

DIE DOSIS

Begleitmaterial für Pädagoginnen und Pädagogen



Fotocredit: Valerie Bachschwöll

Ein Peerprojekt vom Verein Dialog und dem Institut für Suchtprävention Wien

Performance 50 Minuten | Publikumsgespräch 20 Minuten |

Empfohlen ab 16 Jahren

Begleitinformationen erstellt von: Christina Rauchbauer, Lisa Wessely,
Margit Bachschwöll, Martin Weber

Inhaltsverzeichnis

1. ZUR PRODUKTION.....	3
2. ENTSTEHUNGSPROZESS	4
3. INSZENIERUNG	5
4. VORBEREITUNG	5
5. PERFORMANCE.....	6
6. PUBLIKUMSGESPRÄCH	7
7. NACHBEREITENDE SPIELE UND ÜBUNGEN.....	8
8. WISSENSWERTES ÜBER DROGEN UND SUCHT.....	15
9. PROJEKTLEITUNG UND FÖRDERUNGEN	19
10. WEITERFÜHRENDE EMPFEHLUNGEN.....	20
11. KONTAKT	21

1. ZUR PRODUKTION

Die Dosis macht das Gift!

Doch woher weiß ich, was meine Dosis ist? Was passiert, wenn ich Ecstasy mit Alkohol mische? Kann ein Vogel süchtig werden? Wie kann ich alles vergessen, ohne zu trinken? Ist Ketamin für alle Pferde legal? Was passiert, wenn ich gar nicht rauche? Und wann wird Genuss zur Sucht?

Jugendliche PerformerInnen suchen nach dem Nonplusultra-Trip, der perfekten Dosis, dem ekstatischsten aller Genüsse, dem relaxtesten Rausch aller Sinne. Doch meist haben alle Superlative einen Haken und so durchleben die SpielerInnen die immer gleichen Trips in Dauerschleife wieder. Aber die Dosis verändert sich unkontrolliert. Die SchauspielerInnen werden mit Momenten der Einsamkeit, des Zwangs und der Angst konfrontiert. Von einem Lachkrampf zum anderen fühlen sie sich als SuperheldIn, in süße Watte gepackt, außerhalb ihres Körpers schwebend, und singen monotone, scheinbar nicht enden wollende Selbsthilfechöre, bis die Überdosis nicht mehr weit ist.

Das Ensemble, bestehend aus Jugendlichen mit und ohne Fluchterfahrung, erzählt Skurriles und Ehrliches über Drogen, ohne dabei moralisierend zu sein. Dieser neugierige und reflektierte Zugang zu Motiven von Substanzkonsum und Wirkungen dieser Substanzen enttabuisiert die Auseinandersetzung mit dem Thema Sucht, wirft Fragen auf und regt das Publikum zum Nachdenken an: Was ist meine Dosis?

Regie: Luigi Guerrieri, Christina Rauchbauer

Projektleitung & Förderung: Verein Dialog, Institut für Suchtprävention Wien

2. ENTSTEHUNGSPROZESS

Wie bewegen sich Drogen?

Wie bewegen sie dich?

Wann wird Genuss zur Sucht?

Und was ist deine Dosis?

Ausgehend von diesen Fragen haben wir uns gemeinsam mit zwölf Jugendlichen mit und ohne Fluchterfahrung im Alter von 16 bis 25 Jahren auf die körperliche und theatrale Erforschung des Themas Drogenkonsum und Sucht gemacht.

Die Planungsphase des Projektes dauerte ca. 6 Monate. Nach den ersten offenen Stunden (Castings) mit einer Anzahl von ca. 40 TeilnehmerInnen begannen wir mit fünfzehn Interessierten den Probenprozess, der in geblockten Einheiten im Zeitraum von März bis Juni 2018 stattfand. Bis auf den Kontext – sich mit dem Thema Drogenkonsum und Sucht auseinanderzusetzen – war und wurde nichts vorgegeben!

Die Diversität der Gruppe war wesentlich, da das Projekt ein Teil von weiteren Maßnahmen im Bereich „Junge Menschen mit Fluchterfahrung“ ist.

Dies war eine besondere Herausforderung in der Planung des Prozesses. Letztendlich aber war die Diversität eine große Bereicherung für die Gruppe, die Dynamik und die Umsetzung des Stückes.

Die Theaterproben waren für die Jugendlichen Zeiten der Entschleunigung und vor allem eine Gelegenheit, bei der man loslassen, Spaß haben, sich einbringen und mit anderen erleben kann, Ängste rausschreien kann, verrückte Sachen gemeinsam ausprobieren und entspannter nach Hause geht.

