

# **Cannabis - Perspektiven aus der Drogenhilfe**

**24. Oktober 2019**



# Eine Ermutigung zum Anfang

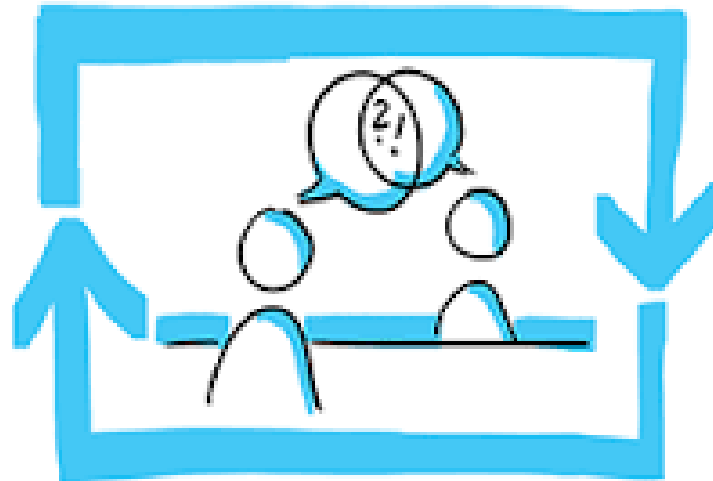
Wir haben gute Möglichkeiten wirksam zu sein!



wir helfen.vielfältig.kompetent

Drogenverein Mannheim e.V.

## Die Beziehung steht im Mittelpunkt der Prävention von Suchtmittelkonsumente\*innen



# Stages of Change als Grundlage von präventivem Handeln



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Prochsaka & Di Clemente



wir helfen.vielfältig.kompetent

Drogenverein Mannheim e.V.



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Absichtslosigkeit



wir helfen.vielfältig.kompetent

Drogenverein Mannheim e.V.



- Keine Veränderungsmotivation
- Keine Problemwahrnehmung
- Keine Verknüpfung mit dem eigenen Handeln



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Absichtsbildung



wir helfen.vielfältig.kompetent

Drogenverein Mannheim e.V.



- Ambivalente Phase
- Grundlegender Wunsch zur Veränderung
- Keine Bereitschaft zur Veränderung



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Vorbereitung



wir helfen.vielfältig.kompetent

Drogenverein Mannheim e.V.



- Notwendigkeit der Veränderung wird akzeptiert
- Sammlung von Informationen
- Erste Schritte in Richtung Lösung



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Handlung



wir helfen.vielfältig.kompetent  
Drogenverein Mannheim e.V.



- Veränderung hat stattgefunden
- Gedanken und Gefühle orientieren sich am alten Verhalten





# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Aufrechterhaltung



wir helfen.vielfältig.kompetent

Drogenverein Mannheim e.V.



- Neue Verhaltensweisen haben sich entwickelt
- Abstand zum alten Verhalten wurde aufgebaut



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Rückfall



wir helfen.vielfältig.kompetent

Drogenverein Mannheim e.V.



Gehört bei vielen Veränderungen dazu



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Absichtsbildung



wir helfen.vielfältig.kompetent  
Drogenverein Mannheim e.V.



**Absichtslosigkeit**

**Absichtsbildung**

**Vorbereitung**

**Handlung**

**Aufrechterhaltung**

Rückfall

- Keine Veränderungsmotivation
- Keine Problemwahrnehmung
- Keine Verknüpfung mit dem eigenen Handeln

- Ambivalente Phase
- Grundlegender Wunsch zur Veränderung
- Keine Bereitschaft zur Veränderung

