

Keine Macht den Drogen! – Sucht als Sinnersatz

Stephanie Fernandez Lesage, München



© Thinkstock/iStock.

Auf dem Weg des Erwachsenwerdens und auf der Suche nach Sinn lassen sich Jugendliche häufig auf falsche Vorbilder und Konsumgüter ein.

Klasse: 7/8

Dauer: 4 Stunden

Arbeitsbereich: Problemfelder der Moral / Konsumethik

Es gibt auch gute Nachrichten. Der Alkoholkonsum unter Jugendlichen geht zurück. Nikotin reizt sie kaum mehr. Dafür sind andere Drogen auf dem Vormarsch: illegale Drogen wie Heroin und Kokain, oder künstliche wie Crystal Meth. Hinzu kommen neue legale Drogen wie Computerspiele und Internet. Während Mädchen und junge Frauen in sozialen Netzwerken „verloren gehen“, konzentrieren sich Jungen auf Computerspiele. Warum werden Jugendliche abhängig? Wie gelingt der Ausweg aus einer Sucht? Und was kann das Umfeld tun, um ein Abgleiten in die Sucht zu verhindern?

Materialübersicht

Stunde 1 Drogen als Sinnersatz – warum nehmen Jugendliche Crystal Meth?

- M 1 (Ab) Ein Rezept für ... – Kennst du diese Substanz?
 M 2 (Ab/Tx) „Es gibt für jeden die perfekte Droge!“ – Warum ein Ex-Junkie an Schulen geht

Stunde 2 *Like my addiction* – jung, schön, alkoholkrank

- M 3 (Bd) Louise Delage on Instagram – ein ganz normaler Account?
 M 4 (Tx) Jung, schön, alkoholkrank – wie ein Suchtproblem unentdeckt blieb
 M 5 (Ab) Wie gut kennst du dich mit dem Jugendschutzgesetz aus? – Teste dein Wissen!

Stunde 3 Lieber dünn als gesund – warum werden junge Menschen magersüchtig?

- M 6 (Tx) Gruppe 1: Warum werden Menschen magersüchtig? – Das gestörte (Selbst-)Bild
 M 7 (Tx) Gruppe 2: Warum werden Menschen magersüchtig? – Das gestörte (Selbst-)Bild
 M 8 (Ab) Forschungsergebnisse zur Magersucht – unsere Zusammenfassung

Stunde 4 Warum flüchten Jugendliche in Parallelwelten? – Medienkonsum als Sinnersatz

- M 9 (Tx) Ich und mein Smartphone – die digitale Versuchung in der Hosentasche
 M 10 (Tx) Posten, Liken, Teilen – warum stressen Smartphones?
 M 11 (Ab) Wie lange halte ich mich täglich in medialen Parallelwelten auf? – Ein Selbsttest

Abkürzungen

Ab = Arbeitsblatt, Bd = Bild, Tx = Text



Alle unsere Unterrichtseinheiten bieten wir Ihnen in unserem **Portal RAAbits Ethik online** nun auch als veränderbare Word-Dokumente an.

M 2 „Es gibt für jeden die perfekte Droge!“ – Warum ein Ex-Junkie an Schulen geht

Ihr habt euch zuvor mit der chemischen Zusammensetzung der Droge Crystal Meth beschäftigt. Die nachfolgende Schilderung des ehemals drogenabhängigen Dominik Forster gibt sehr ehrliche und persönliche Einblicke in die körperlichen und sozialen Folgen von Drogenkonsum. Lest selbst!

Sechs Jahre ist es her, da lag Dominik Forster nur noch sabbernd in seiner vollgeackten und verschimmelten Wohnung rum, so paranoid, dass er sich sicher war, unter seiner Haut befänden sich Käfer. Stundenlang versuchte er, sich diese herauszupulen, mit einer Nagelschere, einem Nagelknipser und einem Feuerzeug.