Die Motivation der SpielerInnen, an dem Projekt mitzuwirken, waren hauptsächlich die Lust am Tanzen und Theaterspielen und die Möglichkeit, mit Menschen anderer Herkunft zusammenzukommen und einander kennenzulernen.

In Reflexionsrunden haben wir offen mit den SpielerInnen über ihre Fragen zu Sucht und Drogen gesprochen und gemeinsam mit dem Team des Instituts für Suchtprävention Wien und des Vereins Dialog Wissenswertes über Suchtverhalten erfahren. Auch diese Gespräche sind in das Stück eingeflossen und zeugen von einem sehr interessierten Umgang mit einer oft tabuisierten Thematik.

Wir führten gegen Ende des Prozesses eine Aufführung vor ExpertInnen der Suchtprävention und KünstlerInnen durch, um deren Feedback während des Entstehungsprozesses in das Stück einzubauen. Vor allem die Fragen „Was habt ihr gesehen? Was habt ihr gefühlt? Und was nehmt ihr euch in Bezug zum Thema Sucht mit?“ waren in der Nachbereitung von Bedeutung.

3. INSZENIERUNG

Künstlerischer Hauptausgangspunkt der Performance war es, einen direkten physischen und emotionalen Ausdruck für Sucht, Drogen und Gründe für den Drogenkonsum zu finden, der abseits von logischen Beweggründen und moralischen Bewertungen liegt. Wir schufen Fantasieräume, die Platz für vielfältige Meinungen, Ideen und Fragen ließen und anregten, über das Thema nachzudenken.

Anhand von Übungen und Spielen aus den Bereichen Tanz, Rhythmik, Improvisation und Bewegungstheater erarbeiteten wir gemeinsam mit der Gruppe, die ihre Inputs gab, das Stück. Wir beschäftigten uns mit der körperlichen Veränderung durch Drogenkonsum, wie zum Beispiel: Entspannung und Anspannung, fremdbestimmt zu sein und keine Kontrolle über seinen Körper zu haben, extreme körperliche Reaktionen, wie hysterisches Zittern oder unkontrollierbare Lachkrämpfe. Leistungsdruck, Einsamkeit, Beruhigung und Selbstmedikation waren vordergründige Suchtmotive, mit denen wir uns szenisch auseinandersetzten.

Zudem waren Flucht und die Erfahrung der Integration bzw. des „Ankommens und Angenommenwerdens“ in Österreich ein wichtiges Thema, das vor allem aufgrund der Offenheit der Gruppe und ihres Bedürfnisses, darüber zu sprechen, aufgegriffen wurde.

Die Dramaturgie des Stückes bildet die Wiederholung einzelner Choreografien und Szenen, die sich durch die unterschiedliche Dosierung der Drogen verändern. So entsteht ein Fluss an Szenen, der stupide Routine und den Zwang von Sucht und gleichzeitig die Veränderung durch Drogenkonsum vom Genuss bis hin zur Sucht aufzeigt.

Abstrakte Bilder von Menschen nach dem Ecstasy-Konsum, abrupte Lach-Flashes nach Cannabiskonsum, Situationen totaler Paranoia, unerträgliche Selbstverliebtheit nach Kokainkonsum und plötzliche verzweifelte Einsamkeit zeigen das Wirkungsspektrum von Drogenkonsum auf.

4. VORBEREITUNG

Die Performance setzt sich abstrakt mit grundlegenden Themen von Jugendlichen auseinander und eröffnet vor allem einen emotionalen Zugang zu diesen Themen, daher sollte das Stück mittels Vor- und Nachbereitung in die pädagogische Arbeit eingebettet werden.

Wir empfehlen, mit den Jugendlichen über die Performance als theatralische Ausdrucksform zu sprechen, damit sich die Jugendlichen nicht ein klassisches Theaterstück erwarten.

Stellen Sie den Jugendlichen im Vorfeld der Aufführung folgende Fragen als Anregung zur Selbstbeobachtung:

- Was siehst du?
- Was fühlst du?
- Wo siehst du Verbindungen zum Thema Sucht und Flucht?
- Welche Assoziationen und Ideen hast du?

Es ist wichtig, zu betonen, dass es kein Falsch oder Richtig im Sehen und Wahrnehmen des Stückes gibt. Jede Idee und Assoziation ist erwünscht, jede/r kann etwas anderes vom Stück mitnehmen, auch wenn dies Gefühle der Verwirrung, der Trauer oder der Freude sind.

