

SUPER TIPPS FÜR KLEIN UND GROSS

◆ *Sehnsucht*

Mal es aus
und **lern** daraus!



AUSMALHEFT

DAS BÄRENSTARKE

Für die Eltern

Jeder junge Mensch wird heute früher oder später mit Drogen konfrontiert und ist durch sie gefährdet.

Zum Verständnis: Drogen sind Stoffe, die auf das psychische und/oder physische Befinden einwirken und eine mehr oder weniger starke Abhängigkeit zur Folge haben können.

Weit verbreitet und gesellschaftlich toleriert sind Drogen wie Alkohol, Nikotin und Medikamente. Der frühzeitige Missbrauch dieser „legalen“ Drogen kann aber den ersten Griff zur illegalen Droge, den Einstieg in den Konsum von Rauschgiften, begünstigen.

Die Gefährdung durch Drogen begrenzt sich längst nicht mehr allein auf solche „klassischen“ Stoffe wie Heroin, Kokain, Haschisch oder LSD. Gefahr droht auch von den neuen synthetischen Drogen wie Ecstasy, von Medikamenten und Schnüffelstoffen.

Jeder Drogenkonsum beinhaltet das Risiko, in Sucht bzw. Abhängigkeit zu führen, d.h. zum gewohnheitsmäßigen und zwanghaften Gebrauch dieses Stoffes.

Die Ursachen für Drogenmissbrauch bzw. Sucht sind vielschichtig. Ungelöste Konflikte, unbewältigte Probleme in der Familie, in der Schule oder im Freundeskreis verleiten dazu, Drogen als Problemlöser zu benutzen. In unserer konsumorientierten Gesellschaft wird zu häufig das passive Erleben der aktiven Freizeitgestaltung vorgezogen. Video, Fernseher und Computer treten an die Stelle von Sport, Spiel und Abenteuer. Drogenkonsum in Erwartung von Zufriedenheit, Glück und Abenteuer ist Ausdruck dieser passiven Erlebnishaltung. Die herkömmliche Auffassung „unserem Kind geht es gut, Drogen sind für uns kein Thema“ kann ein gefährlicher Irrtum sein. Voraussetzungen und Neigungen für die Gefährdung durch Rauschgift können schon im Kindes- und Jugendalter entstehen. Das Vorbild der Erwachsenen, deren Umgang mit Alkohol, Nikotin oder Medikamenten prägt das Verhalten der Kinder; mit zunehmenden Alter wirken aber auch die Einflüsse aus dem Freundeskreis und der Gruppendruck.

Es liegt in der Verantwortung der Erwachsenen, Kinder und Jugendliche in die Lage zu versetzen, sich bewusst gegen Drogen entscheiden zu können.

Hierzu ist es erforderlich, ihr Selbstwertgefühl zu stärken, ihnen Konfliktfähigkeit zu vermitteln und Hilfe für eine aktive Lebensgestaltung zu geben.



**Für heute ist die Schule aus,
die Kinder gehen jetzt nach Haus'.
Wir begleiten sie und wollen sehen,
was unter Freizeit sie verstehen;
wie sie den Tag für sich gestalten,
sich richtig oder falsch verhalten.**

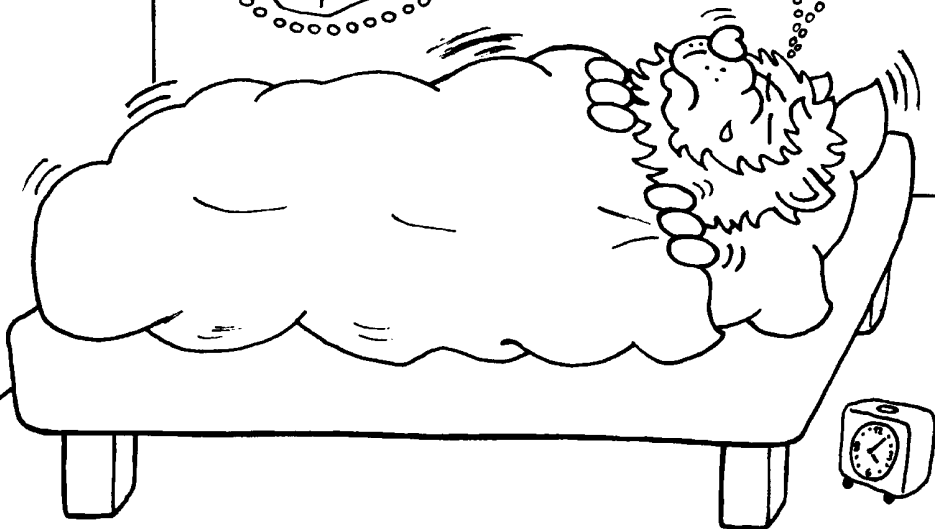


**Kai schmeißt gleich alle Sachen hin,
er hat das Fernsehen nur im Sinn.
Ob „Batman“, „A-Team“, „Enterprise“,
Kai ist auf alle Filme heiß.
Stört ihn jetzt wer, dann gibt es Zank.
Kai Löwe - du bist fernsehkrank.**

Chinchillamax
präsentiert:



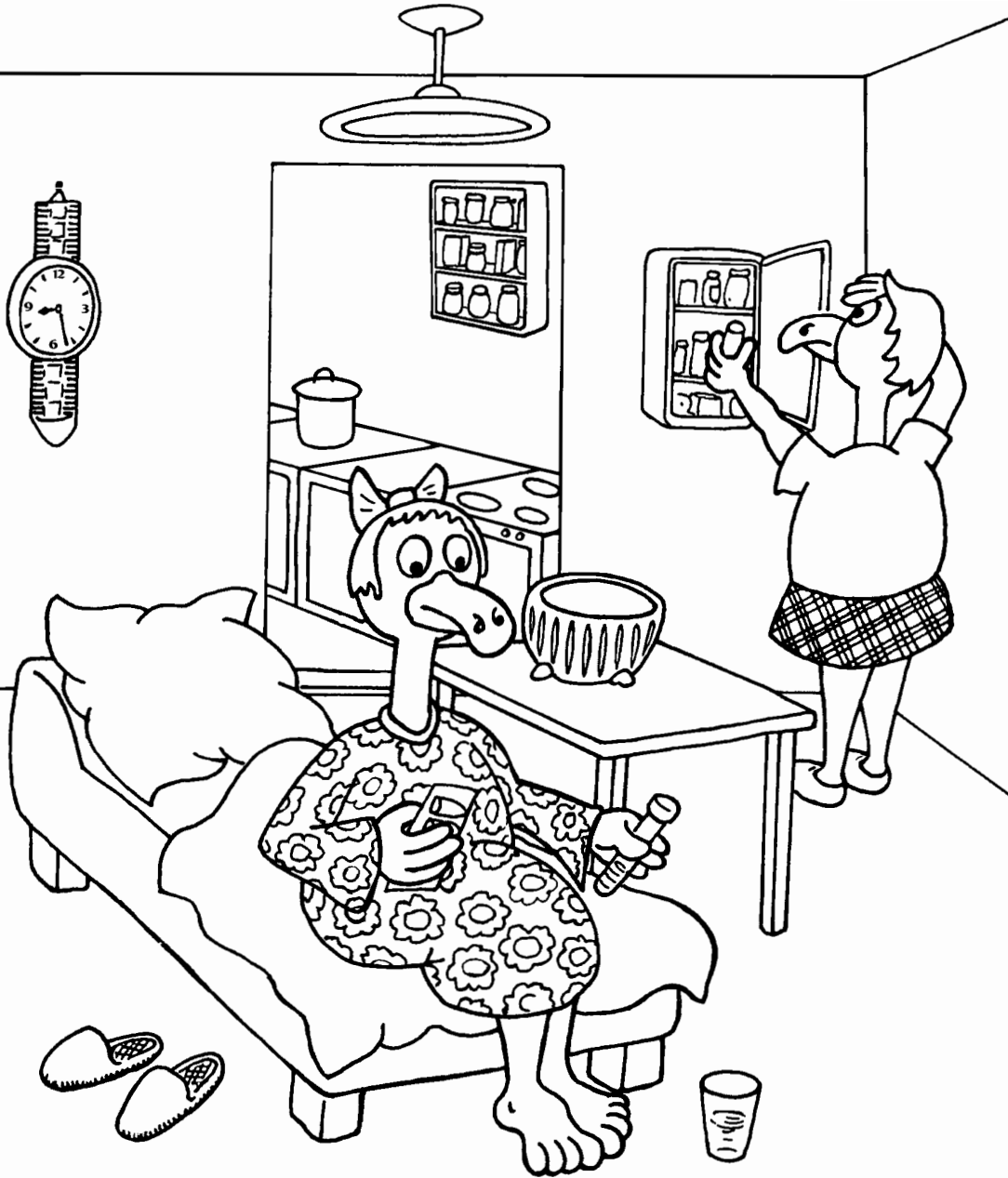
Tom Hengst
in
Schrecken
der Nacht!



