem Fall zum offenen Streit kommen. Verlieren Sie nicht den Kontakt zum Jugendlichen und damit die Möglichkeit auf ihn wieder einzuwirken.

Ein anders Beispiel: Sie stellen fest, dass ihr Kind bereits drogenabhängig ist. Hier brauchen Sie ein anderes Gespräch. Es muss verstehen, dass es dringend Hilfe benötigt und sein Wunsch aufzuhören nicht ausreicht. Es wird (möglicherweise auch aufrichtig) versprechen, dass es aufhört und dafür keine Hilfe von anderen Menschen, kein Krankenhaus, keine Therapie usw. braucht. Vielleicht bemerken sie wirklich Bemühungen. Der Jugendliche geht nicht mehr aus, schaltet sein Telefon aus, beginnt plötzlich sich um seine berufliche Zukunft zu kümmern... Geben sie sich nicht Illusionen hin. Sie sollten darauf hinwirken, dass der Jugendliche sich an eine Drogenberatung wendet. Jetzt ist es zu spät ihm zu erzählen, wie schädlich Drogen sind und wie ein Drogensüchtiger lebt. Glauben Sie mir, das weiß er schon besser als Sie. Es ist nutzlos, zu schimpfen, ihn zu beschuldigen oder zu zwingen, umgehend mit Drogen aufzuhören. Das liegt nicht mehr in seiner Kraft! Abhängigkeit ist eine Krankheit und muss behandelt werden – mit professioneller Hilfe! Erzählen Sie ihm vom deutschen Drogenhilfesystem, von verschiedenen Hilfsmöglichkeiten – machen sie ihm Mut.

Jugendliche haben keine Informationen über die verschiedenen Hilfsangebote – deshalb ist es gut, wenn Sie sich informieren und diese Informationen an ihr Kind weitergeben können bzw. ihm eine Hilfseinrichtung empfehlen. Es ist wichtig, dass Sie sich im Gespräch mit dem Ju-

gendlichen nicht von Schock und Ratlosigkeit einnehmen lassen und wissen wo Sie Hilfe bekommen. Im Unterschied zum ersten Beispiel sollen Sie jedoch im Gespräch weicher und toleranter sein. Keine Schreie, Drohungen, keine undurchdachten Handlungen. Vor Ihnen sitzt ein kranker Mensch. Wir schreien ja auch nicht einen Menschen mit Herzinfarkt oder Diabetes an. Aber wir dürfen einfordern, dass er etwas unternimmt, dass er seine Krankheit behandeln lässt und auf die Sorgen der Familie Rücksicht nimmt. Bis zu welchem Punkt Ihre Geduld reichen sollte ist ein anderes Thema, welches später besprochen wird. Wenn der Jugendliche zugibt drogenabhängig zu sein, verlieren Sie nicht Ihre Selbstbeherrschung, bestrafen sie ihn nicht (ich wiederhole – das ist wirklich sinnlos und hoffnungslos)! Es ist nicht ausgeschlossen, dass gerade die Angst vor einer harten Strafe ihn über lange Zeit dazu gezwungen hat, seine Not zu verheimlichen und Sie nicht rechtzeitig um Rat und Hilfe zu bitten.

Nun nach der „Beichte“, sollten Sie die Beziehung zu Ihrem Kind neu überdenken. Eine mögliche Haltung der Eltern könnte sein: Wir haben kein Recht, dir Drogen zu verbieten – du bist ein freier Mensch und entscheidest selbst, wie du lebst. Aber gleichzeitig übernimmst du die Verantwortung für dein Leben und deine Zukunft. Unsere Fürsorge und Unterstützung darf dich nicht davon abhalten, dich an Fachleute zu wenden. Wenn wir dich an den falschen Punkten unterstützen, unterstützen wir nur deine Abhängigkeit. Wir möchten erst konkrete Bemühungen zur Überwindung der Abhängigkeit sehen.

Und hier ist das dritte Beispiel. Es gibt keinen Verdacht auf Drogenkonsum und keinen Anlass sich Sorgen zu machen. Ich rate Ihnen dennoch, das Thema Sucht und Abhängigkeit nicht zu vermeiden, es zu keinem Tabu-Thema zu machen. Haben sie keine Sorge, dass Gespräche über Drogen die Neugier auf diese wecken würden. Während Ihrer Unterhaltungen werden Sie die Einstellung Ihres Kindes gegenüber Drogen verstehen und erfahren, ob es sich mit den Gefahren des Drogenkonsums auseinandergesetzt hat. Ein solches Gespräch muss das Thema Drogen noch nicht einmal direkt betreffen. Es kann auch einfach dazu dienen die Einstellungen, Ängste und Wünsche Ihres Kindes besser kennen zu lernen. Das lässt sich natürlich nicht in einem einzigen Gespräch bewerkstelligen. Es geht darum, die Beziehung mit Ihrem Kind so zu gestalten, dass ein gegenseitiges Bedürfnis nach Gespräch und Austausch entsteht.

Das waren nur drei Beispiele. Drei verschiedene Situationen. Es kann schwierig sein zu beurteilen in welcher Situation sich ein Mensch befindet und welche Reaktion angemessen ist. Manchmal kann zur Einschätzung der Rat von Fachleuten notwendig sein.

10. Über die Behandlung der Drogenabhängigkeit

Ich möchte noch einmal unterstreichen: Das Land, in dem wir jetzt leben, verfügt über ein breit gefächertes System zur Beratung und Behandlung von Suchterkrankungen.

Die Angebote verschiedener Organisationen, die zum Suchthilfesystem gehören, sind so vielfältig, dass es den Rahmen dieser Broschüre sprengen würde, über alle zu berichten. Ich stelle hier nur die wichtigsten Elemente dieses Systems dar.

In Deutschland erfolgt die Behandlung eines Drogenabhängigen entsprechend einem einheitlichen und allgemein akzeptierten Schema, das in der Regel drei Stufen hat:

- Drogenberatung
- Behandlung der physischen Abhängigkeit (Entgiftung / Entzug)
- Überwindung psychischer Abhängigkeit (Suchttherapie / Entwöhnung)

Dieses Schema kann auch zusätzliche Stufen, methodische Unterschiede und auch andere Besonderheiten und Details haben, die durch den Zustand des Kranken, sein Alter, die Art der Droge und die Dauer des Konsums, die Größe der Dosis, seine Familiensituation und soziale Lage usw. bedingt werden. Wie sehen also die grundlegenden Strukturen des Suchthilfesystems aus?

a. Drogenberatung

Drogenberatungsstellen stehen mit ihrem Informationsangebot bereits im Vorfeld einer Suchtentwicklung (z. B. für Eltern) zur Verfügung. Die Hauptaufgabe ist die Beratung und Vermittlung von suchtkranken Menschen. Ergänzend bieten Drogenberatungsstellen oft „Kontaktläden“ und „medizinische Hilfen“ - so genannte „niedrigschwellige Angebote“ an. Hier kann ein erster Kontakt mit der Einrichtung aufgenommen werden.

Der Kontakt mit der Drogenberatung ist ein erster notwendiger Schritt. In der Regel arbeiten in Drogenberatungen keine Ärzte, sondern Sozialpädagogen oder Psychologen. Sie bieten Beratung, Information und psychologische Hilfe an, erfüllen Vermittlungsfunktionen, indem sie den Klienten mit Ärzten, Krankenhäusern, Suchttherapien in Verbindung setzen, sie beschäftigen sich mit Problemen der Bezahlung, der Behandlung, helfen bei der Lösung begleitender Probleme (mit der Polizei, dem Gericht, Schulden und Strafen u. a.). Die wichtigste Aufgabe jedoch ist es, den Hilfesuchenden zu überzeugen, dass die Abhängigkeit überwindbar ist, den Glauben

an sich selbst und die Veränderungsmotivation zu stärken. In motivierenden Gesprächen erhöht sich das Vertrauen des Klienten in seine Fähigkeiten, seine Ressourcen werden mobilisiert, die notwendigen Behandlungsschritte werden mit Rücksicht auf Wünsche und Zustand des Klienten abgestimmt.

Ich kann nur empfehlen, die Behandlung genau auf dieser Stufe der Beratung anzufangen. Neben der Behandlungsplanung und der Motivationsarbeit besteht in einer Drogenberatung die Möglichkeit, die vielfältigen suchtbegleitenden sozialen und justitiellen Problemlagen zu lösen. Dabei geht es darum, die Schritte der Beratung und Behandlung und die Bearbeitung begleitender Problemlagen aufeinander abzustimmen, denn man sollte den Wunsch, suchtbegleitende Probleme zu lösen, nicht mit dem Wunsch verwechseln, behandelt zu werden. Fachleute können die verschiedenen Hilfebedarfe am besten aufeinander abstimmen und verhindern, dass die Lösung begleitender Probleme nur einer Fortsetzung der Abhängigkeit dient. Familie und Verwandte sind mit einer solchen Abstimmung meist überfordert.

b. Entzug

Die schmerzhafteste Reaktion des Organismus, die entsteht, wenn man den Drogenkonsum beendet, nennen Ärzte das Abstinenzsyndrom. Drogensüchtige selbst nennen diesen Zustand „Entzug“. Dieser wird im Laufe von 10 – 21 Tagen in darauf spezialisierten Stationen von Krankenhäusern (Entzugsstationen) unter ärztlicher Aufsicht durchgeführt. Das ist manchmal aber nicht immer (!) ein qualvoller Prozess. Als Ergebnis überwindet der Klient seine physische Abhängigkeit.

