



# Cannabis

**Arbeitsmaterial für pädagogische Fachkräfte  
Elterninformationsveranstaltung**

Zur Vereinfachung werden die Formulierungen zumeist in männlicher Form verwendet, wobei die weibliche Form eingeschlossen ist. Bei Formulierungen in weiblicher Form sind auch nur diese gemeint.

# Vorwort

Cannabis ist die am häufigsten konsumierte illegale Droge. Jeder siebte Heranwachsende im Alter zwischen 12 und 19 Jahren hat mindestens einmal im Leben Cannabis konsumiert. Der Anteil der regelmäßig (mehr als 10-mal pro Jahr) konsumierenden 18- und 19-Jährigen liegt bei 4,3 %. Bereits 600.000 Menschen haben schwerwiegende Probleme durch ihren Cannabiskonsum oder gelten als abhängig (Quelle: DHS, Jahrbuch Sucht 2008).

Die gesundheitlichen Risiken des Cannabiskonsums werden noch häufig unterschätzt. Insbesondere ein früher und häufiger Cannabiskonsum kann sowohl zu psychischen als auch physischen Schädigungen führen, die im Extremfall irreparabel sein können. Heranwachsende sind sich dieser Risiken nicht immer bewusst, halten Cannabis eher für harmlos. Und Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen fühlen sich hier meist überfordert; ihnen fehlen Informationen und Kompetenzen, um angemessen auf den Cannabiskonsum ihrer Kinder zu reagieren.

Vor diesem Hintergrund hat die ginko Stiftung für Prävention im Auftrag der Landesregierung Nordrhein-Westfalen ein landesweites Cannabispräventionsprogramm entwickelt, das dazu beitragen soll, den Cannabiskonsum bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu verhindern und jugendliche Konsumenten zur Aufgabe ihres Cannabiskonsums zu motivieren.

Bestandteile dieses Programms sind u.a. Handlungsanleitungen, die Eltern und pädagogische Fachkräfte befähigen sollen, adäquat mit Gefährdungen von Kindern und Jugendlichen in bezug auf einen Rauschmittelkonsum umzugehen.

Gerade Eltern sind bei der Prävention des Cannabismissbrauchs bei Jugendlichen wichtige Ansprechpartner und benötigen deshalb besondere Unterstützung. Diese Unterstützung kann ihnen unter anderem durch entsprechende Informationsmaterialien sowie im Rahmen von speziellen Informationsveranstaltungen vermittelt werden.

Das vorliegende Arbeitsmaterial zur Vorbereitung und Gestaltung von Elterninformationsveranstaltungen – zum Beispiel in Form von Elternabenden – gibt pädagogischen Fachkräften Hinweise und Anregungen, das Thema „Cannabiskonsum“ auf unterschiedliche Weise zu behandeln und unterstützt und fördert damit die Präventionsarbeit im Elternbereich.



# Inhaltsverzeichnis

## **Einleitung**

Hintergrund .....	6
Was Sie über Cannabis wissen sollten .....	6

## **Materialien zur Gestaltung eines Elternabends**

Hilfestellungen zur Vorbereitung .....	8
Einladungsbeispieltexte .....	9
Folien .....	11
Übungen .....	12

## **Serviceteil**

Häufig gestellte Fragen und Antwortmöglichkeiten .....	14
Info-Materialien .....	15
Beratungsangebote .....	15
Wie kann es weitergehen? .....	15



# Einleitung

## Hintergrund

Die Fachkräfte für Suchtvorbeugung in Nordrhein-Westfalen werden in den letzten Monaten vermehrt angefragt, Elternabende zum Thema Cannabis zu veranstalten. Die intensive Berichterstattung in den Medien hat dazu beigetragen, das Interesse von Eltern, Lehrkräften und weiteren pädagogischen Fachkräften an dieser Thematik zu verstärken. Da die Nachfrage nicht vollständig durch die Fachkräfte für Suchtvorbeugung abgedeckt werden kann, soll der vorliegende Leitfaden auch andere pädagogische Fachkräfte darin unterstützen, Elterninformationsveranstaltungen zum Thema Cannabis eigenständig durchzuführen. Der Leitfaden trägt Methoden und Hilfsmittel zusammen, die schon im Zusammenhang mit Elternabenden verwendet wurden und werden. Der Leitfaden kann nicht auf alle Zielgruppen innerhalb der Gruppe der Eltern eingehen. Aber er gibt methodische Hinweise darauf, wie Elternabende mit der in der Suchtprävention besonders zu berücksichtigenden Gruppe der Eltern aus sogenannten „bildungsfernen Schichten“ durchgeführt werden können.



## Was Sie über Cannabis wissen sollten

### Die Pflanze: Hanf

Hanf ist eine Nutzpflanze, die für verschiedenste Zwecke eingesetzt wird, so etwa zur Gewinnung von Fasern oder Speiseöl. Hanf heißt auf Lateinisch Cannabis.