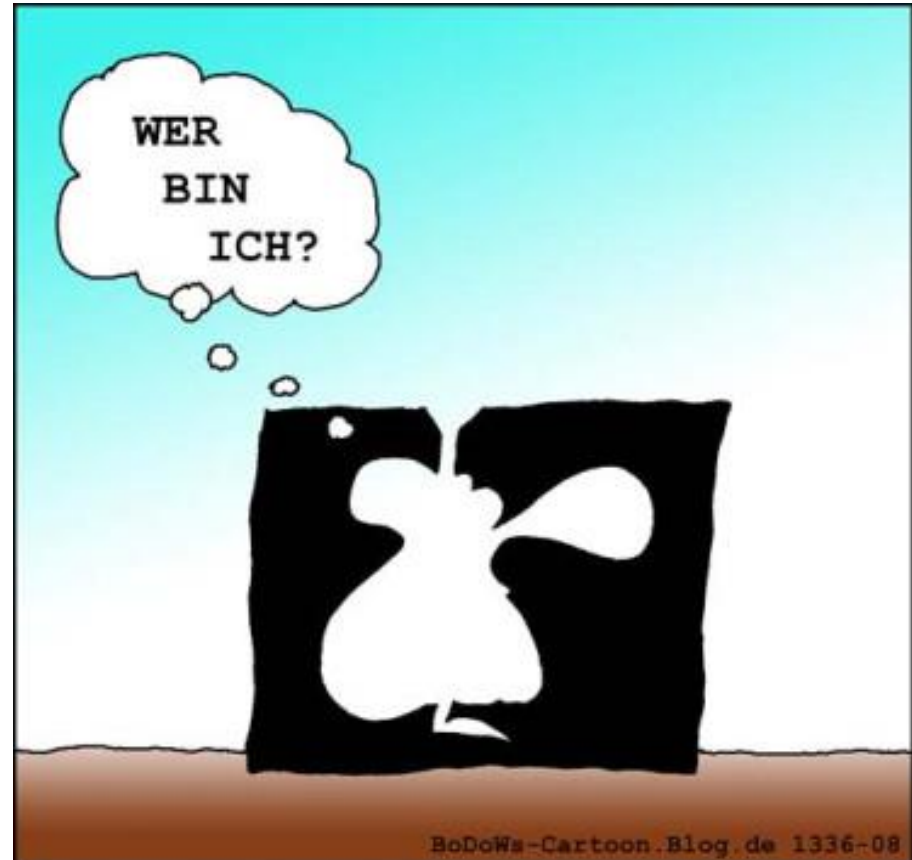


# Sinnhaftigkeit von Suchtmittelkonsum

Was gibt es alles zu tun im Jugendalter?

## Aufgaben im Jugendalter

- Akzeptanz des eigenen Körpers
- Entwicklung der eigenen Geschlechterrolle
- Berufsrolle
- Unabhängigkeit von den Eltern
- Aufbau eines eigenen Wertekanons
- Sozialverantwortliches Verhalten



# Sinnhaftigkeit von Suchtmittelkonsum

Rahmenbedingungen für Jugendliche heute

## Veränderte Rahmenbedingungen

- Ausdehnung der Phase der Pubertät
- Höhere Komplexität – „Alles ist möglich“
- Arbeitsmarkt und Arbeitsbiographien
- Geringere Reibungsflächen bei den Eltern



# Sinnhaftigkeit von Suchtmittelkonsum

Konsum als Lösungsansatz



wir helfen.vielfältig.kompetent  
Drogenverein Mannheim e.V.

„Wenn ich kiffe bin ich friedlich!“

„Mit dem Guten-Abend-  
Bobbie kann ich entspannt  
einschlafen!“

„Herr Gerber, ich weiß, dass das Scheiß  
Freunde sind, aber besser die als Keine!“

„Ich rauche immer Marihuana, wenn ich mit  
meiner Familie in Syrien telefoniert habe!“

„Durchs Kiffen bin ich offener geworden und  
habe Freunde gefunden!“



# Sinnhaftigkeit von Suchtmittelkonsum

Warum die Annahme aus meiner Sicht wichtig für die Arbeit ist

Sie...