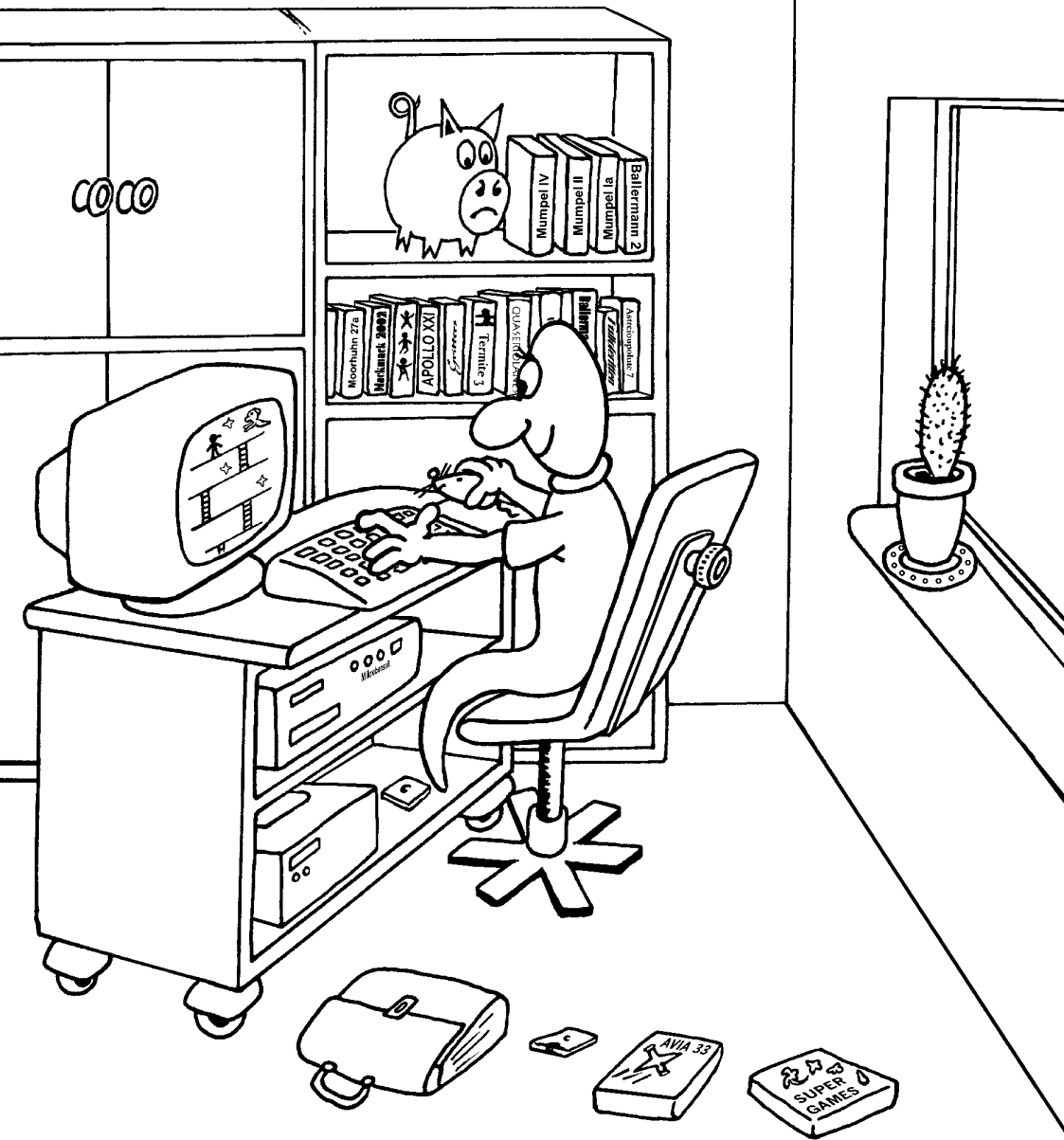
**Auch nachts träumt er von seinen Helden,
durchlebt nochmals die Flimmerwelten.
Früh kommt er kaum aus seinem Bett,
ist müde, bockig, gar nicht nett.
Doch nachmittags - er kann's nicht lassen,
Kai möchte keinen Film verpassen.**



**Jutta Erpel kann beim Essen
sich und die ganze Welt vergessen.
Sie nascht auch ständig, ohne Grund,
so wird sie langsam kugelrund.
Läuft mal was so, wie es nicht soll,
stopft sie sich mit Pralinen voll.**



**Derart gefüllt, fällt schlafen schwer,
deshalb muss jetzt ein Zäpfchen her.
Jutta meint, es hilft bestimmt,
wenn man viele Pillen nimmt.
Sie denkt, Tabletten braucht ihr Magen.
Doch - wird sie ständig das vertragen?**



**Kaum ist Heiko Wurm zu Hause,
läuft sein Computer ohne Pause.
Heiko kennt nur noch ein Ziel,
das neueste Computerspiel.
Sein Sparschwein ist dadurch fast leer,
auch Freunde hat er keine mehr.**



Nichts gegen das Computerspiel,
doch was zu viel ist, ist zu viel.
So zu sitzen, Stund' für Stund',
ist mit Gewissheit nicht gesund.
Deshalb, Heiko, sei geschick,
nimm dir auch für dies' hier Zeit.



**Sehr viele der Computerspiele
haben recht zweifelhafte Ziele.
Man soll „ballern“, boxen, um im Spiel zu bleiben
und sich so gedankenlos die Zeit vertreiben.
Hier siegt Heiko, voller Stolz getränkt.
Doch zum Schluss ist nur die Zeit verschenkt.**