### Die Droge: Marihuana, Haschisch, Öl

THC (Delta-9-Tetrahydrocannabinol) ist die Substanz, welche Cannabis als Droge wirken lässt. Nahrungsmittel, die aus Hanf hergestellt werden, dürfen nur einen ganz geringen THC-Gehalt haben (z.B. Speiseöl, Tee oder Sirup). Ab einem Gehalt von 0,3 % THC wird Cannabis als Betäubungsmittel eingestuft.

- **Marihuana** (Gras, Weed, Ganja etc.): Getrocknete Blüten und z.T. Blätter der Cannabispflanze. Marihuana enthält heute durchschnittlich bis zu 14 % THC.
- **Haschisch** (Hasch, Shit, Piece etc.): Harz und andere Pflanzenteile, gepresst. Haschisch enthält zwischen 6 % und 12 % THC. In Einzelfällen wurden bei Haschisch und Marihuana auch schon Konzentrationen von bis zu 28 % THC nachgewiesen.
- **Cannabisöl** (selten): Der THC-Gehalt schwankt zwischen 20 % und 50 %. (Quelle: DHS)

Cannabisprodukte unterliegen den Bestimmungen des Betäubungsmittelgesetzes (BtMG). Gemäß § 29 BtMG dürfen sie u.a. nicht angebaut, nach Deutschland ein- oder ausgeführt, erworben, besessen, verkauft oder abgegeben werden. Seit einigen Jahren hat die Staatsanwaltschaft die Möglichkeit, von einer Strafverfolgung abzusehen, wenn sich die Tat auf eine geringe Menge zum Eigenverbrauch bezieht (§ 31a BtMG).

In Nordrhein-Westfalen liegt diese Eigenbedarfsgrenze für Cannabis bei sechs Gramm. Bei Jugendlichen und nach Jugendstrafrecht zu behandelnden Heranwachsenden bleibt eine Verfahrenseinstellung jedoch nie ganz ohne Folgen. Gemäß den in Nordrhein-Westfalen geltenden „Richtlinien zur Anwendung des § 31a Abs. 1 des Betäubungsmittelgesetzes“ kommt in diesen Fällen eine Einstellung wegen einer geringen Menge in der Regel nur unter Auflagen im Sinne des § 45 Abs. 2 Jugendgerichtsgesetz (JGG) in Betracht. Dies bedeutet konkret: Auch wenn ein Jugendlicher oder Heranwachsender „nur“ mit einer geringen Menge Cannabis (unter sechs Gramm) auffällig wird, muss er grundsätzlich mit erzieherischen Maßnahmen, wie beispielsweise der Auferlegung von Sozialstunden und/oder der

Verpflichtung zur Teilnahme an einem Beratungsgespräch oder einer Therapiemaßnahme rechnen.

### Konsumformen

- **Inhalieren** des Rauches von Zigaretten (Joints, Tüten, Spliffs etc.), Pfeifen und Wasserpfeifen (Bongs, Shishas) Geraucht werden Haschisch und Tabak oder Marihuana (z.T. ebenfalls gemischt mit Tabak)
- **Essen** zum Beispiel von Gebäck mit Haschisch (space cakes)
- **Trinken** zum Beispiel von Tee aus Marihuana, mit Milch vermischt

### Wirkung

Die Wirkung von Cannabis ist individuell sehr unterschiedlich und hängt stark von der Grundstimmung der Konsumentin/ des Konsumenten und der Dosierung ab. Allgemeines Wohlbefinden kann sich zur Heiterkeit steigern, Niedergeschlagenheit wird möglicherweise verstärkt.

Zu den angenehmen Wirkungen zählen:

- Entspannung und Ausgeglichenheit
- Ausgeprägte Hochgefühle
- Gesprächigkeit und bessere Kontaktfähigkeit
- Intensivere Wahrnehmung

Zu den unangenehmen Wirkungen bei erhöhtem Konsum oder negativer Grundstimmung gehören:

- Ruhelosigkeit
- Sinnestäuschungen
- Angst und Panik
- Orientierungsverlust

Die Wirkung von Cannabis kann je nach Konsumform unmittelbar nach dem Konsum eintreten und bis zu vier Stunden anhalten. Wird Haschisch getrunken (Tee) oder gegessen (Keks), tritt die Wirkung später ein, hält dafür aber länger an.

### Risiken

Einige Risiken von Cannabis stellen sich unmittelbar beim Konsum ein, andere hängen mit einem häufigen bzw. regelmäßigen Konsum zusammen.

Zu diesen Risiken zählen:

- Der Cannabisrausch führt zu eingeschränktem Erinnerungsvermögen, Konzentrationsschwächen und verlängerten Reaktionszeiten. Die schulische und berufliche Leistungsfähigkeit wird dadurch eingeschränkt.

Das Unfallrisiko im Straßenverkehr und am Arbeitsplatz ist erhöht.