„Ich konnte nicht mehr lesen oder schreiben und damit auch den Hartz-IV-Antrag nicht ausfüllen. Aber ich war glücklich“, erzählt er.

Fünf Gramm Speed, ein Gramm Koks und ein Gramm Crystal Meth nahm er damals täglich. Dazu unzählige Joints und mehrere Packungen Kippen. Forster erzählt, wie er sich auf der Tanzfläche eines Clubs fette Schleimpfropfen aus dem Hals zog, „sonst wäre ich erstickt“, wie seine Haut grüngelb wurde und seine Zunge und Lippen offene Risse bekamen. Trotzdem sagt der heute 27-Jährige: „Es gibt für jeden Menschen die perfekte Droge.“

All das erzählt Forster an einem Donnerstagmorgen um kurz nach neun den 17 Schülern der Klasse 8b der Georg-Ledebour-Schule in Nürnberg. Es ist ein ungewöhnlicher, vielleicht einzigartiger Präventionsunterricht: Ein Ex-Junkie, ein Ex-Knacki, der an den verhassten Ort seiner unglücklichen Jugend, die Schule, zurückkehrt, um andere vor dem zu bewahren, was ihm passiert ist.

„In der Schulzeit tut sich so viel, da kann man noch entgegenwirken“, sagt er.

An mehr als 250 Schulen war Dominik Forster in den vergangenen zwei Jahren, ehrenamtlich, kostenlos. „Ihr habt alle Träume, aber wenn ihr so einen Weg hinter euch habt wie ich, dann könnt ihr nichts mehr werden.“ Er sagt das ohne Pathos. Die Schüler sind mucksmäuschenstill.

„Ich war in der Schule ein Spast: klein, dünn, Scheißfrisur, Scout-Rucksack mit Dinosauriern. Als Jugendlicher war mein Leben von



© Stanley Kroeger.

Der ehemalige Crystal-Meth-Junkie Dominik Forster warnt Teenager vor Drogen – mit einer ungewöhnlichen Methode.

früh bis spät ultrascheiße.“ Die Schüler lachen. Sie wissen, was Forster meint. [...]

Forster erzählt der achten Klasse von einem Mädchen, das seit zwei Jahren in der Psychiatrie sitzt, blind und taub – wegen Kräutermischungen. Zwei Jungs gucken sich entgeistert an und heben die Augenbrauen: Was, echt jetzt? Nach der Stunde sagt Maxi, 15, Adidas-Zipperjacke, Jeans, Turnschuhe, die Haare an den Seiten kurz rasiert, ihr sei jetzt erst klar geworden, „wie krass die Nebenwirkungen von harten Drogen wie Crystal oder Speed sind“.

Auch sie kennt Jugendliche, die sich betrinken und dann Pillen schmeißen, aber: „Ich weiß jetzt schon mal, was ich auf keinen Fall machen werde.“ Dass Drogen in fast jeder Jugend irgendeine Rolle spielen, ist Forster klar. Er ist Realist.

„Probiert ruhig Sachen aus“, sagt er. Viel wichtiger sei, warum konsumiert jemand? Wie häufig? Wie ist sein psychischer Zustand? Ist es im Freundeskreis trotzdem noch cool, Fußball zu spielen, sprich: Gibt es auch andere Kicks?

M 4 Jung, schön, alkoholkrank – wie ein Suchtproblem unentdeckt blieb

Eine Alkoholabhängigkeit entwickelt sich meist schleichend – über viele Jahre hinweg. Die Anzeichen für eine krankhafte Alkoholsucht sind jedoch klar erkennbar. Das Leben dreht sich allein um die Droge. Ein Leben ohne sie ist kaum mehr vorstellbar. Im folgenden Artikel erfahrt ihr von einer Kampagne, die eine Suchthilfeorganisation im Internet veröffentlichte, um möglichst viele junge Menschen über die bestehende Suchtgefahr bei übermäßigem Alkoholkonsum aufzuklären.