COMPUTER von PO BISS

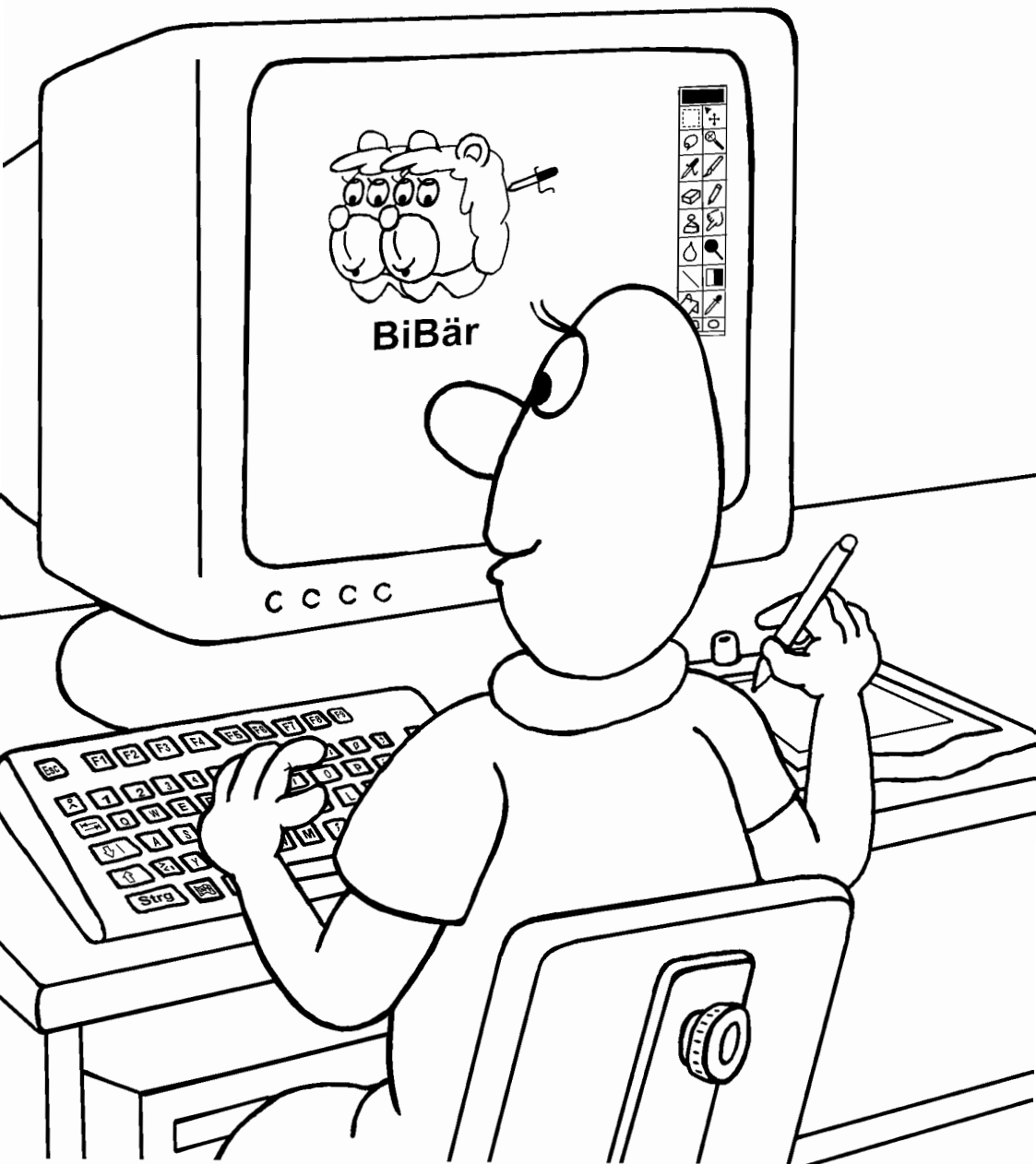


**Heiko will die Spielsucht überwinden
und eigene Ideen finden.**

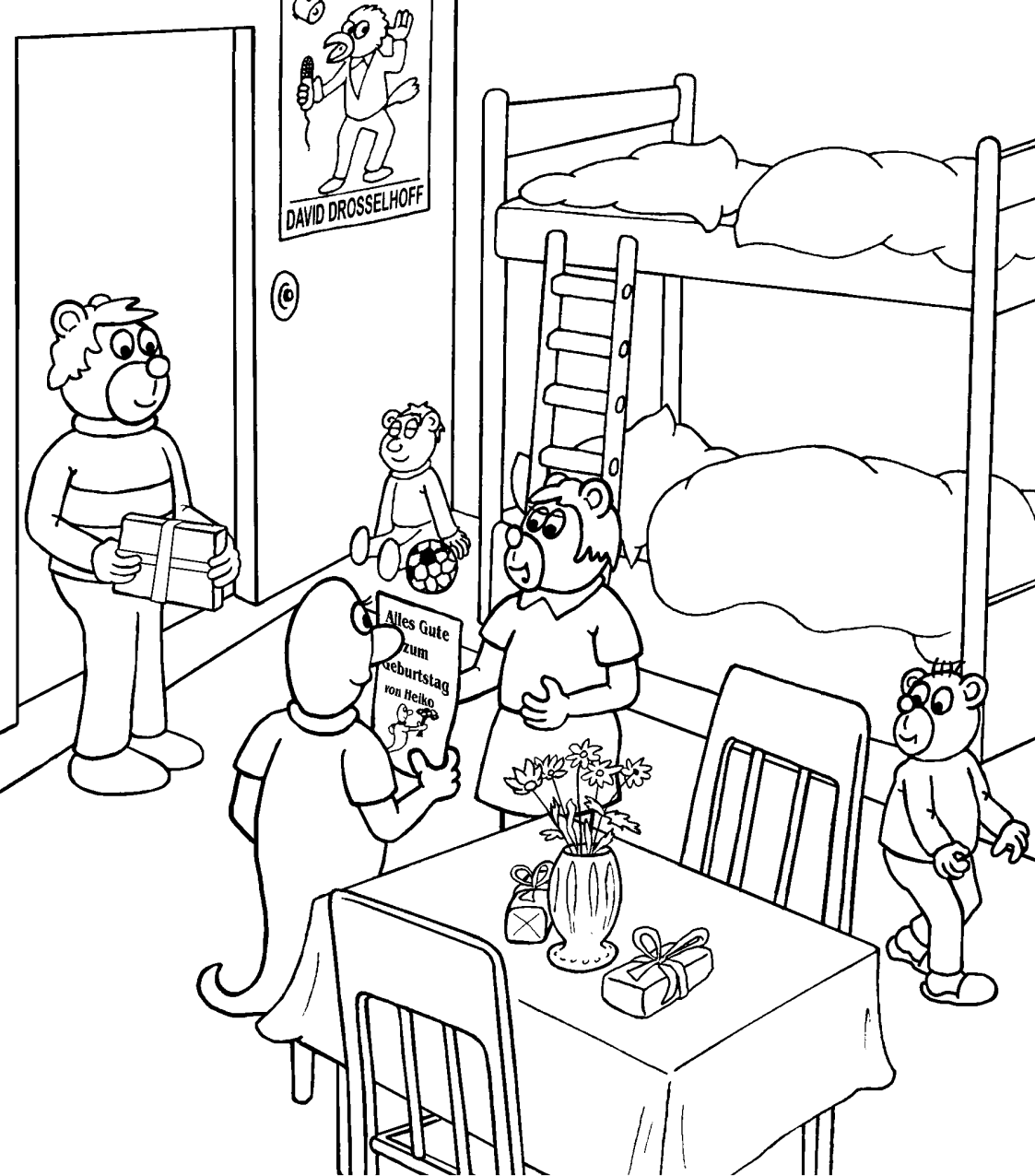
**Hier entdeckt er eine Möglichkeit
für schöpferische Tätigkeit.**

Er muss an sein leeres Sparschwein denken.