- Unter dem Einfluss von Cannabis steigt die Herzfrequenz und der Blutdruck verändert sich. Menschen mit Herz-Kreislauf-Problemen gehen daher besondere Risiken ein.
- Cannabisrauchen belastet die Atemwege. Chronische Bronchitis oder Krebserkrankungen gehören zu den längerfristigen Folgen, die auftreten können.
- Cannabis kann wie jede andere Droge psychisch abhängig machen. Der Verzicht auf den Konsum kann mit der Zeit schwer fallen. Ein starker Konsum über längere Zeit kann auch körperlich abhängig machen, d.h. beim Absetzen oder Einschränken des Konsums kommt es zu Entzugserscheinungen (z.B. Ruhelosigkeit, Kopfschmerzen).
- Je jünger der Konsument/die Konsumentin ist, desto größer sind die Risiken: Der Konsum von Cannabis kann insbesondere die persönliche Entwicklung stark behindern (z.B. Schulabschluss, Vorbereitung auf Berufsrolle, Finden der eigenen Identität etc.). Wenn Heranwachsende schon früh gewohnheitsmäßig viel kiffen, kann dadurch die Hirnentwicklung negativ beeinflusst werden.
- Es gibt Zusammenhänge zwischen Cannabiskonsum und anderen psychischen Problemen (z.B. Depressivität, Angst), wobei hier die Ursache-Wirkungs-Beziehungen unklar sind. Untersuchungen weisen darauf hin, dass Cannabiskonsum eine Schizophrenieerkrankung auslösen kann. Bei einer vorhandenen Schizophrenieerkrankung kann Cannabiskonsum den Krankheitsverlauf verschlimmern oder einen Rückfall auslösen.

### Risiko: Hoher THC-Gehalt

Heute ist der THC-Gehalt in Cannabisprodukten mit Werten bis zu 28 % höher als vor 10 Jahren. Den meisten Jugendlichen ist dies nicht bewusst, so dass man davon ausgehen kann, dass z.B. ein Joint heutzutage mehr THC als früher enthält.

Je mehr THC aufgenommen wird, desto stärker ist der Rausch. Dadurch erhöht sich auch das Unfallrisiko auf der Straße und in anderen Situationen. Starke Rauschzustände können eine Abhängigkeit fördern, weil der Wunsch ausgeprägter wird, diese Zustände wieder zu erleben. Bei Konsum einer hohen THC-Menge steigt immer auch das Risiko für negative Rauscherfahrungen (Sinnestäuschungen, Angstzustände etc.).

Auszug aus: ginko – Stiftung für Prävention, Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW (Hg.) 2008: Cannabis – Ein Ratgeber für Eltern.

# Materialien zur Gestaltung eines Elternabends

## Planungshilfen

Im Vorfeld sollten folgende Fragen bedacht werden:

- **In welchem Rahmen sollen Eltern informiert werden?**  
Informationsveranstaltungen für Eltern zum Thema Cannabis können in unterschiedlichen Settings stattfinden. Dazu bieten sich die Aktionswochen zur Suchtvorbeugung, örtliche Jugendschutzveranstaltungen sowie Veranstaltungen im Schulbereich an. Solche Veranstaltungen werden meist von einer Präventionsfachkraft allein oder in Kooperation mit weiteren Partnern durchgeführt, im Schulbereich z.B. gemeinsam mit dem Klassenlehrer, der Klassenlehrerin oder den Lehrkräften eines Jahrgangs, aber auch mit der Beratungslehrkraft der Schule oder der Schulleitung. Denkbar ist aber auch dieses als Projekt gemeinsam mit einer Oberstufenklasse vorzubereiten und durchzuführen. Sollten Klassenlehrer oder Klassenlehrerinnen selbst einen Elternabend zu dieser Thematik anbieten, können auch externe Stellen beteiligt oder zum Elternabend hinzugezogen werden, wie etwa Schulsozialarbeit, Fachkräfte für Suchtvorbeugung, Polizei, örtliche Jugend- und Drogenberatungsstelle.
- **Wen genau wollen Sie einladen?**  
Eltern einer oder mehrerer Klassen (wie groß soll oder darf die Gesamtgruppe werden etc.).
- **Welchen Hintergrund haben die Eltern vermutlich?**  
Migrationshintergrund, bildungsfern oder -nah, familiäre Situation, Informationsstand etc.
- **Welche Kompetenzen wollen Sie bei den Eltern stärken, welche Informationen wollen Sie vermitteln?**  
z.B. die Wahrnehmung schärfen, Verhaltenstipps geben, Sachkompetenz erweitern, Reflexion des eigenen Konsumverhaltens anregen.
- **Was erwarten die Eltern von Ihnen?**  
z. B. Drogenkunde, eindeutige Verhaltensrezepte, Entlastung, Stärkung, Respekt, Kontakt, Beratung.
- **Wo müssen Sie enttäuschen?**  
z.B. Drogenkunde, Patentrezepte, Garantien, Klärung aller Fragen, Hilfe.
- **Wie können Sie entlasten?**  
z.B. Handlungsmöglichkeiten thematisieren und konkretisieren, allumfassende Verantwortlichkeit abbauen, Sicherheit geben, Vertrauen in sich und das Kind stärken, Mut machen statt Ängste zu schüren.
- **Wie arbeiten Sie?**  
z.B. am konkreten Fallbeispiel, in Kleingruppen, visualisierend, erlebnis- statt konsumorientiert, Ernstnehmen der Eltern und ihrer Einstellungen und Gefühle, mit Fallbeispielen oder Videosequenzen.