Viele versuchen, den Entzug zu Hause zu machen, aber das ist keine ideale Lösung. Wie auch andere Versuche, eine seriöse Behandlung durch „Selbstbehandlung“ zu ersetzen.

Regel: Je mehr und länger der Süchtige Opiate, Medikamente oder andere Suchtstoffe konsumiert hat, desto stärker sind die Entzugserscheinungen.

c. Suchttherapie

Die nächste Stufe der Behandlung ist die Suchttherapie (die man gewöhnlich einfach „Therapie“ nennt). Man versucht den Drogensüchtigen mit Hilfe von Therapeuten, Pädagogen, Psychologen und Sozialarbeitern dabei zu unterstützen, die psychische Abhängigkeit zu überwinden. Da die meisten diese Behandlungsstufe am wenigsten kennen, berichte ich etwas ausführlicher.

Wenn man die gesamte Abhängigkeit mit 100% festlegt, dann beträgt die physische Abhängigkeit ungefähr 10%, die psychische Abhängigkeit macht also 90% aus. Diese Proportion zeigt ungefähr, wie viel mehr Zeit, Bemühungen, Hartnäckigkeit und Geduld man braucht, um die psychische Abhängigkeit zu überwinden. Die psychische Abhängigkeit selbst, ohne fachmännische Hilfe, zu Hause unter alltäglichen Bedingungen, zu überwinden, ist fast unmöglich. Deshalb sollte einer Empfehlung zur Suchttherapie unbedingt nachgekommen werden. Man sollte eine Therapie nicht vermeiden wollen. Gründe nicht in eine Therapie zu gehen liegen oft in der Unterschätzung der psychischen Abhängigkeit. „Ich brauche nur einen Entzug, und dann kann ich es selbst ohne Hilfe weiter schaffen“ hört man oft von Abhängigen. Natürlich empfindet man nach dem Entzug zuerst eine große Erleichterung, eine Euphorie, einen Aufschwung. Man fasst weitgehende Pläne – man wird lernen, arbeiten, Sport treiben... man prahlt oft: „Ich hab’ seit drei Monaten schon nichts genommen!“ Bleiben sie vorsichtig - einige Monate ohne Drogen zu leben bedeutet noch keine Heilung. Versuche, die Sucht auf schnellstem Wege loszuwerden, die Erkrankung auszutricksen sind kontraproduktiv. **Man muss lernen, die Sucht mit ihren sie aufrechterhaltenden Bedingungen zu überwinden. Das ist die eigentliche Aufgabe der Therapie.** Suchttherapien helfen dabei, die längst verlorenen Fertigkeiten des normalen Lebens wieder-zugewinnen: regelmäßige Tagesplanung, gesunde Ernährung, Ordnung, Zuverlässigkeit bei dem Erledigen verschiedener Aufgaben, Verantwortlichkeit. Damit der Mensch nach der Therapie nicht in den alltäglichen Problemen untergeht, bearbeitet man parallel mit der Behandlung wichtige soziale Fragen, die sich auf Aufnahme oder Fortsetzung der Ausbildung, Berufswahl, Arbeitssuche und Wohnungsfragen beziehen. In einigen Einrichtungen besteht sogar vor Ort die Möglichkeit zum Erwerb eines Schul- oder Ausbildungsabschlusses.

Was ist also eine Therapieeinrichtung?

Therapieeinrichtungen sind spezialisierte Behandlungs- und Rehabilitationskliniken. Sie sind kein Gefängnis. Der Aufenthalt kann nach eigenem Wunsch zu jeder Zeit beendet werden. Aber wenn man dort ist, muss man sich einer bestimmten Ordnung unterwerfen. Die Regeln beziehen sich auf Briefwechsel, Telefongespräche, Besuche, Freizeitgestaltung, Einzel- und Gruppengespräche sowie die Einhaltung des Tagesablaufes und sind das Ergebnis von ca. 30 Jahren Behandlungserfahrung. Für eine Person, die sich ernsthaft auf die Behandlung ihrer Sucht eingestellt hat, sollten diese Beschränkungen akzeptabel sein und dürften die Entscheidung zur Therapie nicht beeinflussen. Die Unterkunft ist in der Regel gut. Manchmal gibt es ein Fitnessstudio oder eine Sporthalle, manchmal eine Kegelbahn oder Tischtennis, Rastplätze mit Grillanlage usw. In den Zimmern werden in der Regel 2 bis 3 Personen untergebracht.

Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer in einer Therapieanstalt beträgt 3 bis 10 Monate. Da die Therapieanstalten unterschiedliche Besonderheiten haben, hilft der Berater, die am besten passende Klinik für den Klienten mit Rücksicht auf seine Situation zu finden. Es gibt Therapien, die Klienten mit Kindern annehmen – die Kinder sind den ganzen Tag im Kindergarten, während ihre Eltern bzw. (allein erziehende Mütter oder Väter) in der Therapie sind. Andere Therapieanstalten sind auf bestimmte Altersgruppen spezialisiert. Es gibt auch viele Therapien, die auf russischsprachige Drogenabhängige eingestellt sind. Oder Anstalten, die für die Zeit nach der Behandlung Wohn- und Arbeitsmöglichkeiten anbieten (Nachsorge).

Beachten Sie bitte einen sehr wichtigen Punkt: Die Therapie sollte unmittelbar nach dem Entzug begonnen werden, am besten ohne jegliche Pause oder mit einem minimalen Zeitabstand. Der Kostenübernahmeantrag für die Therapie sollte also frühzeitig über die Drogenberatung gestellt werden um einen übergangslosen Wechsel vom Entzug in die Therapie zu ermöglichen. Es ist nicht zu empfehlen die Frage der Therapieeinrichtung erst kurz vor dem Entzug oder unmittelbar im Krankenhaus anzugehen, da die Beantragung notwendiger Unterlagen in der Regel einige Wochen dauert.

Bedauerlicherweise stellen sich die Eltern und Familienangehörigen des Drogensüchtigen oft gegen eine Therapie. Man hört Argumente wie: „Du verlierst ein Jahr!“, „Man schmeißt dich aus der Schule (dem Gymnasium, der Arbeit) raus!“, „Du verlierst die Wohnung!“, „Ich werde nicht so viele Monate alleine mit deinem Kind sitzen!“ usw. Aber wenn der Mensch seine Abhängigkeit nicht los wird, wird er sowieso früher oder später die Schule abbrechen, seine Arbeit und seine Wohnung verlieren, wird selbst für die Familie verloren sein... Lassen Sie uns direkt reden: Im Angesicht der Abhängigkeit darf man nicht an die Wohnung oder das Gehalt und die entfernte Zukunft denken, sondern an das Jetzt und Heute und an die Rettung eines Menschenlebens.

d. Ergänzende Anmerkungen

Drogenberatung – Entzug – Therapie. Ein scheinbar einfaches Schema. Aber vom Anfang bis zum Ende schaffen es nur wenige. Dafür gibt es viele Gründe. Darunter ist auch ein objektiver: Die Krankheit ist nur mühsam zu heilen. Um diesen schwierigen Weg zu meistern und das Ziel zu erreichen, braucht man einen starken Willen und viel Geduld, eine feste Entscheidung, mit den Drogen Schluss zu machen, und den Glauben an den Behandlungserfolg.

Es gibt aber noch andere eher subjektive Gründe, hinter denen Drogensüchtige ihre Zweifel, Angst und Vorbehalte zu verstecken versuchen. Zum Beispiel rechtfertigen Teenager ihren Widerstand gegenüber Entzug oder Therapie dadurch, dass dort Drogen verfügbar wären, das Reden über Drogen die Sucht noch verschlimmere, die Mitpatienten einen schlechten Einfluss hätten und jeder rückfällig werde, usw. Natürlich passieren solche Dinge. Sie werden aber meist übertrieben. Solche Aussagen sind einfach ein Schirm, hinter dem man sich versteckt.

Oft hört man auch von Beschwerden über die Drogenberatungen und ihr Personal: Sie sind alle böse, langsam, gleichgültig, alles dauert so lange, und sie helfen nicht. Dahinter steckt vor allem das Unwissen über die Prinzipien des deutschen Drogenhilfesystems, die man übrigens nicht verpflichtet ist, an unsere Vorstellungen und Gewohnheiten anzupassen (obwohl die Berater das oftmals tun). Russischsprachige Eltern meinen, zum Beispiel, dass wenn die Mutter ihren drogensüchtigen Sohn zur Beratung gebracht hat, dann wird die Beratungsstelle schon alles weitere richten. Der Berater weiß, dass die Mutter den Sohn behandeln lassen will, der Sohn selbst will aber nichts. Viel Nutzen bringt so was nicht. Das beweist die Praxis und die Erfahrung des Beraters. Wenn der Jugendliche mit den Drogen Schluss machen will, braucht man ihn nicht an die Hand zu nehmen und zur Beratung zu schleppen! Dennoch haben viele erfahrene Drogenberater, die mit unseren Traditionen und Besonderheiten familiärer Beziehungen vertraut sind, Verständnis für solche Besucher und versuchen, verwirrte und deprimierte Verwandte zu unterstützen.

Oft sind Drogensüchtige empört: „Warum schickt man mich nicht sofort ins Krankenhaus?“ Das ist aber nicht zufällig! Das ist ein absichtlich verlangsamter und klärender Prozess der Vorbereitungsphase, wo die Motivation, die Einstellung und die Überzeugung die wichtigste Bedeutung haben. Dazu kommt die Vorbereitung benötigter Unterlagen. Für Drogenabhängige dienen die Beschwerden oft dazu sich selbst zu entlasten und eventuell einen Grund für die Fortsetzung des Konsums zu finden.