Alkohol ist für viele ein täglicher Begleiter. Aber wie viel ist angemessen? Und ab wann reden wir von einer Sucht?

Meine Zwischenüberschrift:

Alles beginnt meist mit dem ersten Glas Sekt an Silvester. In dem Moment, als wir das erste Mal Alkohol tranken, fühlten wir uns auf einmal erwachsen. Schon in jungen Jahren ist Alkohol für uns etwas ganz Normales, mit dem man in den Kreis der Erwachsenen aufgenommen wird. Es ist etwas, das zum Älterwerden einfach dazu gehört. An Geburtstagen, Jubiläen, zum Einstand und bei sonstigen Festivitäten wird immer selbstverständlich angestoßen. Aber Alkohol ist nicht ungefährlich. Manche rutschen in eine Sucht ab oder gefährden ungewollt ihre Gesundheit.

Meine Zwischenüberschrift:

Nach einer Studie des Bundeszentralamts für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) haben 95,3 Prozent aller 18- bis 25-Jährigen schon einmal in ihrem Leben Alkohol getrunken. Also fast alle. Allerdings ist gegen ein Glas Wein oder ein Bier auch nicht viel einzuwenden. Gefährlich wird es erst, wenn man regelmäßig trinkt und der Alkohol zum täglichen Begleiter wird, ohne den nichts mehr geht. Denn oft ist es leider so, dass wir trinken, ohne dass es uns bewusst ist.

Das Bier oder ein Glas Wein nach der Arbeit gehört für viele zum Tag dazu und helfen, vom stressigen Arbeitsalltag runterzukommen. Aber ist das denn schon Abhängigkeit?

Der Suchtforscher Thorsten Kienast sagt gegenüber dem Focus: „Die Menschen sind sich nicht im Klaren darüber, ab wann sie eine Abhängigkeit entwickeln, denn Alkoholsucht beginnt schleichend.“ Es kann also wirklich beim abendlichen Glas Wein beginnen.

Das größte Problem von Suchtkranken ist, dass sie es selbst nicht merken. Sie halten ihren Konsum für normal und angemessen und sehen das Trinken eher als normalen Genuss an – nicht als Problem.

Meine Zwischenüberschrift:

Die französische Suchthilfeorganisation „Addict Aide“ hat nun eine Kampagne gestartet, die im Netz für sehr viel Aufsehen sorgte. Hier wurde der Instagram-Account von Louise Delage ins Leben gerufen. Eine hübsche 25-jährige Frau, die ihre Follower mit Bildern aus ihrem täglichen Leben begeisterte. Was allerdings keiner bemerkte: Sie war auf fast jedem Bild mit Alkohol abgebildet. Mal war es eine Flasche Bier, mal ein Glas Wein, mal eine übersprudelnde Flasche Champagner.

Ihre Bilder kamen sehr gut an. Innerhalb von zwei Monaten folgten ihr über 16.000 Menschen.



© Thinkstock/iStock

M 6 Gruppe 1: Warum werden Menschen magersüchtig? – Das gestörte (Selbst-)Bild

Nachdem wir uns im Selbstversuch mit unseren Silhouetten beschäftigt haben, befassen wir uns nun mit einer Krankheit, bei der die Selbsteinschätzung gestört ist: der Magersucht, lateinisch: „Anorexia nervosa“. Sie ist die am weitesten verbreitete Essstörung in Deutschland und die Zahl der Erkrankten ist in den letzten Jahren rasant angestiegen. Wir wollen uns mit Hintergründen, Folgen und Therapieansätzen dieser vor allem bei jungen Mädchen, aber auch zunehmend bei Jungen auftretenden Krankheit beschäftigen.

DIE ZEIT

„Magersüchtige haben eine besondere Kompetenz, die sie auszeichnet“, sagt Stephan Zipfel. Kann man ein Talent für den eigenen Tod haben? Eine Begabung zur Selbsterstörung? Ein Können, das stärker ist als eines der wichtigsten Grundbedürfnisse aller Lebewesen – Essen?