## Weitere Anregungen zur Gestaltung

- Suchen Sie die Kooperation mit dem/der Schulsozialarbeiter/in.
- Verweisen Sie beim Elternabend unbedingt auf die für Ihren Stadtteil zuständige Jugend- und Drogenberatungsstelle, die kostenlos, anonym und unter Schweigepflicht sowohl Angehörige wie z.B. Eltern als auch Betroffene berät.
- Bereiten Sie einen Tisch mit Info-Materialien, wenn notwendig und vorhanden auch fremdsprachige, vor. (Bezugsadressen im Serviceteil, Tipp: Sucht- und Drogenberatungsstellen vor Ort haben manchmal auch selbstentwickelte fremdsprachige Materialien).
- Legen Sie Anschauungsmaterial oder Fotos aus (z.B. Joint, Tütchen, Brettchen, Messer, Wasserpfeife, nachgebauter Eimer).
- Zeigen Sie ausgewählte Sequenzen aus Filmen, die Konsumsituationen verdeutlichen.
- Nehmen Sie sich im Anschluss Zeit für persönliche Fragen einzelner Eltern.
- Klären Sie im Vorfeld ab, dass an diesem Abend keine anderen Elternabende stattfinden.
- Beschildern Sie den Weg.
- Klären Sie auf, dass Sie eine Informationsveranstaltung durchführen und keine Selbsthilfegruppe initiieren wollen. Verweisen Sie auf entsprechende Angebote lokaler Elternorganisationen.
- Nennen Sie Termine, an denen die Eltern Sie und die Beratungslehrkraft für Einzelgespräche kontaktieren können, bzw. verteilen sie diese als Handzettel.

## Mögliche Anlässe und Zielsetzungen eines Elternabends zum Thema Cannabis

Je nachdem, woher der Impuls für den Elternabend zu Cannabis gekommen ist, können sich zu diesem Thema verschiedene Zielsetzungen entwickeln, z.B.:

### Anlass: Vorfälle in der Klasse oder in der Schule im Zusammenhang mit Cannabiskonsum

Mögliche Ziele:

- Eltern über Geschehnisse und über bestehende schulische Regelungen im Umgang mit Cannabis konsumierenden Schülerinnen und Schülern informieren.
- Eltern zur Mitarbeit an einer Präventionsvereinbarung anregen, Verständnis wecken und Unterstützung gewinnen für schulische Umgangsweisen und Regeln.

**Anlass: Schüler und Schülerinnen befinden sich altersmäßig in der Anfangsphase der Pubertät**

**Mögliche Ziele:**

- Eltern über wahrscheinliche Risikoverhaltensweisen der Kinder vorinformieren und im Umgang damit unterstützen
- Eltern Fachkenntnisse vermitteln, die sie dialogfähiger zum Thema Cannabis machen, Ängste bei Eltern abbauen
- Eltern ihre Bedeutung als Informanten für ihre Kinder nahe bringen

**Einladungsbeispieltexte**

Je nach Ziel und Anlass der Veranstaltung wird auch der Einladungstext unterschiedlich ausfallen und Sie werden

zwischen einer offenen oder verbindlichen Einladung mit oder ohne Anmeldeverfahren auswählen. Bitte bedenken Sie auch, dass Einladungen zum Thema Cannabis manchmal von Kindern „vorsichtshalber“ nicht an die Eltern weitergegeben werden.

Um eine zufriedenstellende Anzahl von Eltern zu erreichen, sollten Sie insbesondere bei sogenannten bildungsfernen Eltern die persönliche offene Ansprache und Einladung bevorzugen. In der Regel kennen Klassenlehrer/innen und Schulsozialarbeiter/innen die Eltern gut und greifen auf bisher erfolgreiche Strategien zurück.

Hier beispielhaft vier Einladungstexte. Wählen Sie den Text aus, mit dem Sie die Eltern Ihrer Schüler am besten erreichen:

Bis an die Grenze....

zu gehen, gehört zu den typischen Verhaltensweisen von Mädchen und Jungen in der Pubertät. Häufig werden auf dieser Suche nach Grenzerfahrungen erstmals Drogen genutzt: Die erste Zigarette wird geraucht, der erste Alkohol probiert, und oft werden auch illegale Stoffe konsumiert, zum Beispiel Cannabis. Eltern stehen vor der Frage, wie sie ihre Kinder vor Gefahren schützen und auf Probierverhalten angemessen reagieren sollen.

An diesem Abend wird daher zunächst die Bedeutung von Rauscherfahrung und Suchtmittelkonsum für das Erwachsenwerden betrachtet. Daraus werden gemeinsam Wege wirksamer Suchtvorbeugung in der Pubertätsphase entwickelt.

Liebe Eltern,

sicherlich haben Sie es schon längst bemerkt: Ihre Kinder werden langsam erwachsen. Manche fangen nun an, sich für Themen zu interessieren, die ihren Eltern Sorgen machen.

Zum Beispiel interessieren sie sich zunehmend für Drogen wie Haschisch.

Beim Elternabend am \_\_. \_\_. \_\_ um \_\_ Uhr haben Sie die Gelegenheit, sich über diesen Stoff zu informieren.