Sicherlich gibt es in Beratungsstellen auch gleichgültige oder wenig engagierte Mitarbeiter, aber der Großteil der Mitarbeiter ist routiniert und erfahren - man darf jedoch nicht erwarten, dass sie sich selbstlos aufopfern. Man hat ja auch immer eine Wahl, und kann ggf. eine andere Drogenberatung kontaktieren. Man sollte auch nicht warten, bis der Drogensüchtige selbst einen Termin macht. Rat holen und um Unterstützung bitten können auch Angehörige, auch ohne ihren Namen zu nennen.

Nun möchte ich einige häufig gestellte und für das Suchthilfesystem zentrale Fragen beantworten, die das Freiwilligkeitsprinzip, Anonymitätsprinzip und die Schweigepflicht betreffen. Mit dem Freiwilligkeitsprinzip ist es ganz einfach: Jede Entscheidung, vom ersten Kontakt mit der Drogenberatung bis zum Ende der Behandlung, trifft der Klient absolut selbstständig. Keine Zwangsmaßnahmen – alles ist freiwillig. Dass die Anonymität gewahrt und die Schweigepflicht eingehalten wird, wird von vielen ehemaligen Bewohnern der ehemaligen UdSSR aber angezweifelt. Bei uns steckt noch irgendwo tief die Erinnerung, dass die Fabrikleitung, das Parteikomitee oder der Lehrstuhl von der behandelnden Einrichtung informiert wurde, noch bevor man in der Ausnüchterungszelle behandelt wird. In Deutschland ist die Situation ganz anders. Jede Organisation des Suchthilfesystems gewährt die Anonymität des Klienten und hat kein Recht, ohne sein Einverständnis Informationen über ihn an andere Personen und Organisationen – an die Schule, Polizei, Arbeit, Ämter oder Verwandten weiterzugeben. Natürlich gibt es gewisse Ausnahmen. Der Kranke geht ins Krankenhaus zum Entzug, entsprechende Daten werden an die Krankenkasse weiter gegeben. Oder: Der Hilfesuchende verliert aufgrund von Fehlzeiten seine Arbeitsstelle, nimmt Weiterbildungsmaßnahmen nicht wahr, besucht das Job Center nicht und reagiert nicht auf dessen Briefe. Nach einiger Zeit hört das Job Center auf, das monatliche Geld zu überweisen. Wenn der Drogenberater keine Informationen über den Zustand seines Klienten an das Job Center weitergibt, wird es später schwierig, die Situation zwischen dem Klienten und dem Job Center zu regeln. Es gibt eine Reihe ähnlicher Fälle.

Über längere Zeit schafft es kaum jemand, seine Drogenabhängigkeit geheim zu halten. Es kommt praktisch eher umgekehrt vor: Je länger der zu Helfende die Drogenberatung vermeidet, desto schneller erfahren seine Mitmenschen, und auch die Schule, die Polizei oder verschiedene Ämter von seiner Sucht. Die Reaktion unserer Landsleute auf die Schweigepflicht ist meist ambivalent. Sie stimmen ihr zu, wenn es um die Schule und die Polizei geht, können aber nicht begreifen, dass die Schweigepflicht sich auch auf sie selbst erstreckt. Ehegatten, Eltern, Partner nehmen eine Absage des Drogenberaters, die private Situation des Drogensüchtigen mit ihnen ausführlich zu besprechen, verwundert und empört wahr. Diesbezüglich erlaube ich mir Angehörige, insbesondere Eltern, um Folgendes zu bitten: **Üben Sie bitte keinen Druck auf den Drogenberater und andere Personen aus. Versuchen sie nicht, mit allen möglichen Mitteln vertrauliche Information herauszukriegen:** Was der Drogensüchtige konsumiert und wie viel, wie lange und auf welche Art und Weise, ob er letzte Woche in der Beratung war und wann der nächste Termin vereinbart wurde, ob er vorhat, in eine Therapie zu gehen oder was der Drogentest ergeben hat usw.



Von einem rechtzeitigen Kontakt mit der Drogenberatung hält viele die Sorge ab, dass der Kranke die Behandlung selbst bezahlen müsse. Das ist nicht so. Fast alle Behandlungsarten werden von verschiedenen Kostenträgern bezahlt - von Krankenkassen, Rentenversicherungen, vom Jugendamt u.a. Andere (kostenpflichtige) Angebote sollten Sie immer sehr kritisch betrachten und immer gemeinsam mit Mitarbeitern einer (unentgeltlichen) Drogenberatungsstelle überprüfen!

11. Vor- und Nachteile der Substitutionsbehandlung

An dieser Stelle berichte ich kurz über die Substitutionsbehandlung, die für Heroinabhängige der Anfang einer Genesung bedeuten kann. Leider sind viele Drogenabhängige selbst und auch ihre Angehörigen mit dem Sinn dieser Methode kaum vertraut. Die meisten Menschen, die ihre Abhängigkeit von Opiaten beenden möchten, können dies nicht unmittelbar und nur mit Hilfe ihrer Entschlossenheit und Willenskraft erreichen. In diesem Fall wird dem Kranken angeboten, statt der illegalen Droge, einen legalen Drogenstoff - also eine Ersatzdroge - bei seinem Arzt oder in der Apotheke über eine festgelegte Zeitperiode zu bekommen. Das können zum Beispiel Methadon oder Subutex sein. Die Dosis oder die Art des Stoffs bestimmt der Arzt, indem er von dem Zustand des Patienten ausgeht. Weiterhin sollte die festgelegte Dosis unter ärztlicher Aufsicht, im Laufe der Behandlung, verringert werden, so dass die Substitutionsbehandlung im Idealfall 1 bis 2 Jahre oder im Einzelfall auch länger dauert.

Wenn man die Behandlung verantwortungsvoll und ernsthaft wahrnimmt, ohne gegen die Prinzipien des Behandlungsprogramms zu verstoßen, gewöhnt sich der Organismus des Behandelnden im Laufe dieser Zeit an eine Verringerung der Dosis und reagiert leichter auf die Beendigung der Ersatzmitteleinnahme. Entscheidend ist der Verzicht auf den begleitenden Konsum von anderen illegalen Drogen und von Alkohol. Wir sprechen hier von „Beigebrauch“. Es gibt auch eine Reihe anderer Argumente für die Ersatztherapie, die eine ausgesprochen wichtige Bedeutung für den allgemeinen Prozess der Genesung haben:

- Die Möglichkeit, die „Drogenszene“ zu verlassen, sich aus der kriminellen Umgebung zu lösen. Gleichzeitig wird die Verfolgung wegen Verstößen des Drogenabhängigen gegen das BTM-Gesetz (Betäubungsmittelgesetz) beendet und der Abhängige muss für den Erwerb von Drogen keine kriminellen Handlungen mehr begehen. Die Arznei, die in der

Regel ein Mal pro Tag ausgegeben wird, ermöglicht es, ein normales Leben anzufangen und ggf. eine Arbeit aufzunehmen

- Meistens übernehmen Krankenkassen die Bezahlung der Substitutionsbehandlung. Aber in jedem Fall ist der Preis der Ersatzarzneien mit dem Preis der illegalen Drogen nicht zu vergleichen. Akuter Geldmangel löst sich auf, man kann nun aufatmen;
- Die Gefahren, mit HIV oder Hepatitis infiziert zu werden und die Möglichkeit, andere für Drogenkonsumenten typische Krankheiten zu bekommen, gehen zurück. Wenn man schon infiziert ist, kann man nun entsprechende Maßnahmen planen und eine Behandlung anfangen;
- Endlich das Wichtigste: Der Mensch hat sich selbst überwunden. Der erste Schritt ist gemacht.

Für junge Menschen, die sich mit ihrer Krankheit nicht abgefunden haben und ihre Abhängigkeit überwinden wollen, kann die Substitutionsbehandlung als Vorbereitung von Entzug und Therapie eingesetzt werden. Gerüchte über das „schreckliche“ Methadon verfälschen meistens die Realität und sind nur noch eine Ausrede für die, die für eine Behandlung noch nicht bereit sind. Letztendlich wird ja niemand gezwungen, nicht einmal überredet, eine Substitutionsbehandlung anzufangen. Man bietet das nur an, und auch nicht allen.

Es muss aber auch gesagt werden, dass Methadon und andere Ersatzstoffe offensichtliche Nachteile haben:

- Jeder Ersatzstoff ist auch eine Droge.
- Methadon kann sogar stärker abhängig machen als Heroin.
- Methadon hat wie alle Medikamente Nebenwirkungen
- Rückfälle oder Beikonsum anderer Drogen bedeuten unter Methadonsubstitution ein erhebliches Risiko.

Aber wenn alles vernünftig und gewissenhaft gemacht wird, kann die Wirkung dieser negativen Faktoren minimiert werden. Denjenigen, die sich mit dieser für uns neuen Methode detailliert auseinandersetzen möchten, empfehle ich die bemerkenswerte Broschüre in russischer Sprache „Was soll man über die Substitutionstherapie wissen“ zu lesen (s. Anlage 4). Generell kann gesagt werden, dass sie nur bei starker, längerer andauernder Sucht angewandt werden sollte. Die Substitution von jungen Menschen (unter 21 Jahren), die erst seit kürzerer Zeit konsumieren ist nicht sinnvoll.