Zipfel ist davon überzeugt. „Dass es jemand überhaupt schafft, entgegen seinem Hungerantrieb nichts mehr zu essen, ist schon eine sehr, sehr, sehr spezifische Situation“, sagt der Internist und Psychotherapeut. Seit mehr als 25 Jahren arbeitet er mit Essgestörten – und keine Krankheit gibt ihm so viele Rätsel auf wie die Anorexie.

Warum sind diese Menschen fähig, sich selbst zu zerstören? Wie besiegen sie den Hunger? Haben sie überhaupt noch ein Hungergefühl?

„Die Magersucht ist ein Feld, in dem es mehr Fragen als Antworten gibt“, sagt Zipfel, der zu den führenden Köpfen in der Therapieforschung zählt. Seit die Anorexia nervosa 1869 zum ersten Mal in einer Fachzeitschrift beschrieben wurde, haben sich Forscher und Therapeuten der verschiedensten Disziplinen daran abgearbeitet. Erkenntnisse aus der Psychotherapie stehen neben Daten aus Neurobiologie und Genetik, aber von einem schlüssigen Gesamtbild kann noch lange keine Rede sein.

Zipfel hat grundlegend neue Erkenntnisse für die Therapie geliefert, aber auch er versteht nicht den Antrieb der Magersüchtigen, sich selbst zu zerstören: „Daran werden wir noch einige Jahrzehnte forschen.“

Was für den Forscher Zipfel eine faszinierende wissenschaftliche Aufgabe ist, belastet

den Arzt Zipfel. Gerade liegt auf seiner Station an der Tübinger Uniklinik eine junge Frau mit starkem Untergewicht und einer Lungenentzündung.



© Uniklinik Tübingen.

Überall in der Medizin spielen seelische Einflüsse eine Rolle. Die Kernkompetenz der psychosomatischen Medizin liegt in der Diagnostik und Therapie psychosomatischer Störungsbilder. Im Fokus stehen also Erkrankungen, die sich sowohl auf körperlicher als auch auf seelischer Ebene zeigen. Zur Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Medizinischen Klinik Tübingen gehören vier Bereiche: Station, Tagesklinik, Ambulanz und Psycho-Onkologischer Dienst. Zusammen bilden sie das überregionale Zentrum für stressassoziierte Erkrankungen. Ärztlicher Direktor ist Prof. Dr. med. Stephan Zipfel.

M 9 Ich und mein Smartphone – die digitale Versuchung in der Hosentasche

Viele Jugendliche besitzen heute ein eigenes Smartphone. Wurde das Handy früher noch ausschließlich zum Telefonieren und zum Verfassen von Kurznachrichten verwendet, haben sich die Anwendungsmöglichkeiten des Smartphones heute vervielfacht. Es finden sich Apps für fast alle Lebensbereiche, es bietet Zugang zu Social-Media-Anwendungen, es dient dazu, Mails abzurufen und zu verfassen, Spiele zu spielen oder Videos zu schauen. Wie viel Beschäftigung mit dem Smartphone ist gesund? Und wo beginnt die Sucht? Mit diesen Fragen, die der nachfolgende Artikel aufwirft, wollen wir uns heute beschäftigen.

Alle paar Minuten geht der Griff zum Smartphone. Die internetfähigen Handys sind zum ständigen digitalen Begleiter von Kindern und Jugendlichen geworden. Die große Mehrheit von ihnen besitzt

5 bereits solch einen mobilen Zugang zum Internet und wickelt ihre Kommunikation darüber ab. Wer keins hat, fühlt sich mitunter ausgeschlossen. Viele Eltern beobachten den Umgang mit gemischten Gefühlen.