Gemeinsam werden wir überlegen, was Eltern und Schule tun können, um Ihre Kinder vor Suchtgefahren zu schützen.



Liebe Eltern,

kennen Sie dieses Symbol?

Möchten Sie mehr über Cannabis wissen?

Dann kommen Sie zum Elternabend am \_\_. \_\_. \_\_ um \_\_ Uhr.

Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe 11 werden Sie umfassend informieren, so dass Sie in Zukunft Ihren Kindern fachkundige Gesprächspartner sein können!



Liebe Eltern,

kennen Sie dieses Zeichen?

Möchten Sie mehr über die Droge Cannabis (Haschisch/Gras) wissen?

Dann kommen Sie zum Elternabend am \_\_. \_\_. \_\_ um \_\_ Uhr.

Wir freuen uns auf einen informativen Abend.

## „Klassische“ Programmpunkte eines Elternabends

- Begrüßung
- Einstieg ins Thema
- Erarbeitung des Themas in Kleingruppen
- Zusammenfassung und Abschluss in der Großgruppe
- (evtl. Übertragen der Inhalte in einen konkreten Vorsatz für Zuhause)

Alternativ kann bei einem Infoelternabend zunächst eine Fragen-Sammlung in Kleingruppen (10-15 Min.) auf Karten stattfinden, dann die Sortierung der Fragen in der Großgruppe (evtl. an einer Stellwand - 10 Min.) und anschließend findet die Beantwortung der Fragen statt. Günstig ist am Schluss immer eine Zusammenfassung oder eine Übertragung konkreter Fallbeispiele der Eltern in Handlungsmöglichkeiten.

Je mehr Teilnehmer bei der Veranstaltung erwartet werden, desto wichtiger sind Programmanteile, in denen in kleineren Gruppen die Möglichkeit zum Reden besteht, denn mit der Gruppengröße steigt die Angst mancher Eltern, sich im Plenum mit Fragen zu beteiligen. Bisweilen ist es hilfreich, Eltern schon im Vorfeld des Elternabends aufzufordern, Fragen zu formulieren, die anonym eingesammelt werden.

Zu berücksichtigen ist, dass bestimmte Eltern bei Aufgabenstellungen, die Schreiben beinhalten, möglicherweise Widerstand zeigen. Alternativ können Sie jeweils nur ein Stichwort zur Frage auf Karten schreiben lassen. Hilfreich kann auch die Formulierung sein, „sich bei Bedarf Notizen zu den Fragen zu machen“.

Wenn Sie Kleingruppen bilden lassen, achten Sie bitte ggf. darauf, dass Eltern, die nicht so gut Deutsch sprechen, sich in unterschiedliche Gruppen aufteilen und Hilfestellung erhalten, ggf. durch Schüler/innen. Berücksichtigen Sie hier unbedingt eine längere Erarbeitungsphase.

Beachten Sie, dass Frontalunterricht mit Folien in der Regel für die Adressatengruppe der bildungsfernen Eltern keine brauchbare Methode darstellt. Häufig erinnern sich (nicht nur bildungsferne!) Erwachsene nur zu ungerne an den Frontalunterricht während ihrer eigenen Schulzeit. Interaktive, wertschätzende Methoden sind zu bevorzugen.

### Zum Einstieg:

Ein anregender Einstieg ist – neben dem obligatorischen Überblick über den Ablauf des Abends und der Vorstellung der durchführenden Personen – der dritte wichtige Baustein für das Wohlbefinden der Eltern während der gesamten Veranstaltung. Hier einige Vorschläge:

### Variante 1:

Stellen Sie aktuelle Konsumdaten vor. (siehe Folien)

### Variante 2:

Berichten Sie einen aktuellen Vorfall aus der Schule oder zitieren Sie eine aktuelle Medienmeldung.

### Variante 3:

Lassen Sie die Attrappe eines Joints herumgehen und/oder Dichtungsfasern aus Hanf, Hanfkleidung, legale Hanfprodukte.

### Variante 4:

Stellen Sie den Eltern mittels Beamer oder OH-Projektor einige Produkte aus Headshops (siehe Folien) vor oder gängige Internetwerbung zu Cannabisprodukten.

### Variante 5:

Verschaffen Sie sich mittels der Drei-Ecken-Übung einen Überblick über einige Einschätzungen der Eltern zum Thema Cannabis (siehe Übungssteil S. 12/13).

### Folien

Die Folien können von der homepage

[www.stark-statt-breit.de/Fachleute](http://www.stark-statt-breit.de/Fachleute)

heruntergeladen werden. Sie sind so konzipiert, dass sie individuell ergänzt/verändert werden können.

## Cannabis: Inhalt Elternabend

- Pflanze und Droge
- Konsumformen
- Wirkungsweise
- Risiken
- Abhängigkeit
- Gespräch über Cannabis
- Konsum erkennen
- Reaktion auf Konsum



[www.stark-statt-breit.de](http://www.stark-statt-breit.de)

## Cannabis: Wirkungsweise

- **Angenehme Wirkungen:**
  - > Entspannung und Ausgeglichenheit
  - > Ausgeprägte Hochgefühle
  - > Gesprächigkeit und bessere Kontaktfähigkeit
  - > Intensivere Wahrnehmung
- **Unangenehme Wirkungen**
  - > Ruhelosigkeit
  - > Sinnestäuschungen
  - > Angst und Panik
  - > Orientierungsverlust



Wirkungseintritt beim Rauchen direkt nach dem Konsum.