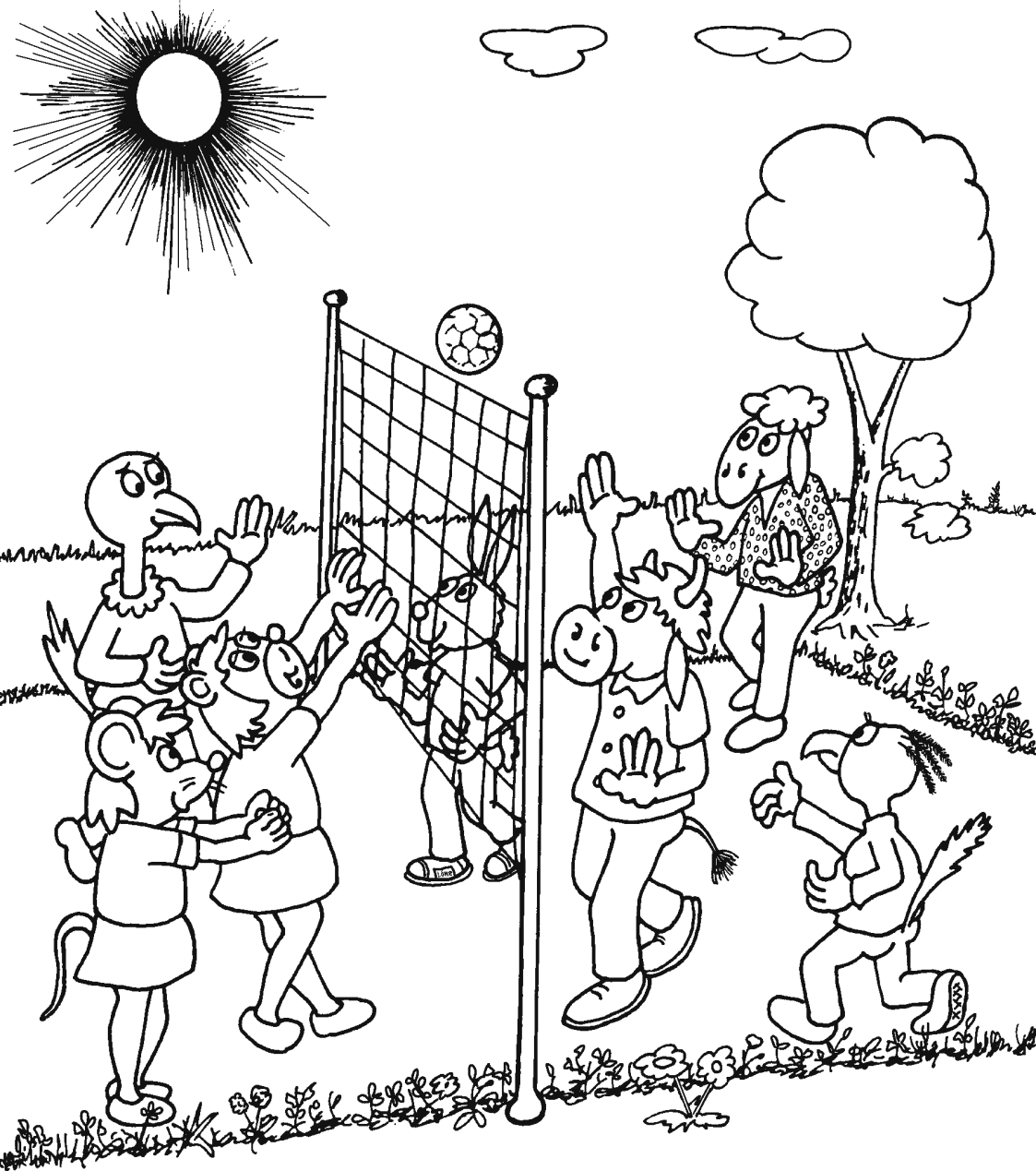
„Das lasse ich mir zum Geburtstag schenken!“



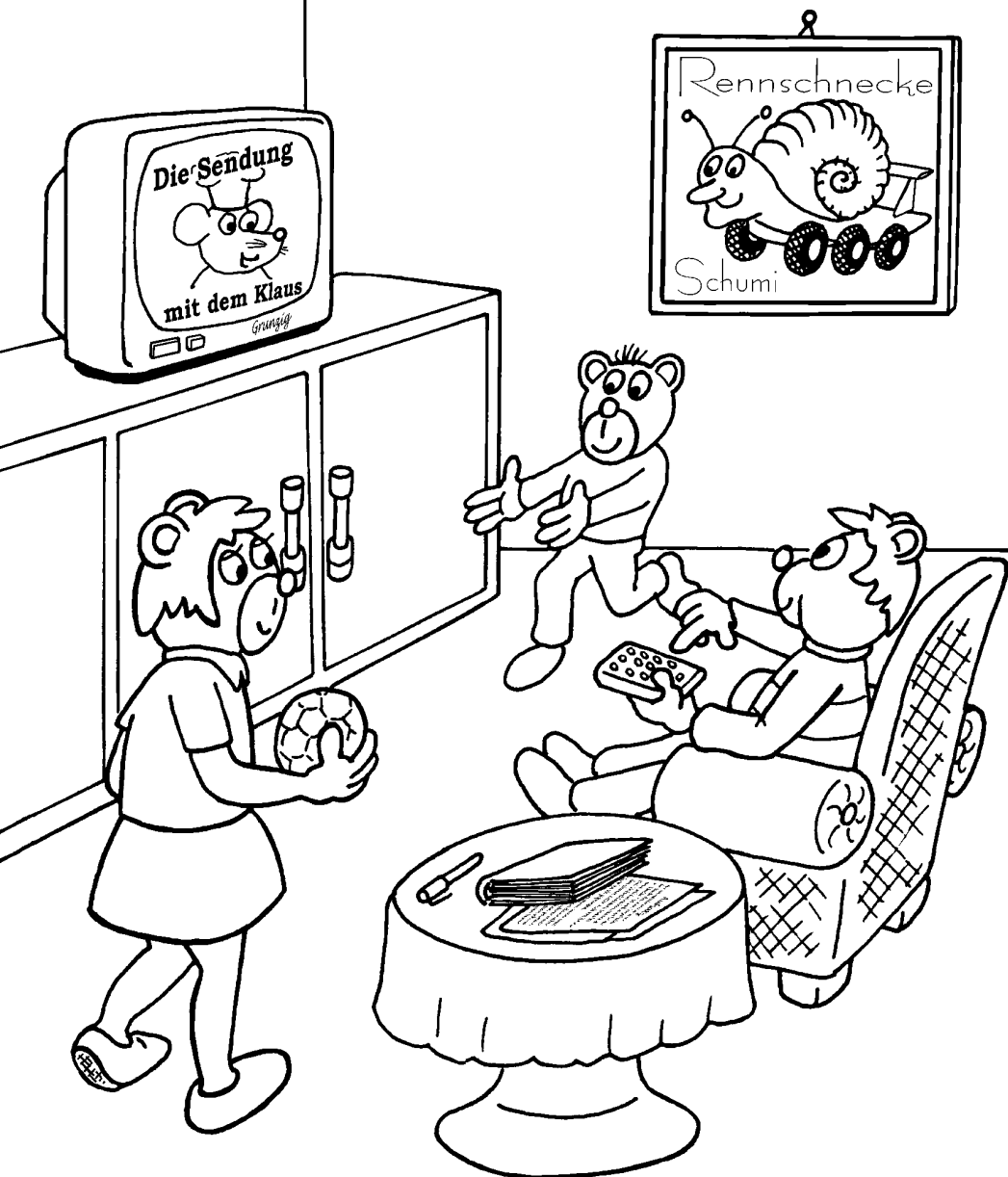
Und hier probiert es Heiko aus.
Ein Zeichenstift ersetzt die Maus.
Zum Zeichnen und Radieren
kann er den Stift leicht dirigieren
Mit etwas Übung lassen
sich Ideen so in Bilder fassen.



Heiko hat die Spielsucht überwunden und zu sich selbst zurück gefunden. Das Malen stärkt sein Selbstvertrauen und hilft, Kontakte aufzubauen. So freut sich hier die Steffi Bär über Heikos Glückwunschkarte sehr.