Und noch etwas über Substitutionsbehandlung. Natürlich gibt es auch hier schwarze Schafe im Behandlungssystem. Manche Ärzte legen keinen ausreichenden Wert auf die substitutionsbegleitende psychosoziale Betreuung (PSB) durch eine Drogenberatungsstelle. Oder der Arzt verfolgt nicht die rechtzeitige und konsequente Verringerung der Dosis, beobachtet die ständig „schmutzigen“ Urinproben des Kranken mit erstaunlicher Geduld (um nicht zu sagen – mit Gleichgültigkeit) und bespricht mit dem Kranken die weiteren Behandlungsstufen nicht eingehend genug. Die äußerst wichtige psychosoziale Betreuung wird eine leere Formalität (oder existiert nur auf dem Papier). Es kommen auch andere Unregelmäßigkeiten vor. Z.T. sind Praktiken zu beobachten die am Rande der Strafwürdigkeit liegen. Daher mein Rat: Alles, was mit der Substitutionstherapie verbunden ist (vor der Arztsuche) sollte man über eine Drogenberatungsstelle erledigen.

12. Schadensminderung

Damit ist die Vorbeugung der Erkrankungen, die den Drogenkonsum begleiten gemeint. Leider widmen Drogensüchtige und ihre Mitmenschen dieser Frage katastrophal wenig Aufmerksamkeit. Eine Drogenberatung wird von Drogensüchtigen oft erst zu einem späten Zeitpunkt des Konsums aufgesucht. Zu Hause fällt es den Eltern schwer, über andere (suchtbegleitende) Erkrankungen mit ihren Kindern zu sprechen. Diese wissen über diese Erkrankungen gewöhnlich nicht Bescheid und denken eventuell, dass z. B. HIV und Hepatitis nur ältere chronische Abhängige treffen. Die Gefahr sich zu infizieren ist jedoch dann am größten, wenn man noch keine Erfahrung hat, wenn Jugendliche dem Gruppendruck oder dem „Vorbild“ ihrer älteren Kumpel nicht widerstehen können und z. B. kein eigenes Besteck zum Heroinspritzen haben und ein fremdes benutzen. Das bedeutet, dass auch wenn der Jugendliche schon drogenabhängig aber noch nicht bereit ist eine Behandlung anzufangen, ist es wichtig ist mit ihm über Infektionsgefahren beim Drogenkonsum zu sprechen.

Verweigern sie sich nicht dem Gespräch, auch wenn von Ausstieg (noch) nicht die Rede ist. Machen sie dem Jugendlichen klar, dass er auch solange er Drogen konsumiert einiges tun kann um konsumbedingte Erkrankungen zu vermeiden. Möglicherweise haben Sie Glück und genau ein solches Gespräch mit dem Sohn oder der Tochter hilft, eine HIV Infektion zu verhindern. Ich muss oft hören, wie Eltern reagieren, wenn sie zu Hause eine Spritze finden: „Dass ich das zu Hause nie mehr sehe!“ Sie sollten verstehen, dass der Konsument immer an eine Spritze kommen wird. Ist es denn wirklich besser, dass ihr Kind in irgendeinem dunklen Park, im

Keller, im Schmutz konsumiert? Ich vermute schon die empörte Frage: „Sollen wir etwa zu Hause alle Bedingungen für den Konsum schaffen?!“ - Sicherlich nicht!! Entscheiden Sie selbst. Aber vergessen Sie nicht die Wichtigkeit der Schadensminderung!!! Ausführlicher können Sie sich in der Broschüre „Safer Use“ informieren (s. Anlage 4)). Nicht schlecht wäre es natürlich auch, wenn diese Broschüre „zufällig“ in die Hände der Person kommt, an die sie sich wendet.

13. Über die „Co-Abhängigkeit“

Diese Nebenerscheinung der Drogenabhängigkeit erscheint in unseren russischsprachigen Familien zumeist als ganz normal und wird nicht besprochen. Aufgrund der Besonderheiten unserer familiären Beziehungen, ihrer historischen und alltäglichen Traditionen, sind wir bereit, einen nahen Menschen zu retten, koste es was es wolle. Wir nehmen dabei persönliche Nachteile und Kränkungen in Kauf die viel weiter gehen, als es in Deutschland üblich ist und als es Fachleute empfehlen.

Der natürliche Wunsch zu helfen, zieht die Angehörigen allmählich in den Kreis alltäglicher Probleme des Drogensüchtigen hinein. Sie vertiefen sich jeden Tag mehr immer mehr in eine unendliche Menge von Bitten, Forderungen, Bedingungen, Drohungen, Konflikten, Versprechen, Hoffnungen. Ein sicheres Zeichen von Co-Abhängigkeit ist immer, wenn die Familienangehörigen (mehr) Verantwortung für das Suchtverhalten übernehmen, als der Süchtige selbst. Teilnahme am Schicksal des Drogensüchtigen verwandelt sich in eine Mittat, eine Co-Abhängigkeit. Indem Sie sich zu dieser verleiten lassen, verlieren Sie ihre eigene Freiheit und Unabhängigkeit, ihr inneres Gleichgewicht und ihre gewohnte Lebensweise. Sie berauben andere Familienmitglieder der notwendigen Aufmerksamkeit, obwohl Sie vielleicht denken, dass diese es sind, die sich von Ihnen entfernt und Sie alleine in der Not zurückgelassen haben.

In einem co-abhängigen System beginnt der Abhängige, da er sieht, dass alle sich um ihn herum drehen, sich immer mehr als Zentrum dieses Universums zu fühlen. Indem er seine kleinen spontanen Schwierigkeiten auf Kosten Ihrer Liebe regelt, gewinnt er an Sicherheit, dass es immer so sein wird. Ihre übertriebenen Bemühungen und überflüssigen „Opfergaben“ bringen ein gegensätzliches Ergebnis: Der Drogensüchtige wird nichts tun, da seine gegenwärtigen Wünsche ja auch ohne seine Mitarbeit erfüllt werden. Faktisch gesehen bekommt er eine Hilfe beim Konsum! Er hat keinen einzigen Grund heute schon den ersten Schritt zur Behandlung seiner

Krankheit zu machen. Das ewige: „Ich bin ja krank!“ ist nichts mehr als eine Ausrede. Wenn du krank bist – stehe auf und gehe in die Behandlung!!! Man wird dir helfen! Du musst nur wollen! Solange dieser Wunsch noch nicht da ist, ist Ihre wichtigste Aufgabe, Worte und Argumente zu finden, die gehört werden. Versuchen Sie zu überzeugen, nicht zu zwingen. Die Motivation zur Behandlung zu fördern ist die wichtigste Hilfe in dieser Zeit.

14. Über die Grenzen der Hilfe

Wie soll man sich dem Teenager gegenüber verhalten, wenn er drogenabhängig ist? Wo liegen vernünftige Grenzen einer Hilfe? Oder muss sie kein Ende haben? Man sollte nicht für den Drogensüchtigen nach Auswegen aus Schwierigkeiten und unangenehmen Situationen suchen, die wegen seiner Sucht entstanden sind. Dieses Prinzip kann als „Hilfe ohne Hilfe“ bezeichnet werden. Der Sinn dieser harten Einstellung besteht darin, der kranken Person zu ermöglichen die Konsequenzen ihres Verhaltens selbst zu erkennen.

Oft argumentieren die Eltern: Wenn wir nicht helfen, schmeißt man ihn aus der Schule raus. Wenn wir eine Strafe oder Rechnung nicht bezahlen, werden die Probleme immer größer, und sein Telefon wird ausgeschaltet, seine Angelegenheit kommt vor Gericht, er verliert seine Wohnung oder bleibt ohne Versicherung usw. – es gibt dutzende Varianten. Wenn wir ihm kein Geld für Drogen geben, wird er stehlen und kommt ins Gefängnis! Eltern meinen, dass sie die Verantwortung für diese Folgen einer Suchterkrankung haben. Das tun sie nicht! Sie Sucht ist verantwortlich. Wenn der Abhängige seine Erkrankung nicht bekämpft, kann ein Gefängnis-aufenthalt die Folge sein. Das muss nicht das Ende der Welt bedeuten: Für Manchen kann eine Gefängnisstrafe positive Veränderung bringen. Der Paragraph 35 des BTM -Gesetzes sieht das Programm „Therapie statt Strafe“ vor, also den „Ersatz“ einer Freiheitsstrafe durch eine Drogentherapie. Das heißt also, dass Sie durch die „falsche“ Unterstützung (vor allen Dingen durch Geld) eventuell den Zeitpunkt der Erkenntnis etwas gegen die Abhängigkeit tun zu müssen verschieben. Klare Regeln, die transparent sind und konsequent angewandt werden, können dagegen einen Impuls zur Veränderung geben.

Was kann das für die Eltern im praktischen Sinn bedeuten? Sie sollten keinem Versprechen glauben, sich nicht zu Dingen überreden lassen, die sie nicht tun wollen, sie sollten nicht auf Druck und Erpressung eingehen. Sie entschuldigen nicht die Abwesenheit in der Schule, in der Lehre, am Arbeitsplatz. Sie sollten den Abhängigen nicht vor Freunden und Familienmitgliedern

decken – nicht für ihn lügen. Sie sollten für ihn keine Strafen bezahlen, nicht seine Schulden tilgen. Sie sollten ihm nicht mehr Geld geben als er für seine dringenden menschlichen Bedürfnisse braucht. Sie sollten seine Aufgaben und Pflichten nicht übernehmen.