[www.stark-statt-breit.de](http://www.stark-statt-breit.de)

## Cannabis: Gespräch

### Zeitpunkt:

- Wenn Ihr Kinde damit beginnt
- Wenn Sie selbst denken, dass es gut wäre

### Inhalte:

- Was weiß Ihr Kind über Cannabis?
- Ist es in seinem Freundeskreis ein Thema?
- Was denkt es darüber?

### Wichtig:

- Lassen Sie ihrem Kind Zeit, sich auszudrücken
- Hören Sie zu, fragen Sie nach
- Versuchen Sie nicht, Ihr Kind von Ihrer Meinung zu überzeugen. Sagen Sie einfach, dass Sie ggfs. anderer Meinung sind und fordern Sie Ihr Kind auf, sich zu informieren (z.B. unter [www.stark-statt-breit.de](http://www.stark-statt-breit.de))



[www.stark-statt-breit.de](http://www.stark-statt-breit.de)

## Übungen

An manchen Schulen sind Übungen gängige Bestandteile von Elternabenden, andere beschränken sich traditionell auf Vortrag und Diskussion als Methoden. Beides hat seine Vorteile. Am wichtigsten ist: Leiten Sie keine Übungen an, die Ihnen nicht gefallen. Im Idealfall haben Sie die Übung so oder ähnlich schon einmal als teilnehmende Person kennen gelernt.

### Drei-Eckenspiel Cannabis

**Ziel:** Das Spiel dient dazu, sich ein kurzes Meinungsbild bzw. den aktuellen Informationsstand der Anwesenden zum Thema Cannabis einzuholen.

**Dauer:** je nach Teilnehmerzahl ca. 10 Minuten

**Teilnehmerzahl:** unbegrenzt

**Raum:** je nach Teilnehmerzahl

**Material:** nicht notwendig

#### Übungsanleitung:

Die Übungsleitung erklärt, dass sie zum Thema des Tages einige Fragen stellen und dazu jeweils drei Antwortmöglichkeiten zur Auswahl geben wird. Die Teilnehmenden werden aufgefordert, sich ganz spontan und individuell zu entscheiden und sich entsprechend in einer Ecke des Veranstaltungssaales zu positionieren. Welche Ecke welcher Antwort zugeordnet ist, gibt die Übungsleitung jeweils an. Im Anschluss informiert sie, welche Position stimmt, d.h. den aktuellen Tatsachen entspricht. Da es sich um ein Meinungsbild handelt, gibt es am Ende keine Beurteilung. Diskussion oder Rückfragen sollten während der Übung nur zugelassen werden, wenn sie für das Verständnis unbedingt erforderlich sind bzw. wenn im weiteren Verlauf kein theoretischer Input geplant ist. Es ist nach Möglichkeit sicher zu stellen, dass Übungsanleitung und Fragen für Eltern, die Deutsch nicht so gut verstehen, übersetzt werden können.

#### Fragen:

(Die unterstrichene Angabe ist die jeweils richtige Antwort)

1. Was ist die häufigste Einstiegsdroge - für das „Umsteigen“ auf andere Drogen?

Cannabis, Alkohol, Nikotin

2. Wie viele Menschen haben in Deutschland Erfahrungen mit Cannabis?

5 Mio., 1,5 Mio., mehr als 10 Mio.

3. Wer ein paar Mal Cannabis konsumiert, riskiert welche Art der Abhängigkeit?

Körperlich, psychisch, keine

### Eckendiskussion mit anschließender Gesprächsrunde

Das Spiel ist eine brauchbare Einstiegsübung und hat sich in der Praxis auch bei schwer erreichbaren Eltern behauptet. Es strukturiert einen ganzen Elternabend.

**Ziel:** Das Spiel dient dazu, die Eltern miteinander ins Gespräch zu bringen und Vorurteile/Meinungen über Cannabis zu veröffentlichen und aus der Tabuzone herauszuholen.

**Dauer:** je nach Teilnehmerzahl ca. 20 Minuten, anschl. Gesprächsrunde ca. 60 Minuten

**Teilnehmerzahl:** unbegrenzt

**Raum:** je nach Teilnehmerzahl, möglichst mit Raum für Bewegung

**Material:** 4 DIN-A 4 Blätter mit der jeweiligen Behauptung:

1. Cannabis ist eine Einstiegsdroge.
2. Auf Dauer macht Kiffen dumm.
3. Kiffen ist erlaubt.
4. Eltern können Ihre Kinder schützen.

#### Übungsanleitung:

Die Übungsleitung erklärt, dass sie zum Thema einige gängige Behauptungen zur Diskussion stellen wird. Die Eltern sollen sich in 4 Kleingruppen zusammenfinden (bitte gewährleisten, dass Eltern, die nicht so gut deutsch sprechen, Hilfe erhalten) und sich kurz untereinander vorstellen.