**Steffi, sie bewegt sich viel,
tobt sich aus bei Sport und Spiel.
Langweilig wird es ihr nie sein,
sie teilt sich ihre Zeit gut ein.
Sie kann den anderen Kindern raten:
Nichts übertreiben schützt vor Schaden!**



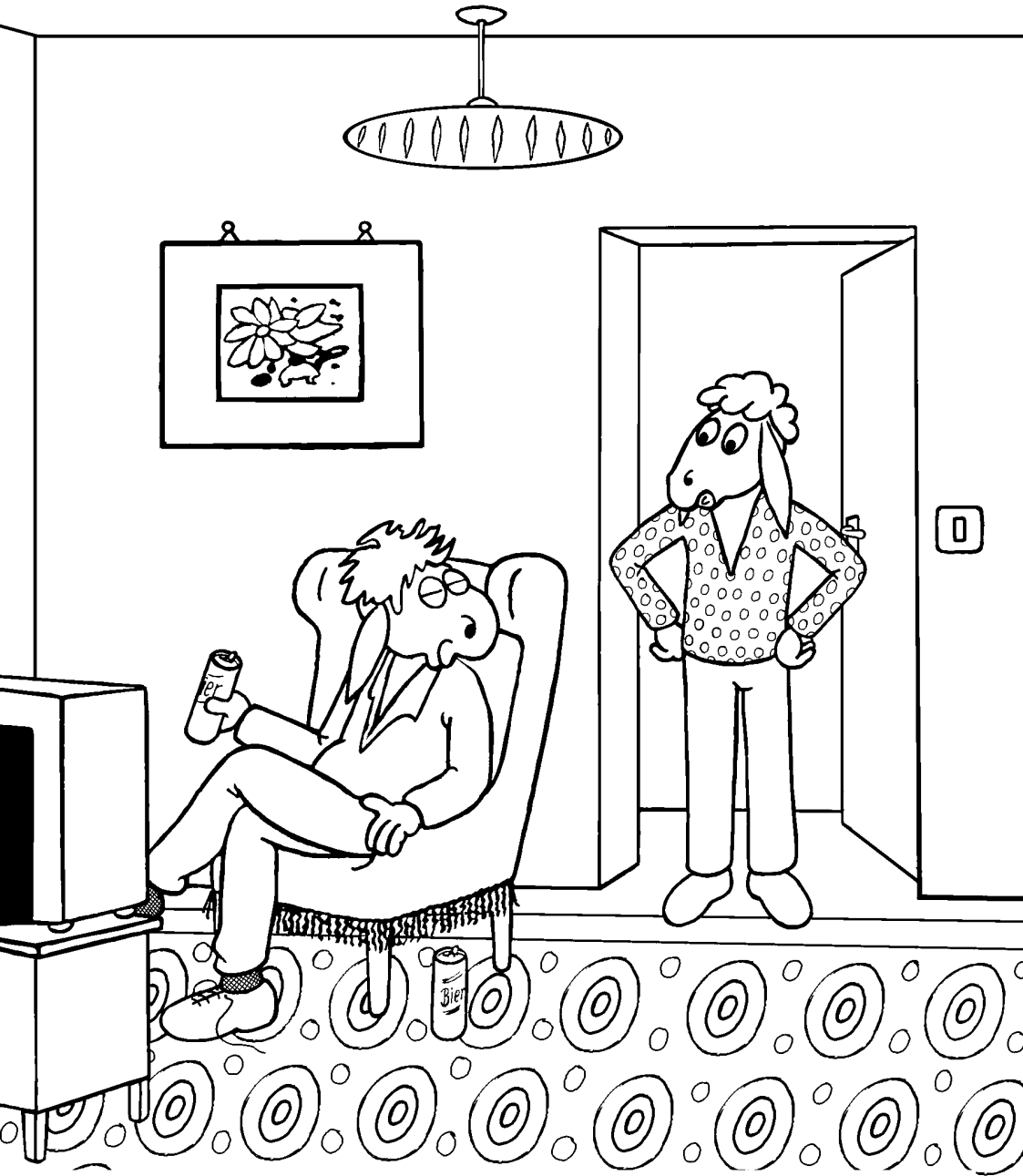
**Zwischen Spiel, Sport und Schularbeiten
kann auch der Felix unterscheiden.
So darf er dann, was wir verstehen,
in Ruhe seinen Wunschfilm sehen.
Er hat schon viel getan zu Hause,
gönnen wir ihm diese Pause.**



**Die Eltern von dem Florian
arbeiten bei der Eisenbahn.
Ihr Arbeitsweg, der ist sehr weit.
So haben sie auch wenig Zeit
für das, was ihre Kinder treiben,
die oft allein zu Hause bleiben.**



**Florians Bruder sehen wir hier,
den Marcus. Der trinkt gerne Bier,
oft mehr, als er vertragen kann.
Wird er durch Alkohol zum Mann?
Marcus schwankt, Marcus lallt,
nur mühsam findet er noch Halt.**



**Wie handelt Florian jetzt richtig?
Der Marcus zeigt sich uneinsichtig,
als Florian sein Verhalten rügt.
Was tun, wenn das nicht genügt?
Schweigen ist zwar angenehm,
doch es löst nicht das Problem.**



**Alkoholgenuss im Übermaß
macht krank - da endet jeder Spaß.
Petzen? Florian überwindet diese Pein
und weicht im Gespräch die Eltern ein,
damit sie dem Marcus Hilfe geben
auf seinem Weg durch's weitere Leben.**



Der Uwe Panther trifft sich hier mit Ralf Biber und Bernd Stier. Die Großen fühlen sich wohl im Rauch. Uwe meint: „Das kann ich auch!“ Und wird es ihm dabei auch schlecht, er will ein Kerl sein, jetzt erst recht.



Gesetz zum Schutz der Jugend ...

Das Gesetz regelt zum Schutz der Kinder und Jugendlichen, diese vor finanzieller Ausbeutung, seelischen Zwängen und Gefährdungen durch Abhängigkeiten zu schützen. So liegt es unter anderem fest, dass an Personen

- unter 16 Jahre keine
- Zigaretten und
- alkoholische Getränke

verkauft oder ausgegeben werden dürfen. Unsere Verkäufer wissen das und richten sich ganz genau nach dieser Festlegung. Im Falle eines Zweifels lassen sie sich den Ausweis zeigen und überprüfen so das Alter des Kunden. Hat dieser keinen Ausweis o.ä. Dokument zur sicheren Feststellung seines Alters, so erhält er weder Alkohol noch Zigaretten.

IGITTICAT macht Katzen satt!
 10 Kilo nur 5 EUR
 ISST DIE KATZE GESUND,
 FREUT SICH DER HUND!

SCHLABBI für den Pappi
 NUR 3,55

REIHERS QUARK MACHT STARK!
 immer frisch!

Zigaretten kaufen kann er nicht, so wird er jetzt zum Bösewicht. Er denkt, wenn er sie stehlen kann, erkennt man ihn als clever an. Er hält sein falsches Ziel für Mut. Wir wissen schon - das geht nicht gut.