Im Anschluss an das Stück findet nach jeder Vorstellung ein Publikumsgespräch mit den SpielerInnen und den KünstlerInnen statt, das anhand von den oben angeführten Fragen das Gesehene mit dem Publikum reflektiert.

Wir empfehlen Ihnen, nach der Performance mit Ihrer Klasse/Gruppe nochmals über das Stück zu sprechen und folgende die unter Punkt 7 vorgestellten Übungen und Spiele aus dem Probenprozess auszuprobieren.

5. PERFORMANCE

Damit die Performance pünktlich starten kann, ersuchen wir das Publikum, ca. 10 Minuten vor dem Beginn am Aufführungsort zu sein. Die Performance dauert ca. 50 Minuten.

Konkret beschäftigten wir uns in den unterschiedlichen Szenen zu Beginn des Stückes mit Fragen und Assoziationen zu Drogen. Zwei szenische Settings wiederholen sich des Öfteren, um die entstehende Monotonie des Drogenkonsums zu verdeutlichen und die damit einhergehende Spirale der Abhängigkeit zu verstärken: Eine Choreografie im Kreis zeigt die Wirkungen unterschiedlicher Drogen – Personen mit Lachkrämpfen, auf LSD, ferngesteuert und ohne jegliche Entscheidungsmacht. Eine weitere Choreografie zeigt Personen mit Paranoia.

Des Weiteren gibt es Szenen von extremen körperlichen und emotionalen Zuständen, welche sich vor allem mit Beweggründen des Drogenkonsums auseinandersetzen: Ein Superhero-Song, der das Gefühl auf Kokain widerspiegelt; eine Szene, die Ausgrenzung in einer Gruppe darstellt; eine andere, welche das „Zurückgehalten-Werden“ darstellt; physische Reaktionen auf Drogen, wie Atemnot, Ohnmacht und Wut.

6. PUBLIKUMSGESPRÄCH

Nach der Performance benötigen die SchauspielerInnen ca. fünf Minuten Pause. Das Publikum bleibt in dieser Zeit im Zuschauerraum sitzen.

Die RegiseurInnen moderieren das Publikumsgespräch. Es können vom Publikum Fragen an die RegisseurInnen oder an die SchauspielerInnen gestellt werden; z. B.:

- Wer hat sich die Performance ausgedacht?
- Wie oft wurde geprobt?
- Welche Suchtmittel wurden in welchen Szenen dargestellt?

Auch die SchauspielerInnen und RegisseurInnen werden Fragen an das Publikum stellen:

- Was habt ihr gefühlt?
- Was habt ihr gesehen?
- Was habt ihr euch bei einzelnen Szenen gedacht?

Für dieses Gespräch sind max. 20 Minuten vorgesehen.

7. NACHBEARBEITENDE SPIELE UND ÜBUNGEN

Zur Reflexion und Integration der Inhalte ist es förderlich, Zeit für eine Nachbearbeitung einzuplanen. Diese sollte bald nach der Performance erfolgen. Oft reicht es schon aus, eine Gesprächsrunde zu den oben angeführten Fragen zu moderieren.

Zur Vertiefung stellen wir hier einige Methoden vor, die zur Auseinandersetzung mit der Thematik anregen.

Assoziationspiel

Zum Einstieg in die oftmals tabuisierten Themen Sucht und Drogen ist folgende Übung geeignet, um das Eis zu brechen:

- Die TeilnehmerInnen können im Kreis sitzen oder stehen. Die Übung ist einfach: Eine Person sagt ein Wort, eine Assoziation zu Sucht oder nennt den Namen einer Droge und schaut dabei die Person rechts neben sich an.
- Diese sagt der nächsten Person das erste Wort, das ihr dazu einfällt oder einen kurzen Satz.
So können die Jugendlichen wild drauflos assoziieren. Alle Ideen und Einfälle sind willkommen. Es gibt kein Richtig oder Falsch.
- Man kann auch folgende kurze Sätzen zum Ausdruck bringen: „*Ich weiß nicht.*“ „*Ich hab Angst.*“ „*Ist mir egal.*“

Energielevel

Dies ist eine Bewegungsübung. Sie sollte in einem Raum mit viel Platz zum Bewegen durchgeführt werden.

Diese Übung schafft unterschiedliche Spannungszustände im Körper, die dem Impuls sich ständig zu bewegen entgegen stehen. Sie reflektiert zudem unterschiedliche Empfindungen von körperlicher Eigen- und Fremdbestimmtheit.