Nun legt die Spielleitung je eine Aussage in eine Ecke des Raumes, ohne diese vorzulesen. Wie im bekannten Zirkeltraining/Rotationssystem sollen die 4 Gruppen sich zunächst einer Ecke widmen und ihre Meinung zur jeweiligen Aussage diskutieren. Dafür haben sie ca. 5 Minuten Zeit.

Danach unterbricht die Übungsleitung die Diskussion und lädt zum Weitergehen im Uhrzeigersinn ein. Hier erfolgt eine erneute Diskussion, bis die Gruppen alle Aussagen besprochen haben.

Danach finden sich die Kleingruppen im Plenum zusammen und nacheinander werden die Diskussionsinhalte/offene Fragen besprochen. Es ist darauf zu achten, dass die Reihenfolge 1-4 eingehalten wird. So wird die folgende Struktur des anschließenden Gespräches gewährleistet: Stoffkunde – Folgen/Wirkungen – Gesetzeslage – Möglichkeiten von Eltern.

Unterstützend kann die Gesprächsleitung entsprechende Folien einsetzen. Die Möglichkeiten Einfluss zu nehmen, die Eltern haben, können auf der Tafel festgehalten werden. So können die Eltern mit einem Gefühl der Wertschätzung und Handlungsmöglichkeit nach Hause gehen.

### Gruppenarbeit „Besonnene Eltern“

**Ziel:** Die Übung dient dazu, dass die Eltern über Folgen ihrer Reaktionsweisen auf einen Cannabiskonsum ihres Kindes nachdenken und gemeinsam Vor- und Nachteile erörtern.

**Dauer:** 60 Minuten (incl. Auswertung im Plenum)

**Teilnehmerzahl:** Mehrere Kleingruppen mit 4-5 TeilnehmerInnen

**Raum:** je nach Anzahl der Kleingruppen

**Material:** je Kleingruppe ein vorbereitetes Flip-Chart-Blatt + 1 dicker Filzstift

#### Übungsanleitung:

Die Eltern werden von der Übungsleitung zunächst in Gruppen zu 4-5 Personen aufgeteilt. Dann wird folgende Situation vorgegeben:

„Stellen sie sich vor, ein Kind hat Cannabis geraucht und die Eltern erfahren davon. Wie reagieren die Eltern in angemessener Form darauf? Wie reagieren die Eltern darauf, wenn sie unüberlegt handeln?“

Bitte tragen Sie in Ihrer Gruppe zusammen, was Eltern am besten tun sollten und welche Reaktion ungünstig wäre. Sie bekommen dazu von mir ein Blatt, auf dem die beiden Verhaltensweisen genannt sind. Tragen Sie in die Spalten günstige Reaktion/ungünstige Reaktion die Ideen ein, bei denen sich ihre Gruppe einig ist. Verwenden Sie Stichworte. Sie haben 40 Minuten Zeit dafür. Im Anschluss tragen wir die Überlegungen der einzelnen Gruppen zusammen.“

Im Plenum werden die Ergebnisse verglichen. Insbesondere die Ideen zu den klugen Eltern sollten von der Übungsleitung bestärkt und evtl. erläutert werden.



# Service teil

## Häufig gestellte Fragen

### Aus was besteht Cannabis?

Antwort: siehe Einleitungstext und Folie „Pflanze und Droge“

### Wie werden Haschisch und Marihuana hergestellt?

Antwort: siehe Einleitungstext und Folie „Pflanze und Droge“

### Wo kommt Cannabis her?

Cannabis hat eine Jahrhunderte alte Tradition als Nutz- und Heilpflanze und als Rauschmittel. Die Verbreitung erfolgte von Asien über Afrika bis nach Europa und den amerikanischen Kontinent. Heute sind die Hauptanbaugeländer Marokko, die Türkei und zahlreiche weitere Staaten. Zunehmend ist auch die Indoor-Produktion, vor allem in den Niederlanden. Dort wird Cannabis unter Gewächshausbedingungen produziert, der THC-Wirkstoffgehalt ist in der Regel höher als bei importierten Produkten.

### Wie sieht es aus? Wie riecht Cannabis?

Cannabis-Haschisch sind hellbraune bis fast schwarze Harz-Brocken, je nach Qualität sehr hart bis knetbar. Wird es erhitzt, verbreitet es einen intensiven, schweren Duft. Die getrockneten grünen Cannabis-Blätter und Blüten sehen aus wie eine Kräutermischung (Oregano, Thymian, ...), allerdings ist der Geruch süßlich und kräuteruntypisch. Manchmal wird der Geruch mit Weihrauch verglichen.

### Wie teuer ist Cannabis?

Der Preis von Haschisch und Marihuana liegt im Bereich von 4-10 Euro pro Gramm.

### Macht Cannabis abhängig?

Antwort: Folie „Abhängigkeit“

### Wie erkenne ich, ob mein Kind kiff?

Antwort: Folie „Cannabiskonsum erkennen“  
Bei dieser Frage sollte gleichzeitig der Inhalt der Folie „Reaktion“ bearbeitet werden.