...würdigt die Bemühungen des/der Konsumenten\*innen, was die Bereitschaft zur Mitwirkung erhöht.

...akzeptiert das Handeln und verringert dadurch den Widerstand des Gegenübers und schafft Vertrauen.

...erlaubt dem Gegenüber über die Hintergründe des Konsums zu sprechen und schafft damit die Grundlage für den weiteren Prozess.

...führt zu mehr Ruhe im gemeinsamen Prozess und erhöht damit die Wachheit des/der Berater\*in für Lösungen .





# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Handlungsoptionen konkret



wir helfen.vielfältig.kompetent  
Drogenverein Mannheim e.V.



## Steigerung des Problembewußtseins

- durch gezielte Rückmeldungen, Aufklärung, Konfrontation, Vermittlung von Informationen

## Emotionales Erleben steigern

- Rollenspiele, Formulieren von persönlicher Betroffenheit, Medien, die emotionale Aspekte in den Vordergrund rücken





# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Absichtslosigkeit



wir helfen.vielfältig.kompetent  
Drogenverein Mannheim e.V.

## Steigerung des Problembewußtseins

- durch gezielte Rückmeldungen  
„Seit du kiffst erlebe ich Dich als verändert!“
- Aufklärung und Vermittlung von Informationen  
„Befragungen von Jugendlichen zeigen immer wieder, dass es mehr Nichtkiffer\*innen als Kiffer\*innen gibt“ „Das Kurzzeitgedächtnis erholt sich wieder!“
- Konfrontation  
„Du glaubst, Du schaffst die Ausbildung auch wenn Du so kiffst, wie du kiffst?“



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Absichtslosigkeit



wir helfen.vielfältig.kompetent  
Drogenverein Mannheim e.V.

## Emotionales Erleben steigern

- Rollenspiele  
„Was würde sich positiv verändern, wenn Du den Konsum reduzierst?“
- Formulieren von persönlicher Betroffenheit  
„Was erlebst Du denn bei Dir derzeit kritisch?“
- Medien, die emotionale Aspekte in den Vordergrund rücken  
Pro/Contra Sammlung mit anschließender Bewertung und Fokussierung auf die emotionalen Aspekte



# Das transtheoretische Veränderungsmodell

Handlungsoptionen konkret



wir helfen.vielfältig.kompetent  
Drogenverein Mannheim e.V.



## Neubewertung der persönlichen Umwelt

- Förderung von Empathie, Förderung der Kommunikation mit Personen aus dem nahen Umfeld, Tagebücher

## Selbstneubewertung

- Reflexion der persönlichen Wertvorstellungen, Orientierung an Modellpersonen, Vorstellungsübungen



### Neubewertung der persönlichen Umwelt

- Förderung von Empathie  
„Was sagen denn Deine Eltern zu deinem Konsum?“
- Förderung der Kommunikation mit Personen aus dem nahen Umfeld  
„Frag doch Deine Freundin, was sich bei Dir verändert hat oder was sich verändern würde?“
- Tagebücher und Protokolle  
„Um Herauszufinden, wie man auf andere wirkt , hat sich das Aufschreiben als günstig erwiesen.“



### Selbstneubewertung

- Reflexion der persönlichen Wertvorstellungen  
„Was sind die Konsequenzen auf das, was mir wichtig ist, wenn ich weiter konsumiere?“
- Orientierung an Modellpersonen  
„Was imponiert mir an meinen Vorbildern?“
- Vorstellungsübungen  
„Wenn Du aufhören würdest, was könntest Du dann erreichen?“



# Ihre Fragen/Rückmeldungen?

Plenum



wir helfen.vielfältig.kompetent

Drogenverein Mannheim e.V.

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Philip Gerber  
Geschäftsführer Inhalte und Innovation

Tel.: 0621-15900-21

Mail: [gerber@drogenverein.de](mailto:gerber@drogenverein.de)