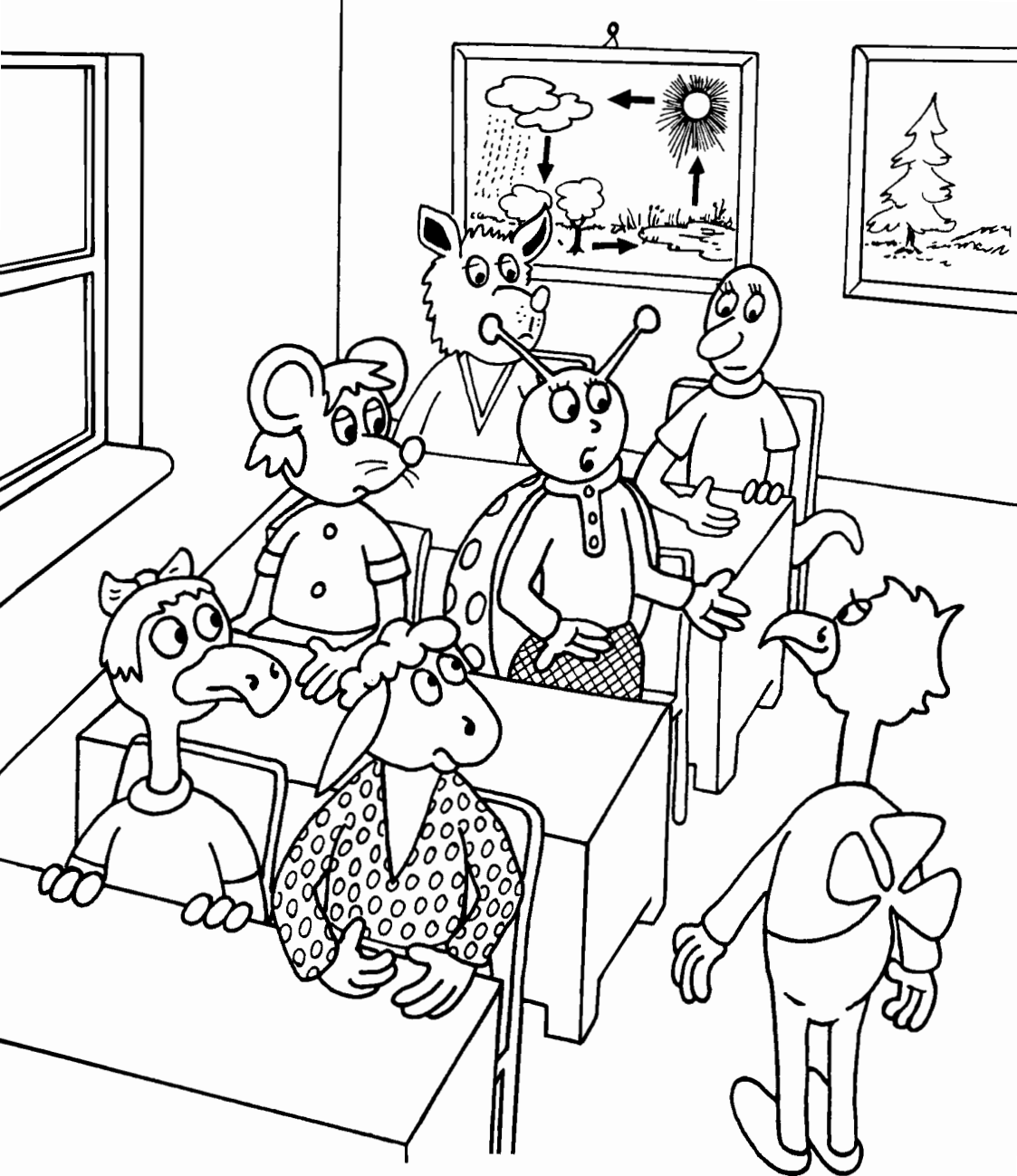
Die Zigaretten kaum versteckt,
da wird der Diebstahl schon entdeckt.
Sein Jammern ist jetzt einerlei,
Herr Hamster ruft die Polizei.
Sie bringt nach Hause dann das Kind.
Klar, dass die Eltern sauer sind.



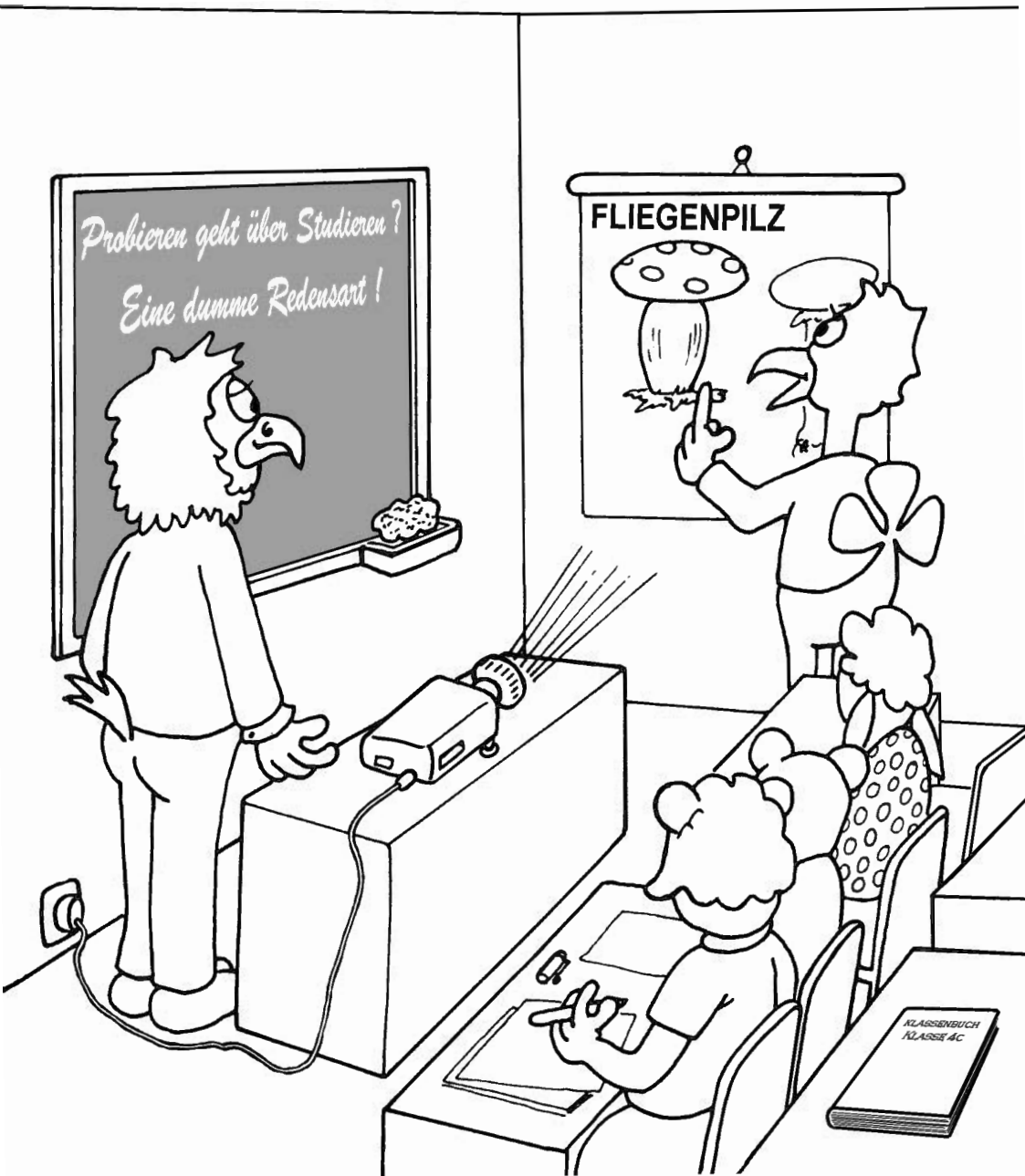
Natürlich bleiben diese Sorgen auch Lehrer Eule nicht verborgen, da er nach dem Unterricht öfter mit den Eltern spricht. Mit Vater Bär und Mutter Maus tauscht er hier die Gedanken aus.