### Welche Nebenwirkungen können Auftreten?

Antwort: Siehe Einleitungstext und Folie „Risiken“

### Welche Risiken bestehen?

Antwort: Folien „Risiken“, „Abhängigkeit“

### Wie wird Cannabis konsumiert?

Antwort: Folien „Konsum“, „Rauchutensilien“, „Eimerrauchen“

## Zusatzerläuterung:

### Was ist eine Bong? Was ist ein Eimer?

Eine Bong ist eine Wasserpfeife, die Wirkung ist stärker als bei der selbst gedrehten Haschischzigarette (Joint).

Ein Eimer ist etwas kompliziert zu erklären: Ein Eimer wird mit Wasser gefüllt. In diesen wird eine unten abgeschnittene Plastikflasche gehalten, so dass nur noch 5-10 cm heraus schauen. Auf den Flaschenhals wird nun (z.B. auf um den Hals gewickelter Alu-Folie, die oben durchlöchert ist) die entzündete Cannabis-Tabak-Mischung platziert. Zieht man nun die Flasche langsam nach oben (ohne dass diese komplett über Wasser ist), füllt sich diese durch Unterdruck mit Rauch. Nun nimmt man die Alufolie (oder sonstiges) ab, geht mit dem Mund an den Flaschenhals und drückt die Flasche nach unten und atmet gleichzeitig ein. Das gesamte Volumen an Rauch wird in die Lunge gedrückt. Die Wirkung ist wesentlich stärker als beim Joint.

### Wie hoch ist der Wirkstoffgehalt?

Antwort: Siehe Einleitungstext und Folien „Pflanze und Droge“

### Ist Cannabis legal?

Antwort: Folie „Rechtslage“, „Niederlande“, „Schulgesetz“

### Gibt es legale Cannabisprodukte?

Antwort: Folie „Cannabis: Pflanze und Droge“

#### Erläuterungen:

Die Rausch erzeugenden Cannabisprodukte sind illegal. Allerdings gibt es aus Nutzhanf (mit wirkungslosem, geringem THC-Gehalt) produzierte Kleidung, Kosmetika und mit Hanfsamen oder Hanföl zubereitete Lebensmittel wie Schokolade und Getränke, versehen mit dem fünfblättrigen Cannabisblatt als Logo. Diese Produkte sind nicht Rausch erzeugend.

Die medizinische Verwendung von Cannabis ist klar von der Verwendung als Rauschmittel zu trennen. Es existieren Medikamente, die den Cannabiswirkstoff THC enthalten und bei HIV- oder an Krebs erkrankten Menschen appetitanregend wirken, die Rauschwirkung spielt hier keine Rolle. Ebenfalls legal ist der Verkauf von Rauchutensilien wie Pfeifen, Wasserpfeifen und langen Zigarettenpapieren.

### Was passiert, wenn mein Kind erwischt wird?

Antwort: Folien „Rechtslage“, „Schulgesetz“, „Niederlande“

### Was passiert bei KonsumentInnen mit ihrem Führerschein?

Antwort: Folie „Straßenverkehr“

### Infomaterialien

Material für Fachkräfte, Eltern und Jugendliche können Sie unter [www.stark-statt-breit.de](http://www.stark-statt-breit.de) bestellen.

Weitere Bezugsquellen sind:

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

[www.dhs.de](http://www.dhs.de) (Hier gibt es einige wenige fremdsprachige Informationsblätter.)

### Beratungsangebote

Die Beratungsmöglichkeiten für Fachkräfte, Eltern und Jugendliche aus Nordrhein-Westfalen sind unter [www.stark-statt-breit.de](http://www.stark-statt-breit.de) zu finden.

Dort sind die entsprechenden Beratungsstellen sowie Fachkräfte für Suchtvorbeugung nach Städten geordnet aufgelistet.

### Wie kann es weitergehen?

Auch wenn ein einzelner Elternabend noch keine unmittelbaren Auswirkungen auf das Konsumverhalten an ihrer Schule haben mag, kann er doch wichtige Impulse für weitergehende Aktivitäten auslösen:

- Ein Elternarbeitskreis zum Thema Suchtprävention oder Gesundheit entsteht
- Eltern fragen Folgeveranstaltungen und Materialien nach
- Eltern beteiligen sich verstärkt an schulischen Prozessen
- Eltern suchen Beratung zu Erziehungsproblemen

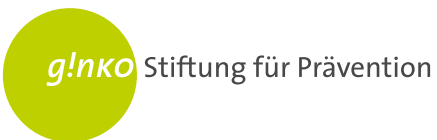
Vielen Dank für Ihren Einsatz und viel Erfolg!

Nach einer Vorlage der Fachstelle für Prävention, Verein Arbeits- und Erziehungshilfe e.V., Frankfurt, überarbeitet von Silke Morlang und Tanja Schmitz-Remberg



# STARK STATT BREIT

Präventionsprogramm  
Cannabis **Nordrhein-Westfalen**



**g!nko** Stiftung für Prävention  
Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW (Herausgeber)  
Kaiserstraße 90  
45468 Mülheim an der Ruhr  
0208 300 69 31  
[www.ginko-stiftung.de](http://www.ginko-stiftung.de)