10 Mannheimer Forscher geben ihnen nun recht: Die ständige digitale Versuchung in der Hosentasche ist durchaus problematisch. Fast jeder zehnte [...] junge Smartphone-Besitzer ist suchtgefährdet. Eine Verbannung der Multifunktionsgeräte halten

15 die Wissenschaftler aber dennoch für keine gute Idee. Für die Studie im Auftrag der Landesmedienanstalt NRW haben die Forscher 500 Kinder und Jugendliche im Alter von 8 bis 14 Jahren, aber auch

20 Eltern befragt. Die Studie sei damit repräsentativ für die Handybesitzer dieser Altersgruppe. Viele Kinder und Jugendliche räumen gegenüber den Forschern durchaus selbstkritisch einen fragwürdigen Umgang mit den mobilen Computern ein.

25 Fast die Hälfte gibt zu, durch das Handy abgelenkt zu werden, etwa von den Hausaufgaben (48 Prozent), oder unüberlegt persönliche Daten preisgeben (43 Prozent). Mehr als jeder vierte junge

30 Befragte gab an, schon einmal Nachrichten von Fremden erhalten zu haben. Jeder Vierte fühlt sich durch die permanente Kommunikation über Messenger-Dienste wie WhatsApp gestresst (24 Prozent).

35 Jeder Fünfte (21 Prozent) ist schon auf nicht jugendfreien Seiten gelandet, gibt schulische Probleme durch seine starke Handy-Nutzung zu (20 Prozent) und hat via Smartphone schon Gewalt-Videos mit entwürdigenden Darstellungen bekommen (19 Prozent).

40 Jeder Siebte (15 Prozent) bemängelt, dass die echten Kontakte zu Freunden zu kurz kommen. Jeder Zehnte (11 Prozent) ist bereits Opfer digitalen

45 Mobbings oder von Ausgrenzung aus WhatsApp-Gruppen geworden. Am geringsten scheint bei den Acht- bis Vierzehnjährigen noch das Problem des sogenannten Sextings: Nur knapp jeder zwan-



© Thinkstock/iStock.

Der richtige Umgang mit digitalen Medien, die einen berechtigten Stellenwert in Beruf und Gesellschaft haben, muss frühzeitig eingeübt werden. Dabei müssen soziale und ethische Werte wie Verantwortung, reale Kommunikation, Teamgeist und Freundschaft gefördert werden. Kinder und junge Menschen müssen lernen, die Vorteile einer inzwischen globalen digitalen Welt zu nutzen, ohne dabei auf die Erlebnisse mit Freunden im Alltag zu verzichten.

zigste Befragte (4 Prozent) gab an, bereits intime Fotos verschickt zu haben.

Davon ausgehend, dass viele junge Befragte dazu neigen könnten, die Schattenseiten des geliebten Smartphones herunterzuspielen, seien die Zahlen Mindestgrößen – eine Dunkelziffer nach oben hin könne nicht ausgeschlossen werden, sagt Karin Knop (Uni Mannheim).

55 Die exzessive Nutzung der Smartphones durch Kinder und Jugendliche sei zu einem Teil durch die Angst getrieben, aus dem Kommunikationsprozess des Freundes- oder Bekanntenkreises ausgeschlossen zu werden. So entstehe ein „permanenter Kommunikationsdruck“. „Acht Prozent müssen als suchtgefährdet eingestuft werden“, sagt Knop.

Die große Mehrheit der Jugendlichen in Deutschland nutzt bereits ein Smartphone. Unter den 65 12- bis 13-Jährigen haben 85 Prozent ein Computerhandy, ergab eine Umfrage des IT-Branchenverbandes Bitkom in diesem Jahr. Bei den jüngeren Jugendlichen zwischen 10 und 11 Jahren nutzen gut die Hälfte (57 Prozent) ein Smartphone. [...]

Text: <http://www.faz.net/aktuell/feuilleton/familie/studie-ueber-die-folgen-von-smartphones-fuer-kinder-13833385.html#GEPC;s5> (01.10.2015) von Quelle: dpa.