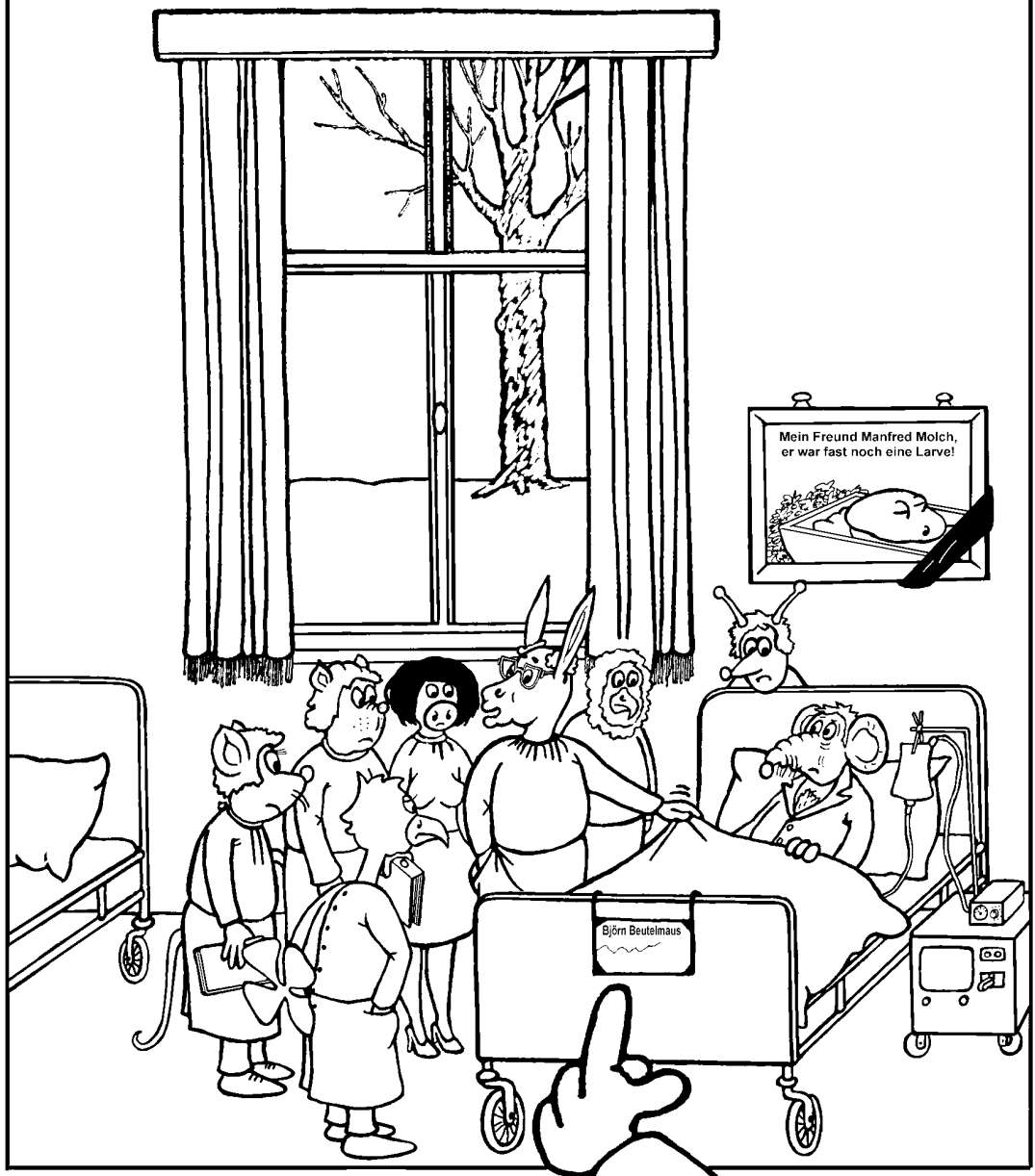
**Um Kids vor Schaden zu bewahren,
spricht Doktor Sachs zu Suchtgefahren:
„Gesund leben ist sehr wichtig,
die Bärenkinder handeln richtig!“
Und um ihr Wissen aufzuhellen,
können die Kinder Fragen stellen.**



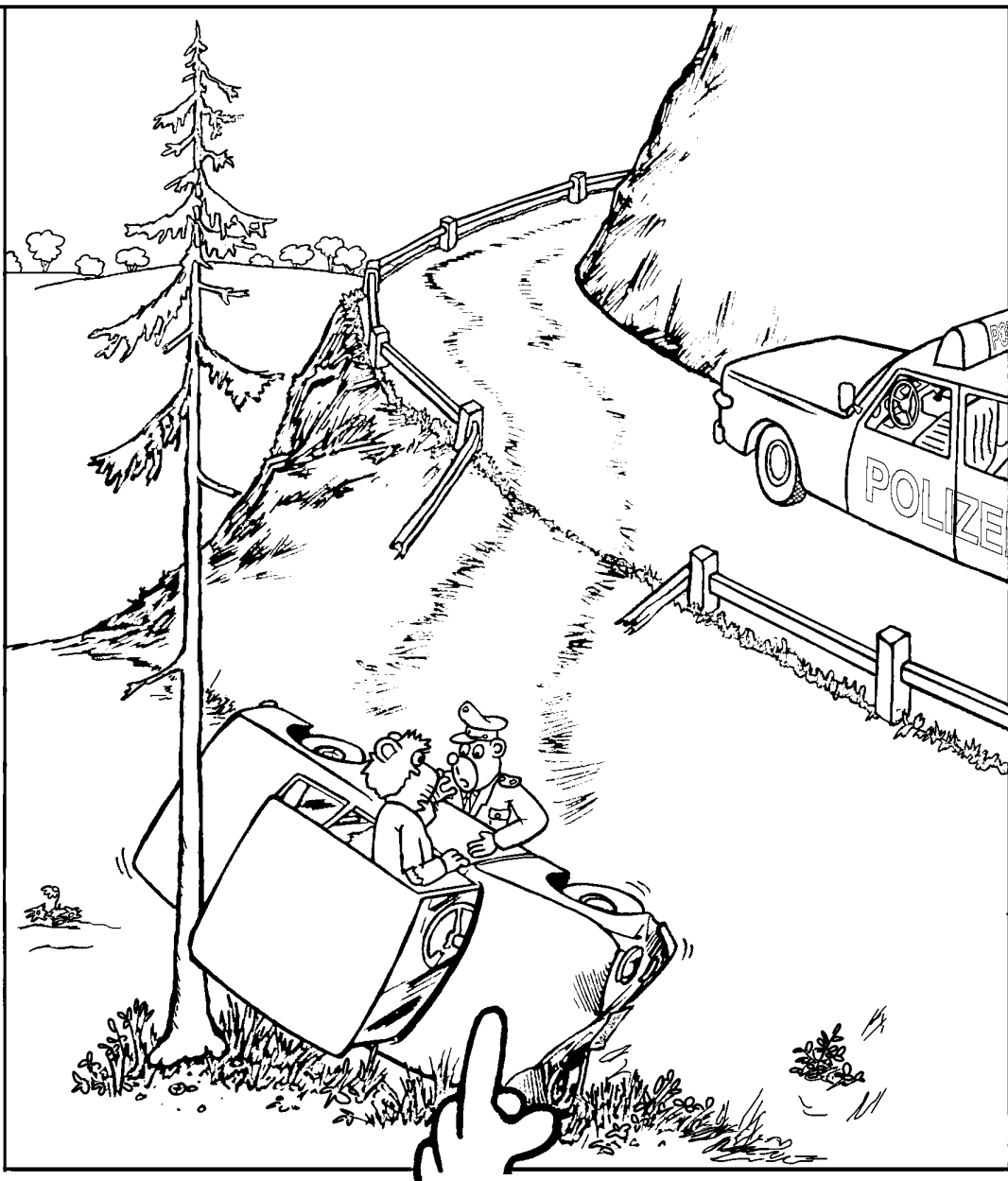
**Marinas große Schwester geht
gern zur Disco, oft und spät.
Ihr Freund meint, sie soll sich nicht zieren
und einmal Drogen ausprobieren;
aus Neugier nur, damit sie sieht,
was danach mit ihr geschieht!**