Um zu helfen, muss man sich von der Co-Abhängigkeit befreien. Man darf kein Spielzeug in den Händen des Süchtigen sein, man darf sich nicht manipulieren lassen. An einem bestimmten Punkt sollte man Bedingungen, etwa das gemeinsame Wohnen betreffend, absprechen und diesen dann ohne abzuweichen folgen. Ein Leitsatz könnte lauten: Mein Leben gehört nur mir, ich lasse mich nicht schlecht behandeln und ausnutzen. Meine Möglichkeiten auf den Süchtigen Einfluss zu nehmen sind gering. Ich entscheide, was ich für den Süchtigen tue und was nicht - ohne ihm meine Liebe zu entziehen. Diese Regeln gelten bis zum Zeitpunkt, dass er in die Behandlung geht.

Ich weiß, dass eine solche Konsequenz schwierig und manchmal schmerzhaft und schrecklich ist. Aber, ich bitte um Entschuldigung, Sie haben keinen anderen Ausweg, keine Alternative! Nur wenn der Süchtige bewusst und freiwillig die Entscheidung trifft, sich von seiner Abhängigkeit zu befreien, wenn er konkrete Schritte gemacht hat, dann sind Hilfe und Unterstützung, notwendig und effektiv. In dieser Periode sind alle positiven Emotionen, jedes ermutigende Wort, Lob und Wohlwollen sehr wichtig und nützlich.

Natürlich ist es sehr schwierig, mit Drogenabhängigen umzugehen, wenn Sie diese Grenzen Ihrer Hilfe bewahren. Es erfordert von Ihnen Geduld, Selbstsicherheit, Selbstbeherrschung, Mut, Wissen und Erfahrung. Aber die Hoffnung auf seine Genesung geben Ihnen Standhaftigkeit und Kraft. Außerdem kann ich empfehlen, eine Selbsthilfegruppe für Angehörige zu besuchen. Solche Gruppen heißen auch „Eltern helfen Eltern“.

15. Selbsthilfegruppen für Eltern und Familienangehörige

Das Angebot, an der Arbeit einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen, erweckt bei unseren Landsleuten eine große Verwunderung und großes Misstrauen. Suchtmittelabhängigkeit betrachtet man bis heute als ein Laster, eine Schande, aber nicht als Krankheit. Der Wunsch, die Probleme im Familienkreis zu lösen, zwingt die Familie in Einsamkeit und Isolation. Eine Last die kaum zu tragen ist. Niemand wagt, seine privaten Probleme öffentlich zu besprechen, Außenstehenden über seine Familiensituation zu erzählen. Einwände gegen den Besuch einer Selbst-

hilfegruppe sind oft: „Ich würde schon hingehen, aber ich habe Angst, dort meinen Bekannten zu begegnen“, „Mir kann niemand etwas Neues sagen – ich lebe mit dem Problem schon viele Jahre lang“, „Wozu brauche ich fremdes Leid – mein eigenes ist mir genug!“

Um diese inneren Barrieren zu überwinden, muss man sehr lange und geduldig erklären, warum der Besuch in solchen Selbsthilfegruppen behilflich sein kann. Die Mehrheit der Eltern und Partner wollen nichts über irgendeine „Co-Abhängigkeit“ hören, weil sie nicht mehr merken, dass die Hilfe die sie dem Süchtigen bieten eigentlich erzwungen und erpresst ist. Manche Angehörigen wissen, dass sie nach Belieben manipuliert werden, halten es aber nicht für möglich (und nicht nötig), dass auch sie ein Recht auf ein eigenes normales Leben haben. „Wozu brauche ich das, wenn mit meinem Kind so was passiert ist?“

Viele denken auch nicht daran, wie wichtig es ist, die eigene geistige und die physische Gesundheit zu erhalten, um für den Drogensüchtigen eine zuversichtliche Stütze im Laufe der schwierigen und langen Behandlung zu werden. Viele sehen, dass ihre Versuche zu helfen nicht das erwünschte Resultat bringen, wissen sich aber nicht zu helfen. Die Beteiligung an einer Selbsthilfegruppe kann ein Anstoß sein, die eigenen Ansichten noch einmal zu überprüfen, das bestehende System der Familienbeziehungen zu ändern. Der Meinungs- und Erfahrungsaustausch deckt nicht nur Entgleisungen und Fehlritte auf, sondern hilft auch der Last der Einsamkeit zu entfliehen und Unterstützung durch Menschen zu bekommen, die in einer ähnlichen Situation sind, die aber nicht aufgegeben haben, nicht niedergeschlagen sind, die versuchen, ihre Selbstsicherheit wieder zu erlangen. Die ersten Treffen verlaufen natürlich nicht einfach – alle sind verschlossen, misstrauisch, alle wollen mehr zuhören als sprechen. Mit der Zeit vergeht diese Vorsicht, die Menschen leben auf und eine aktive Unterhaltung beginnt. Manchmal auch eine viel zu aktive – nicht alle können dem Gesprächspartner geduldig zuhören, sind zu ungeduldig, reagieren verletzt auf jede Kritik. Wahrheit entsteht in solchen Diskussionen kaum – es gibt keine allgemeingültigen Regeln für die Beziehungen zwischen der Familie und dem Abhängigen, keine für alle gleichwertig akzeptable Verhaltensweisen. Aber Menschen, die ähnliche Probleme, ein gemeinsames Ziel und eine gemeinsame Hoffnung haben, verstehen einander einfacher und finden schneller eine gemeinsame Sprache.

Übrigens, zur Sprache. Man kann sich sicherlich vorstellen, dass eine russischsprachige Selbsthilfegruppe eine Seltenheit ist. Deswegen rate ich allen, die so eine Gruppe besuchen wollen, selbst die Initiative zu ergreifen und ohne große Formalitäten und offizielle Unterstützer selbst eine Gruppe zu gründen. Zweifellos findet sich in jedem Wohngebiet irgendeine Organi-

sation, Kirche oder Firma, die einwilligt, 1 bis 2 Mal pro Monat einen Raum zur Verfügung zu stellen. Wenn keine Notwendigkeit (oder Möglichkeit) da ist, eine russischsprachige Gruppe zu besuchen, wenden Sie sich an eine deutsche Selbsthilfegruppe. Seien Sie nicht verlegen, versuchen Sie es einfach! Das bringt Ihnen zusätzliche Informationen, emotionale Entspannung und Unterstützung. Sie werden merken, dass Sie wieder an ihre eigene Kräfte glauben, und die Welt ihre Farben und Konturen zurückbekommt.

16. Fragwürdige kommerzielle Angebote zur Abhängigkeitsbehandlung

Vielfach ist bei Angehörigen und manchmal auch bei Abhängigen eine Vorliebe zu alternativen, besser gesagt, kommerziellen Angeboten für die Behandlung der Abhängigkeit zu beobachten. Hier spielt die verbreitete Tendenz der Drogenabhängigen, einen leichten und schnellen Weg aus der Abhängigkeit zu suchen, Unwissenheit bezüglich des Suchthilfesystems und eine gewisse Naivität der Eltern eine große Rolle. Es ist sicherlich nachvollziehbar, dass derjenige der das offizielle deutsche Suchthilfesystem nicht kennt, nach diversen kommerziellen Angeboten, von denen die lokale russischsprachige Presse voll ist, greift. Viele glauben wirklich daran, dass jemand eine einmalige, sofort wirksame Methode zu Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen erfunden hat!

Wenn so etwas geschehen würde, würde die ganze Welt davon erfahren, die Anbieter erhielten einen Nobelpreis und würden es nicht nötig haben Werbeanzeigen in Zeitungen zu veröffentlichen. Ich dränge keinem meine Meinung auf. Jeder hat das Recht selbst zu wählen. Deshalb habe ich auch auf den vorhergehenden Seiten vom offiziellen Suchthilfesystem und den Prinzipien seiner Arbeit berichtet. Aber bedenken sie: Kommerzielle Werbung ist nicht realistisch und nicht zurückhaltend – man verspricht eine beinahe garantierte Heilung und fantastische Erfolgsquoten. Und wenn dann nach einer Behandlung das erwartete Ergebnis nicht eintritt, entsteht das Gefühl der absoluten Hoffnungslosigkeit: „Wenn mir nicht mal das geholfen hat, dann bin ich verloren“. Nein, das ist nicht so. Erstens gibt es keine verlorenen Menschen. Zweitens ist es möglich, dass Sie nicht richtig und nicht in geeigneter Form behandelt wurden. Und drittens, sogar wenn der klassische Weg (Drogenberatung -Entgiftung -Therapie) absolviert und die Abhängigkeit doch nicht überwunden wurde, bedeutet das nur, dass es nicht der richtige Zeitpunkt war.

Von 100 Süchtigen, die in die Beratung gehen, haben ca. 33 Erfolg, 33 erleben eine Verbesserung und Hilfe für weitere Schritte und 33 sind aktuell nicht erfolgreich. Aber vielleicht gelingt in ein paar Monaten oder in einem Jahr der nächste Schritt. Man darf die Hoffnung nicht verlieren und nicht aufgeben, solange die Sucht nicht bewältigt ist.