- Alle gehen in normaler Geschwindigkeit im Raum herum. Die Aufgabe besteht darin, dass die TeilnehmerInnen immer weitergehen und nicht stehen bleiben wollen.
- Die (Pädagoge/Pädagogin) stehen am Rand und geben jeweils einen der unten erläuterten Energielevels an und lesen die Beschreibung vor.
- Die Gruppe reagiert darauf.

Level 0: Du willst dich weiterbewegen, kannst aber nicht, alle Muskelkraft lässt nach. Dein Wille weiterzugehen ist aber noch da.

Level 1: Dein Körper kann sich kaum vorwärtsbewegen, es ist eine Herausforderung, sich weiterzubewegen.

Level 2: Du kannst gehen, es fällt dir aber schwer.

- Level 3: Du gehst in normaler Geschwindigkeit, mit alltäglicher Energie.
- Level 4: Dein Körper hat mehr Spannung, als du brauchst, du gehst schneller, obwohl dein Fokus unklar ist. Du willst überall zur gleichen Zeit hingehen.
- Level 5: Dein Körper hat die stärkste Körperanspannung, die du herstellen kannst, so stark, dass sie fast keine Bewegung zulässt. Sie lässt deinen Körper zucken. Du willst überall zur gleichen Zeit hingehen und sein. Du bist getrieben.

Ermutigen Sie die Gruppe, ihre körperlichen Grenzen zu suchen und auszutesten, und weisen Sie sie darauf hin, dass jeder Körper eine unterschiedliche und individuelle Körperspannung hat.

Animieren Sie die Gruppe dazu, den Impulsen ihres Körpers zu folgen, ohne diese zu zensieren oder darüber nachzudenken. Sie können sich auch hinlegen oder setzen und den Boden oder die Wände etc. für ihren körperlichen Ausdruck nutzen.

„We love you“- Selbsthilfegruppe

Die Gruppe sitzt im Kreis auf Sesseln – im überzeichneten Stil der Selbsthilfegruppen für AlkoholikerInnen, wie man sie etwa aus US-amerikanischen Serien kennt.

- Jede Selbsthilfegruppen-Sitzung läuft nach derselben Struktur ab. Eine Person stellt sich vor: *Hallo, ich bin Susanna*. Alle antworten: *Hallo, Susanna*.
- Dann kann Susanna eine Geschichte, Anekdote über eine schwierige oder traurige Situation erzählen. Wenn sie fertig ist, wird sie von der Gruppe bestärkt. Alle sagen etwa: *„Thank you. We love you, Susanna“*, und machen mit beiden Händen ein Herzzeichen vor ihrem Brustkorb. Dann ist die nächste Person an der Reihe.

Wir schlagen vor, dieses Spiel auch als Feedback für das Stück zu nutzen. Jede/r kann so kurz etwas über das Erlebte und Gesehene erzählen. Die Stimmung, die in einer Gruppe durch diesen ungewohnten Rahmen entsteht, kann durchaus recht fröhlich, ausgelassen und locker sein.

Dialog unter Einfluss von Drogen

Wir empfehlen, diese Improvisation mit einer kurzen Vorbereitung zu Wirkungsweisen von Drogen (siehe Kapitel 8) durchzuführen. Die Jugendlichen können so ihr Wissen spielerisch ausprobieren und ohne Hemmungen zum Ausdruck bringen bzw. spielen.

- Alle stellen sich in zwei Reihen mit genügend Platz dazwischen einander gegenüber auf. Jede Person soll ein Gegenüber haben.
- Geben Sie jeweils einer Reihe der SpielerInnen eine bestimmte *Droge* als Vorgabe. Zum Beispiel: Die eine Reihe hat als Vorgabe „Alkohol“, die andere

„Kokain“. Weitere mögliche Suchtmittel sind z.B. Schlaftabletten, Cannabis, Speed, Heroin, etc.

- Auf „Go“ legen die beiden Reihen los und begrüßen sich – unter vermeintlichen Einfluss der Substanz – mit folgendem Satz: „*Hallo. Wie geht's?*“
- Die Paare können aufeinander zugehen und versuchen, sich zu berühren, müssen jedoch immer beachten, was die Droge mit ihnen machen würde: Wollen sie Körperkontakt? Wie schnell sprechen sie? Können sie überhaupt noch sprechen? Lallen sie? Können sie sich noch bewegen? Zucken sie? Liegen sie am Boden? Wollen sie alle umarmen?
- Bei „Stopp“ geht es zurück auf die Ausgangsposition und eine neue Runde kann beginnen.