**„Solch' Gift nimmt keiner in den Mund!
Jetzt nennt mir einen guten Grund,
weshalb man selbst durch den Genuss
das Gift der Drogen prüfen muss.
Dieses Gift ist unberechenbar;
am schlimmsten ist die Suchtgefahr.“**



**„Erst 20 ist Björn Beutelmaus,
doch er sieht fast wie 80 aus.
Auch Björn begann mit dem Probieren.
Die Sucht zerstörte seine Nieren.
Jetzt ruht er hier im Krankenzimmer.
Dem Freund Molch erging es schlimmer.“**



„Auch das hier gehört zum Geschehen,
was wir leider öfters sehen.
Nach einer langen Disco - Tour
kam Horst Hamster aus der Spur.
Eine Pille nur hat ihn berauscht
und zum *Schumi* aufgebauscht!“



**„Der Tabakrauch und der Alkohol
tut auch Erwachsenen nicht wohl.
Kinder müssen ganz strikt beides meiden,
um keinen Schaden zu erleiden.
Seht hier den betrunkenen Ralf Rabe!
Ist er nicht ekelig wie 'ne Küchenschabe?“**



**Gelernt haben die Schüler viel.
Beraten wird hier mit dem Ziel,
auch andere Kinder zu erreichen,
da sich die Probleme gleichen.
Die Idee hat Anja Maus:
„Wir sammeln, basteln, stellen aus!“**



Bild und Text: Peter Dunsch

**Die Ausstellung wird hilfreich sein,
 viel Wichtiges prägt sich so ein.
 Den Kindern hilft sehr gern dabei
 der Bodo von der Polizei.
 Die Ausstellung „GESUNDES LEBEN“
 soll allen Kindern Hilfe geben.**



Wer weiß es richtig?

Ist Jutta Erpel müde, nimmt sie Tabletten.
Kann sie nicht schlafen, nimmt sie andere
Tabletten. Eigentlich nimmt sie immer und
gegen alles Tabletten.
Das ist:



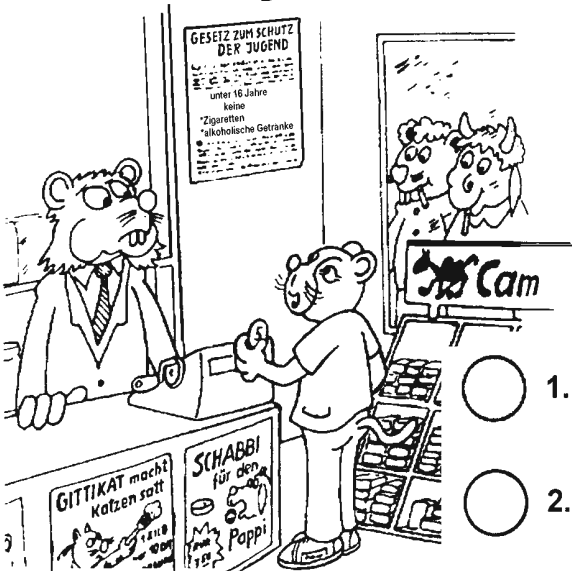
- 1. Auf Dauer sehr schädlich. Jutta sollte prüfen, ob sie nicht durch Sport und Spiel ihre Lebensweise ändern kann.
- 2. Sehr gesund; Tabletten helfen immer gegen alles, das lehrt uns doch auch das Fernsehen.
- 3. Sehr richtig, die Apotheken müssen ja ihre Medikamente auch verkaufen.

Dem 12-jährigen Uwe Panther wird hier eine Büchse Bier angeboten.
Wie handelt Uwe richtig?



- 1. Uwe nimmt das Geschenk an. Geschenke darf man ja nicht ablehnen, oder?
- 2. Uwe lehnt das Angebot ganz entschieden ab. Er weiß, dass Alkohol für Kinder sehr schädlich ist.
- 3. Uwe trinkt die Büchse ganz schnell aus, damit es keiner sieht, weil es ja verboten ist.

Uwe Panther will hier Zigaretten kaufen.
Der Verkäufer sagt:



- 1. „Das freut mich aber, brauchst du nicht auch noch Streichhölzer?“
- 2. „Hier hast du sie. Aber rauche bitte nicht vor meinem Laden.“
- 3. „Zigaretten verkaufe ich dir nicht, du bist noch keine 16 Jahre alt!“

„Keine Macht den Drogen!“

Wie verhalte ich mich richtig?

Drogen sind Stoffe, die auf das Befinden einwirken und eine Abhängigkeit zur Folge haben können. Es handelt sich dabei um legale und illegale Drogen. Was gehört zu welcher Gruppe?

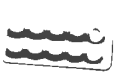


	legale Droge	illegale (verbotene) Droge
- Alkohol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
- Haschisch	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
- Kokain	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
- Nikotin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
- Ecstasy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
- Koffein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
- Heroin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sucht hat viele Ursachen. Kreuze drei mögliche Suchtursachen an:

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> interessantes Leben | <input type="radio"/> Schulprobleme |
| <input type="radio"/> Einsamkeit | <input type="radio"/> Optimismus |
| <input type="radio"/> großer Bekanntenkreis | <input type="radio"/> mangelndes Selbstvertrauen |
| <input type="radio"/> Humor | <input type="radio"/> Kontaktfreudigkeit |
| <input type="radio"/> Engagement in einem Verein | <input type="radio"/> Minderwertigkeitsgefühl |

Süchtig werden kann man durch:



Illegale Drogen	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
Medikamente	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
Obst und Gemüse	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
Mineralwasser	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein

Die wichtigsten Tipps zum Thema:

- Kinder lernen vom Vorbild der Erwachsenen. Leben Sie Ihrem Kind vor, sich bewusst gegen Drogen entscheiden zu können.
- Drogenkonsum und -abhängigkeit treten nicht urplötzlich auf, sondern entwickeln sich aus bestimmten Lebensumständen (Konflikte, fehlende Zuwendung, Orientierungslosigkeit, aber auch Neugier oder Angeberei)
- Interessieren Sie sich für das Freizeitverhalten Ihres Kindes; entgegen der weitverbreiteten Annahme findet der erste Kontakt zu illegalen Drogen überwiegend im Freundeskreis und nicht durch den unbekanntes Dealer statt.
- Auffallende psychische Veränderungen bei Ihrem Kind sollten Anlass sein, sich noch intensiver um Ihr Kind zu kümmern, es genau zu beobachten und gegebenenfalls auch zu kontrollieren.
- Mögliche Warnsignale für Drogenkonsum können sein:
 - plötzliches Absinken aller schulischen Leistungen,
 - Aufgabe oder plötzlicher Wechsel des Freundeskreises,
 - Vernachlässigung der Körperpflege,
 - Aufgabe von Interessen, Neigungen, Hobbys,
 - Rückzug in die totale Isolation,
 - völliges Desinteresse an Schule, Elternhaus und der eigenen Entwicklung,
 - unerklärlicher Geldbedarf.

Alle diese Symptome müssen nicht zwangsläufig für eine Drogenabhängigkeit stehen. Es kann sich auch um ganz natürliche, entwicklungsbedingte Ursachen bei jungen Menschen handeln.

Versuchen Sie deshalb in einem vertrauensvollen Gespräch zu klären, wo die Probleme Ihres Kindes liegen.

Bei weiteren Fragen zum Thema wenden Sie sich bitte an Ihre zuständige polizeiliche Beratungsstelle. Bei Problemen erhalten Sie Hilfe durch die Sucht- und Drogenberatungsstellen, die Ihr Anliegen vertraulich behandeln.

Unsere Serie:
BERÜHMTE SPÜRNASEN



BÄRRI COTTON

Herausgeber:
Landeskriminalamt Sachsen-Anhalt
Polizeiliche Kriminalprävention
Postfach 180165
Tel. Nr. 0391 250 - 0