17. Zur Vermeidung zusätzlicher Probleme

Nun versuche ich, Angehörige vor einem oft wiederholten Irrtum zu warnen. Einen Menschen der sich gerade unter der Wirkung eine Droge befindet oder an Drogenabhängigkeit leidet, kann man nicht als einen gesunden, seine Handlungen vollkommen kontrollierenden Menschen bezeichnen. Es ist wichtig zu berücksichtigen, dass die Abhängigkeit zu einer schweren Veränderung des menschlichen Wesens führt, und den Charakter und die ethischen Normen und Werte des Menschen grundsätzlich verändert. Sucht ist eine Krankheit und in Folge dieser verändern sich auch hirnpfysiologische Abläufe und Regelmechanismen des zentralen Nervensystems. Die Sucht ist stärker als Angst, Scham, Liebe, Hass, Willen... der klügste, ehrlichste, anständigste Mensch kann ganz unerkennbar und unsteuerbar werden, fähig zu undurchdachten, wilden, unglaublichen Taten. Es kommen Momente vor, in denen Drogensüchtige keine Konsequenzen, keine Strafen, kein Leiden von anderen Menschen – buchstäblich nichts – beeinflussen kann! Angehörige müssen das nicht nur verstehen, sie müssen immer daran denken und lernen, damit umzugehen.

Was bedeutet das für das alltägliche Leben? Lassen Sie kein Geld, keine Schmuckstücke, Wertgegenstände, Bankkarten, Unterlagen ohne Aufsicht. Wenn Geld verschwindet, ist es selbstverständlich unangenehm (wenn es dazu noch eine große Summe ist). Aber es gibt noch mehr zu bedenken. Immerhin muss ein Mensch, sogar wenn er abhängig ist, um einer Vertrauensperson Geld zu stehlen, eine bestimmte innere Barriere überwinden. Wenn diese Barriere einmal überwunden wurde, werden ein Diebstahl im Geschäft oder ein Raubüberfall leichter begangen. Deswegen seien Sie aufmerksam und bieten keine Gelegenheit zum ersten Diebstahl! Ich brauche nicht zu erwähnen, dass eine größere Summe, die in die Hände des Abhängigen kommt, ihn zu einer akuten Dosiserhöhung oder einer Steigerung der Häufigkeit der Einnahme führen kann. Möglich ist auch der Ankauf einer größeren Menge Drogen mit dem Ziel des weiteren Verkaufs, was schwere Konsequenzen nach sich ziehen kann – laut BtmG ergeben nach solchen Verbrechen in der Regel harte Strafen.

Lassen Sie auch keine Autoschlüssel unbeaufsichtigt liegen. Gerade wenn Sie in einer kleineren Stadt wohnen kann es passieren, dass der Abhängige seine Dosis gerade dann braucht, wenn die öffentlichen Verkehrsmittel ihre Betriebspause haben oder wenn er zum Dealer in eine andere Ortschaft fahren muss. Und um diese 10 bis 20 Kilometer zu überwinden kann das Auto zum einzigen Mittel werden. Heutzutage kann fast jeder Teenager mit 15 bis 16 Auto fahren (oder er meint es zu können). Wenn er seine Dosis braucht, können ihn die offen liegenden Autoschlüssel zu einer vom Standpunkt eines gesunden Menschen aus idiotischen Tat veranlassen. Die fehlende Fahrerlaubnis wird ihn nicht aufhalten! Auf dem Weg kann ein Unglück passieren (besonders auf dem Rückweg, wenn die Droge anfängt zu wirken). Nicht nur der Teenager, sondern auch fremde Menschen können dabei verletzt werden – ganz abgesehen vom entstehenden Sachschaden.

Was kann man noch raten? Wenn sie wissen, dass der Sohn oder die Tochter Drogen konsumiert, lassen Sie dies ihre Verwandten und Freunde umgehend wissen, so dass sie ihm oder ihr keinesfalls Geld leihen. Natürlich wird es unangenehm, darüber zu sprechen, aber noch unangenehmer wird das Gespräch sein, wenn der Teenager das Geld geborgt hat und die Rückgabefristen schon vor langer Zeit vergangen sind. Familien, in denen Sucht auftritt, neigen stets dazu, diese Sucht gegenüber anderen nahen Menschen zu verheimlichen. Dies ist ein systematisches Verhalten, welches nicht hilfreich ist, sondern Isolation und Unfreiheit fördert und Impulse von außen verhindert!

Hoffen Sie auch nicht auf die Unzugänglichkeit Ihres Bankkontos. Mit einer Bankkarte in der Hand gelingen jungen Könnern Betrügereien, die die erfahrensten Bankarbeiter staunen lassen. Daher bewahren Sie ihre Bankkarten und andere Dokumente sehr sicher auf. Suchtkranke Menschen sind in ihren Versuchen, das Versteckte (Geld, Schlüssel, Bankkarten) zu finden, manchmal fast genial und erfinderisch. Der Antrieb dafür ist das Verlangen nach der Droge. Aber treffen Sie bitte solche Vorsichtsmaßnahmen nicht ohne den Abhängigen einzuweihen, ohne Ihre Gründe zu erklären – wozu überflüssige Streitereien und Beleidigungen? Er hat ein Recht darauf informiert zu werden.

Ich bitte sie darum, all diese Warnungen zur Kenntnis zu nehmen, damit Sie später nicht staunen müssen: „Ich hätte mir so etwas nie vorstellen können!..“ oder „Wir hätten sogar in einem Alptraum nicht gedacht, dass er dessen fähig ist...“

Anlage 1

Merkmale des Drogenkonsums

- Unerwartete Aggressivitäts-, Irritationserscheinungen, Grobheit. Schlagartig ändert sich der Charakter des Jugendlichen und sein Verhalten;
- Akuter Stimmungswechsel;
- Einstellungen zum Leben, zu Ereignissen, zu Mitmenschen ändern sich;
- Gleichgültigkeit gegenüber dem eigenen Äußeren der Ordnung, Sauberkeit, sogar der eigenen Hygiene;
- Verschlechterung des physischen Zustands, der Gesundheit, des Äußeren;
- Veränderung der Esszeiten, Essweise, Geschmacksgewohnheiten;
- Der Umgang ändert sich, neue Bekannten kommen dazu, die Anzahl der Telefonate steigt; bemerkbar ist das Streben, sie ohne Zeugen zu führen;
- Entstehung verschiedener Probleme in der Schule, auf der Arbeit, in anderen Tätigkeitsbereichen. Leistungsabfall, Gleichgültigkeit gegenüber dem eigenen Lebensplan
- Schlafstörungen, Änderung des Schlafcharakters;
- Veränderungen in der Rede, Gangweise, Körperhaltung;
- Veränderung der Pupillengröße. Verlangsamte Pupillenreaktion bei einer akuten Veränderung der Beleuchtung;
- In der Wohnung sind irgendwelche neuen Gerüche, die Kleidung des Jugendlichen riecht auch anders. Regelmäßig tauchen „seltsame“ Gegenstände auf: Verpackungen von Arzneien, kleine gläserne Fläschchen, Folienstücke, kleine Cellophanpäckchen, Röhrchen, verrostete Löffel usw.
- Der Geldmangel verschärft sich. Auf „unerklärbare“ Weise verschwinden verschiedene Sachen aus dem Haus, darunter auch die eigene Kleidung des Jugendlichen. Aber manchmal hat er plötzlich größere Summen und teure Sachen;
- Er hat Spuren von Spritzen, Eiterbeulen, kleine zerriebene Wunden.

Bitte geraten sie nicht direkt in Panik, wenn Sie derartige Veränderungen im Verhalten oder Äußeren des Teenagers entdecken. Sie können auch entwicklungsbedingt sein. **Sogar wenn einige Merkmale zusammenkommen, bedeutet das noch nicht, dass der Grund Drogen sind.** Es ist aber wichtig zu signalisieren, dass Sie mit erhöhter Aufmerksamkeit mit dem Jugendlichen umgehen - unabhängig von Ihrer Müdigkeit, Belastung, Laune oder Ihrem Allgemeinbefinden.

Anlage 2

Ratschläge für Eltern

- Lügen Sie sich selbst nicht an, versuchen Sie nicht, beruhigende Erklärungen für verdächtige Umstände auszudenken;
- Versuchen Sie nicht, von Ihren Mitmenschen das Problem zu verstecken, verlieren Sie keine Zeit und Kraft damit;
- Bitten Sie sie um Rat und fragen zeitnah nach Hilfe. Es ist besser, das zu früh zu machen, als zu spät;
- Fragen Sie nur anerkannte Fachleute nach Hilfe! Vertrauen Sie nicht übertrieben optimistischen Versprechen und unseriösen Anzeigen;
- Vertrauen Sie nicht auf Heilsversprechungen von Sekten oder kommerziellen medizinischen Anbietern
- Versuchen Sie den Drogensüchtigen mit Hartnäckigkeit und Geduld zu überzeugen, dass er Fachleute einer Beratungsstelle anspricht und eine Behandlung wahrnimmt;
- Beachten Sie, dass eine Beratungsstelle Ihnen auch bei der Lösung rechtlicher, finanzieller, sozialer, familiärer Probleme oder Problemen mit Schulden, Wohnung u. a. helfen kann.
- Üben Sie keine Gewalt aus, drohen Sie nicht, machen Sie keine Skandale, Durchsuchungen, Verfolgungen. Verletzen Sie nicht die gesetzlich garantierten Rechte. Tasten Sie die Würde des Menschen nicht an! Das ist ein Kampf, aber ein Kampf mit Regeln;
- Versuchen sie alles, um zu dem Abhängigen eine gute, vertrauensvolle Beziehung aufrechtzuerhalten;
- Erwarten sie nicht, dass Ihre Bemühungen vom Drogensüchtigen immer mit Verständnis und Enthusiasmus aufgenommen werden;
- Vergessen Sie nicht, dass Drogenabhängigkeit eine Krankheit ist, und Ihr Mitmensch an dieser leidet. Er ist ein kranker Mensch und kein Monster oder Feind;
- Vergessen Sie nicht, Sie kämpfen gegen die Krankheit, gegen die Abhängigkeit, und nicht gegen den Menschen selbst. Zorn und negative Emotionen können nur auf Drogen gerichtet werden. Enttäuschungen und Verletzungen dürfen keine Oberhand über Liebe und Vernunft gewinnen;
- Nehmen Sie zur Kenntnis, dass diese Krankheit den Menschen, seine Moral, Werte, Denkweise, seinen Charakter und seine Willenskraft verändert;
- Lagern Sie ihr Geld, ihre Wertsachen, Autoschlüssel, Dokumente usw. an einem unzugänglichen Ort. Früher oder später kann der Abhängige der Versuchung nicht mehr widerstehen und überschreitet die gefährliche Grenze;
- Geben Sie dem Drogensüchtigen niemals Geld! Zahlen Sie nicht seine Rechnungen und Strafe. Lösen Sie nicht seine materiellen Probleme, die aufgrund der Abhängigkeit entstanden sind! (Ausnahme: nach erfolgreicher Therapie in Absprache mit der Beratungsstelle, etc.)
- Versuchen Sie nicht, die Person von Schwierigkeiten in der Schule, auf der Arbeit, bei Ämtern zu befreien, wenn sie mit dem Drogenkonsum zu tun haben;
- Seien Sie konsequent in Ihren Vorhaben und Versprechen;