Diese Übung eignet sich auch für weiterführende szenische Improvisationen mit mehr Text: Die Aufgabe/Anleitung - unter Substanzeinfluss - eine einfache Unterhaltung über das Wetter, Fußball oder die Matheschularbeit zu führen, kann zu sehr skurrilen Resultaten und Szenen führen.

Klaviermodell (nach Gerald Koller)

Dieses Modell eignet sich, um Jugendliche dabei zu unterstützen, ihre individuelle Bandbreite an Empfindungen („Klaviatur“) bewusst wahrzunehmen und sie zu erweitern.

Material: *Kärtchen „Wenn ich ...“*, siehe Kopiervorlage Seite 12 und 13.

Einführung: Die Kompetenzen und Ressourcen, die ein Mensch zur Bewältigung und Regulation von Emotionen oder Ereignissen zur Verfügung hat, können symbolisch als Tasten eines Klaviers gesehen werden. Ein Mensch hat verschiedene Tasten, also Möglichkeiten, mit Krisen, Problemen oder unangenehmen Gefühlen und Situationen umzugehen, zur Verfügung (z.B. Sport, Gespräche, Musik machen oder hören, sich selbst beruhigen oder trösten können, Aggression usw.).

Für die Prävention förderlich ist es, eine möglichst große Palette von (gesunden bzw. nicht destruktiven) Bewältigungsstrategien für unterschiedliche Lebenssituationen zu entwickeln.

Bildhaft gesprochen bedeutet dies, möglichst viele Tasten eines Klaviers zur Verfügung zu haben und benutzen zu können. (Die Gestaltung einer eigenen Lebensmelodie).

Kann der Klavierspieler/die Klavierspielerin nur (mehr) wenige Tasten nutzen, kommen immer mehr Ressourcen und (soziale) Kompetenzen abhanden.

Jede/r Jugendliche zieht ein Kärtchen mit der Aufschrift „*Wenn ich ...*“ und ergänzt die Aussage entsprechend seinen Ideen: „*Wenn ich ..., tue ich ...*“

- Nun werden die Kärtchen eingesammelt und die einzelnen Antworten in eine gemeinsame Klaviertastatur (Seite 14) eingetragen. Ähnliche Antworten werden dabei in Kategorien zusammengefasst.

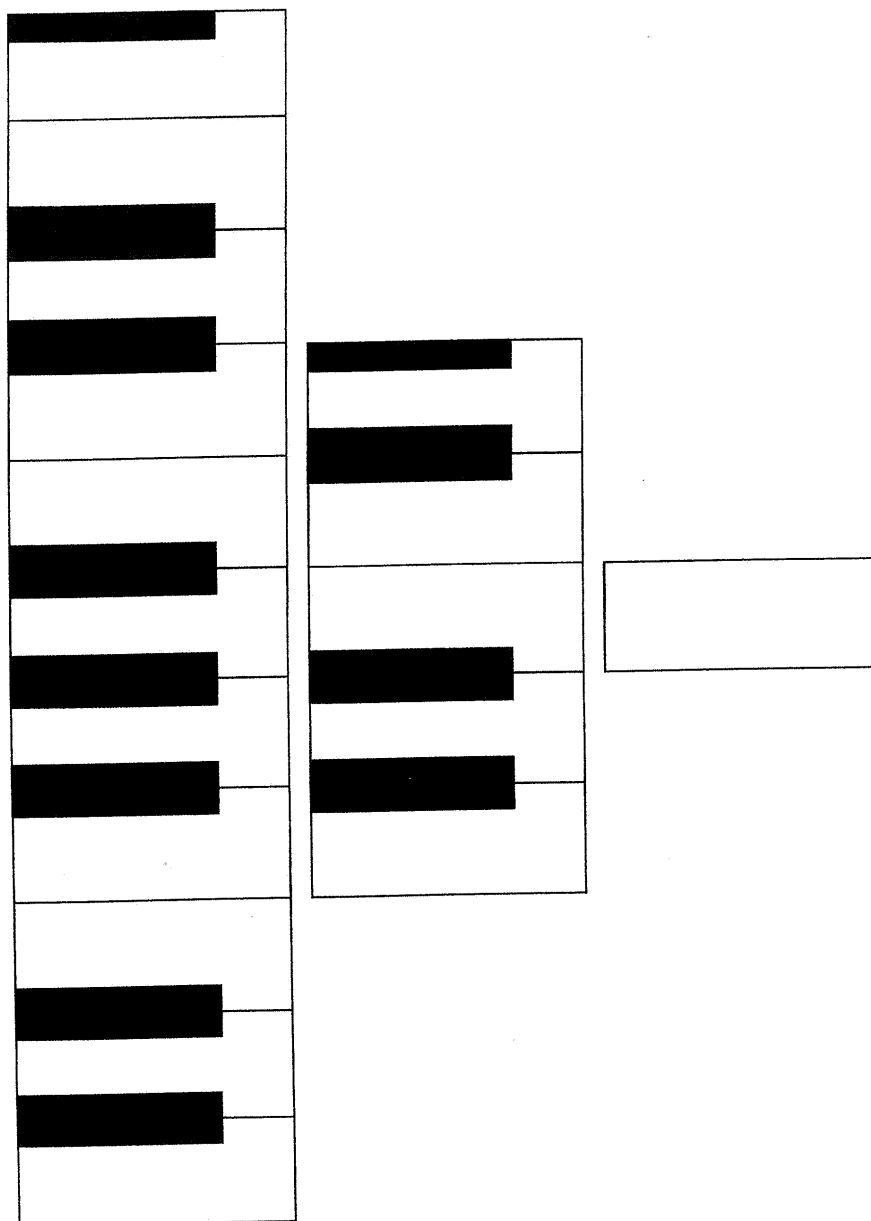
- Die Jugendlichen können so ihren Handlungsspielraum und ihre Handlungsmöglichkeiten erweitern, indem sie neue Ideen von anderen für Bewältigungsstrategien bildlich dargestellt erhalten.