- Je klarer die reale Situation erfasst wird, desto schneller beginnt der Mensch, nach einem Ausweg zu suchen, desto stärker wird die Motivation zur Veränderung, desto effektiver werden Hilfe und Behandlung;
- Unterstützen Sie jede, sogar die geringste Bemühung zur Überwindung der Abhängigkeit;
- Stellen Sie sich nicht gegen einen längeren Aufenthalt in einer Therapieeinrichtung. Das ist kein Zeitverlust in Bezug auf Arbeit, Familie, Bildung, sondern eine beträchtliche Chance für die Genesung und die Rettung des Lebens des Abhängigen;
- Solange die Abhängigkeit nicht überwunden ist, informieren sie über und achten auf die Einhaltung der Grundlagen der Schadensminderung, Hygieneregeln, Schutz vor HIV und Hepatitis;
- Tun Sie etwas! Von selbst ändert sich nichts! Sogar wenn die Lage scheinbar unverändert bleibt, ist es in der Wirklichkeit nicht so. Drogen lassen keine Stabilität zu: Entweder versucht der Mensch sich davon zu befreien oder fällt er immer tiefer;
- Hören Sie nie auf zu versuchen dem Angehörigen zu helfen, seine Abhängigkeit zu überwinden; verlieren Sie nicht die Hoffnung;
- **Ganz wichtig: Lernen Sie sich um sich selbst zu kümmern, achten Sie auf Ihre eigene Gesundheit, Ihr eigenes Wohlbefinden und geben Sie damit ein Beispiel für gesunde Lebensgestaltung.**

Natürlich hat jede Hilfe einen individuellen Charakter, aber es gibt immerhin allgemeine Empfehlungen, die man berücksichtigen sollte. Dies sind nur Anregungen und man kann nicht darauf bestehen, dass ihnen gefolgt wird. Aber ein Versuch, ihnen zu folgen, kann helfen, viele Fehler zu vermeiden.

Anlage 3

Ein Wort an die Jugendlichen ²

Vielleicht verstehst du nicht, warum viele in die Hölle geraten, die „Drogensucht“ heißt? Der Mensch ist sich selbst kein Feind, er würde sich bewusst keiner Lebensgefahr aussetzen! Warum funktioniert im Falle der Sucht der uns innewohnende Selbstschutzzinstinkt nicht? Wie kann man, ohne Verbote und ohne Angst einzuflößen, verhindern, dass du Drogen nimmst?

Es ist unerträglich anzuschauen, wie Schicksale gebrochen werden, wie Gesichter der Süchtigen grau werden, erstarrt in Hilflosigkeit und Leiden, wie das Unglück als eine unerträgliche

² Ich füge diese Anlage als Ergänzung in die Broschüre ein. Entscheiden Sie selbst, ob Sie diese Anlage Ihren Kindern zur Verfügung stellen möchten.

Last, auf die Schultern der Familie fällt, wie ganz junge Menschen sterben! Natürlich spricht der, der versucht dir Drogen anzubieten, ganz anders. Er flüstert dir irgendeinen Unsinn ins Ohr über die Freiheit der Wahl, über den Reiz des Risikos, darüber dass man alles im Leben ausprobieren muss, über ungewöhnliche Empfindungen der Leichtigkeit und des Fliegens... Und wenn du zu verstehen beginnst, dass all das Blödsinn ist, und dass Drogen nie natürliche menschliche Freuden, Vergnügen und Erfolge ersetzen können, kann es schon zu spät sein...

Die anfängliche Leichtigkeit der Drogenwirkung verwandelt sich bald in eine schwierige, unaufhörliche Suche nach Geld und Drogen, die mythische „Freiheit“ wird zu einer blöden und trüben Sklaverei, die Abhängigkeit von der Droge und von dem, der sie dir verkauft, und die Suche nach neuen Empfindungen werden zu einer langsamen und qualvollen Selbstvernichtung. Muss man wirklich alles im Leben ausprobieren? Letztlich kommt doch niemand auf den Gedanken, einen grünen Knollenblätterpilz oder Hundekot zu probieren? Aber Drogen sind ebenso giftig und unappetitlich!!!

Offensichtlich wissen viele einfach nicht, was aus dem werden kann, der heute seine erste Dosis probiert hat (ohne nachzudenken, aus Neugier, „mitgemacht“, wie im Spiel – bei jedem ist es unterschiedlich). Doch wenn das Spiel Alltag wird schleicht sich schnell Gewohnheit ein. Im Ergebnis kann es zu **einer schweren physischen und psychischen Abhängigkeit führen**. Deshalb ist jeder verpflichtet, die Wahrheit von Anfang an zu wissen. **Die Wahrheit darüber, wie ein Drogensüchtiger lebt**. Damit du später nicht dich selbst und deine Verwandten anzulügen musst, versuche ehrlich die folgenden Fragen zu beantworten:

- *Triffst du deine Wahl wirklich bewusst und selbstständig?*
- *Bist Du bereit für unvermeidliches und sinnloses Leiden?*
- *Interessieren Dich dein eigenes Leben und Schicksal wirklich nicht?*

Hier sind einige Facetten im Leben eines Drogensüchtigen

- Drogen kann man nicht in der Apotheke auf Rezept erhalten. Drogen kann man nur illegal erwerben;
- Manchmal werden einem in einer Gruppe kostenlos Drogen angeboten. Beim nächsten Mal kosten sie dann aber Geld. Die Häufigkeit der Einnahme und die Dosis steigern sich, eventuell wird das Bedürfnis nach einer stärkeren Droge geweckt. Aber Drogen kosten viel Geld. Dementsprechend wird der Geldmangel jeden Tag akuter;

- Wenn das vorhandene Geld nicht mehr ausreicht, müssen die Mittel für Drogen betrügerisch und kriminell erworben werden: Diebstähle, Prostitution, Dealen usw.
- Die Gedanken an Drogen werden aufdringlich. Das, was früher wichtig war interessiert einen plötzlich nicht mehr. Der körperliche und seelische Gesundheitszustand verschlechtert sich – im Organismus finden physiologische Veränderungen statt, die zur schweren Krankheit führen können. Die Experimentierlust oder Gewohnheit geht in Abhängigkeit über;
- Das Leben des Drogenabhängigen dreht sich nur noch um die Fragen: Geld beschaffen – Drogen beschaffen – Drogen einnehmen. Der gewohnte Tagesablauf, feste Essens- und Schlafzeiten existieren nicht mehr;
- Neben Drogenkonsum und Beschaffung bleibt keine Zeit mehr für Dinge wie: Lehre, Schule, Arbeit, Sport, Autofahren, Reisen und andere Hobbys
- Um die Umwelt zu täuschen müssen nahe Verwandte und Freunde belogen und betrogen werden.
- Der Drogenabhängige entfremdet sich in seiner Lebensweise von seiner Umwelt. Sogar unendlich liebende und geduldige Eltern können nicht immer Lärm, Dauertelefonate oder einen den ganzen Tag lang schlafenden Menschen aushalten;
- Als Ergebnis werden die Beziehungen zu den Eltern, Angehörigen, Freunden zerstört. Angehörige können manchmal den eigentlichen Grund der Veränderungen nicht verstehen, sie erkennen die offensichtlichen Symptome der Krankheit nicht und versuchen deswegen die Situation mit Druck, Skandalen, Verboten und Drohungen zu ändern.
- Vielfach zerbricht das Band zwischen Abhängigen und Eltern und der Abhängige muss ausziehen und ist zusätzlich einer unsicheren Wohnungssituation und den Gefahren der Obdachlosigkeit ausgesetzt.
- Das Privatleben eines drogensüchtigen Menschen besteht oft aus Schwierigkeiten und Enttäuschungen. Mehr oder weniger „normale“ menschliche Beziehungen hat er oft nur noch in der so genannten „Drogenszene“. Aber die Beziehungen dort sind eher geschäftlich und erzwungen als freundschaftlich und aufrichtig. Der Umgang mit dem Rest der Welt wird dadurch erschwert, dass man gemeinsame Interessen verliert, eine deprimierte Stimmung und eventuell ein vernachlässigtes Äußeres aufweist.
- Drogenabhängige Menschen haben oft Probleme mit der Polizei. Selbst wenn es aufgrund des Jugendstrafrechtes oder aus anderen Gründen nicht unmittelbar zu Haftstrafen kommen muss, sollte man sich nicht täuschen lassen: Alle, auch die vermeintlich geringen Rechtsbrüche, werden erfasst und fließen in die Strafmaßfestsetzung bei späteren Verfahren mit ein.
- Drogenabhängige Menschen werden oft krank. Drogenabhängigkeit ist selbst schon eine schwere Krankheit. Dazu kommen aber mit dem Konsum assoziierte Folgeerkrankungen (wie Infektionen oder Abszesse) und Erkrankungen welche auf eine geschwächte Allgemeinverfassung durch den Drogenkonsum zurückzuführen sind. Heilbehandlungen gestalten sich ggf. aufwendiger, da die Wirksamkeit einiger Medikamente aufgrund des Drogenkonsums eingeschränkt ist.

So ist die Wirklichkeit.

Denk nach.

Anlage 4

Empfohlene Broschüren (eine Auswahl)

- „Ein Angebot an alle, die einem nahe stehenden Menschen helfen wollen“
Deutsche Hauptstelle gegen die Suchtgefahren e. V., Tel.: 02381 / 90 15 0, Hamm
- „Drogen nehmen?“
Deutsche Hauptstelle gegen die Suchtgefahren e. V., Tel.: 02381 / 90 15 0, Hamm
- „Was soll man über die Substitutionstherapie wissen – eine Anleitung für alle, die Drogen konsumieren und die Substitutionstherapie machen wollen“
J.E.S. Osnabrück – Drogenselbsthilfe, Tel.: 0541 / 28 91 3
- „Hepatitis und Drogen“. Wichtige Information - Krankheitsverlauf und Behandlung.
J.E.S. Osnabrück – Drogenselbsthilfe, Tel.: 0541 / 28 91 3
- „Safer use. Richtig spritzen leicht gemacht“
Deutsche AIDS-Hilfe e. V., Tel.: 030 / 69 00 87 56, Berlin.
- „HIV und AIDS“.
Deutsche AIDS-Hilfe e. V., Tel.: 030 / 69 00 87 56, Berlin.
- „Substitutionstherapie“ Informationen für Drogenabhängige und Substituierte.
Deutsche AIDS-Hilfe e.V., E-Mail: dah@aidshilfe.de
- Heroinabhängig? Was muss ich wissen?
Mudra. Alternative Jugend- und Drogenhilfe e.V. Nürnberg, Tel.: 0911 / 20 59 74 4 oder 0911 / 19 23 7
- „Drogenprobleme? Was dagegen tun?“
Mudra. Alternative Jugend- und Drogenhilfe e. V. Nürnberg, tel. 0911 / 20 59 74 4 oder 0911 / 19 23 7

Diese Broschüren sind in russischer und deutscher Sprache erhältlich.

Anlage 5

Empfohlene Adressen (kein Anspruch auf Vollständigkeit - Angaben nach Stand 11/2013)

Russischsprachige Angehörigengruppen in Berlin:

- vista – drogen- und Suchtberatung Marzahn-Hellersdorf, Allee der Kosmonauten 47, 12681 Berlin
Ansprechpartner: Michail Dubrovskij, Tel.: 0152 / 03 36 12 75
- StadtRand – Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte, Perleberger Str. 44, 10559 Berlin
Ansprechpartner: Michail Dubrovskij, Tel.: 0152 / 03 36 12 75

Bundesweite Telefonhotline (nicht russischsprachig):

- Sucht und Drogen Hotline (rund um die Uhr), Tel: 01805 / 31 30 31 (14 ct / min.)



Beratungsstellen mit russischen Sprachkenntnissen im Bundesgebiet:

- **Bad Essen:**

Ökumenische Beratungs- und Behandlungsstelle, Lindenstr. 48, 49152 Bad Essen,
Tel.: 05472 / 97 97 07

- **Bad Salzuflen:**

Blaukreuz-Zentrum e.V., Steege 14b, 32105 Bad Salzuflen, Tel.: 05222 / 69 14

- **Berlin:**

- vista – Misfit (Kreuzberg) , Cuvrystr.1, 10997 Berlin, Tel: 030 / 69 81 40-0
- vista – Drogen- und Suchtberatung Marzahn-Hellersdorf, Allee der Kosmonauten 47, 12681 Berlin, Tel: 030 / 290 278-181
- vista – Confamilia (Neukölln), Lahnstr. 84, 12055 Berlin, Tel.: 030 / 68 97 72 90-0

- **Bersenbrück:**

Psychosoziale Beratungsstelle des Caritasverbandes, Bürgermeister-Kreke-Str. 3, 45593 Bersenbrück,
Tel.: 05439 / 94 23 0

- **Bielefeld:**

Psychosoziale Beratungsstelle des Caritasverbandes, Turnerstr. 4, 33602 Bielefeld,
Tel.:0521 / 96 19 10 5

- **Bonn:**

Verein für Gefährdetenhilfe e.V., Beratungsstelle für suchtmittelabhängige Aussiedler, Quantiusstr. 2,
53115 Bonn, Tel.: 0228 / 725 91 49

- **Bramsche:**

Fachstelle für Sucht des Diak. Werkes, Kirchhofstr.6, 49565 Bramsche, Tel.: 05461 / 882 98 0

- **Cottbus:**

Anlaufstelle für Sucht- und Drogenprobleme, Strasse der Jugend 23, 03046 Cottbus,
Tel.: 0355 / 23 10 5

- **Delmenhorst:**

Anonyme Drogenberatung, Scheunebergstr., 27749 Delmenhorst, Tel.: 04221 / 14 05 5



- Düsseldorf:

Drogenberatung „komm-pass“, Charlottenstr. 30, 40210 Düsseldorf, Tel.: 0211 / 175 20 880

- Eisenhüttenstadt:

Caritasverband, Karl-Marx-Str. 35c, 15890 Eisenhüttenstadt, Tel.: 03364 / 800 380

- Eschweiler:

Suchtberatung Eschweiler, Bergratherstr. 51-53, 52249 Eschweiler, Tel.: 02403 / 88 30 50

- Hamburg:

- jugend hilft jugend, Max-Brauer-Allee 116, 22765 Hamburg, Tel.: 040 / 306 88 20
- Kondrobs Bergedorf, Löhbrüger Landstr. 6, 21031 Hamburg, Tel.: 040 / 721 60 38
- Kondrobs Wilhelmsburg, Weimarerstr. 83-85, 21107 Hamburg, Tel.: 040 / 75 16 20

- Hannover:

- Jugend- und Drogenberatungszentrum Drobs, Odeonstr. 14, 30159 Hannover, Tel.: 0511 / 70 14 60
- Drogenberatungsstelle Neues Land, Steintorfeldstr. 11, 30161 Hannover, Tel.: 0511 / 33 61 17 30
- Café Connection (Kontaktladen nur für DrogenkonsumentInnen), Fernroderstr. 12, 30161 Hannover, Tel.: 0511 / 33 60 41 2

- Köln:

SKM e.V. Drogenkontakt- und Beratungsstelle, Dieselstr. 17, 51103 Köln, Tel.: 0221 / 56 02 33 3

- Leipzig:

Diakonisches Werk Innere Mission Leipzig e.V., Suchtberatungs- und ambulante Behandlungsstelle SBB Blaues Kreuz, Theresienstr. 7, 04129 Leipzig, Tel.: 0341 / 926 570

- Lingen:

Jugend- und Drogenberatungsstelle des Diak. Werk, Bögenstr. 7, 49808 Lingen, Tel.: 0591 / 80 0 4 113

- Mayen:

Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtkranke, Im Bannen 6, 56727 Mayen, Tel.: 02651 / 98 69 60

- Melle:

Suchtberatung Diak. Werk, Riehmsloher Str. 5, 49324 Melle, Tel.: 05422 / 94 00 900

- Münster:

Drogenhilfe der Stadt Münster, Schorlemmerstr. 8, 48143 Münster, Tel.: 0251 / 49 25 17 3

- Nürnberg:

mudra - Kontakt- und Beratungszentrum, Ottostr. 18, 90402 Nürnberg, Tel.: 0911 / 20 59 74 5

- Stuttgart:

Psychosoziale Beratungsstelle Release Stuttgart e.V., Neckarstr. 20, 70190 Stuttgart,
Tel.: 0711 / 26 84 32 30

- Wildeshausen:

Fachstelle Sucht, Heernstr. 33a, 27793 Wildeshausen, Tel.: 04431 / 29 64

Raum für Ihre Notizen:





Verbund für integrative soziale
und therapeutische Arbeit

Alte Jakobstr. 85/86
10179 Berlin

Tel.: 030 / 20 08 99 0
Fax: 030 / 27 90 98 80

E-Mail: info@vistaberlin.de
Internet: www.vistaberlin.de

Diese Broschüre ist in deutscher Sprache in Papierform in kleiner Auflage gegen eine Schutzgebühr zum Selbstkostenpreis erhältlich. Tel.: 030/ 200899-0. Über unsere Internetseite www.vistaberlin.de können Sie sich die deutsche Übersetzung im PDF - Format herunterladen.

Alle Rechte vorbehalten. Die Veröffentlichung der Broschüre – auch in Teilen oder Auszügen – ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Autors oder der vista gGmbH zulässig.

© vista gGmbH und Michael Dubrovskij