„Klaviermodell“ – Kärtchen

Wenn ich ausgelassen bin ...	Wenn ich mich missverstanden fühle ...
Wenn ich gut gelaunt bin ...	Wenn ich eifersüchtig bin ...
Wenn ich zufrieden bin ...	Wenn ich Angst habe ...
Wenn ich von anderen bewundert werde ...	Wenn ich erschöpft bin ...
Wenn ich Wut habe ...	Wenn ich unsicher bin ...

Wenn ich enttäuscht bin ...	Wenn ich Langeweile habe ...
Wenn ich etwas Aufregendes erleben will ...	Wenn ich mich ausgeschlossen fühle ...
Wenn ich ein Problem habe ...	Wenn ich im Stress bin ...
Wenn ich einsam bin ...	Wenn ich traurig bin ...
Wenn ich neidisch bin ...	Wenn ich mich schäme ...

„Klaviermodell“



8. WISSENSWERTES ÜBER DROGEN UND SUCHT

GRUNDPRINZIPIEN DER SUCHTPRÄVENTION IM SETTING SCHULE UND AUSSERSCHULISCHE JUGENDARBEIT

Bei der konkreten Umsetzung von Programmen für Jugendliche – sowohl im schulischen als auch im außerschulischen Setting – erscheint das sogenannte „**Hybrid-Modell**“ empfehlenswert, das eine Kombination dreier Faktoren in wirksamen suchtpreventiven Angeboten darstellt:

- Informationsvermittlung
- affektive Erziehung
- sozialer Einfluss

Als optimal gelten kombinierte Maßnahmen,

- die psychosoziale Fertigkeiten und Handlungskompetenzen fördern,
- die relevante Informationen (z. B. zu Substanzen, Suchtentwicklung) jugendadäquat transportieren, anhand deren Jugendliche und junge Menschen zwischen Risikokonsum und Entscheidungskompetenz selbstverantwortlich wählen,
- die eine offene Diskussion über gesellschaftliche bzw. kulturelle substanz- und verhaltensbezogene Werte erlauben.

Folgende Prinzipien (für die PädagogInnen und Pädagogen) in der Arbeit mit Jugendlichen im schulischen und außerschulischen Setting lassen sich zusammenfassen:

- Auseinandersetzung sowohl mit der eigenen pädagogischen Grundhaltung als auch mit dem eigenen Konsumverhalten in Bezug auf legale wie illegale Suchstoffe.
- Begegnung mit Jugendlichen in einer akzeptierenden Haltung, um sie begleiten zu können und ihnen die Möglichkeit zu eröffnen, ihren eigenen Konsum zu reflektieren, möglicherweise zu reduzieren oder sogar ganz einzustellen.
- Im schulischen Kontext transparente Darstellung des Rollenkonfliktes als LehrerInnen: einerseits für SchülerInnen mit einem offenen Ohr da zu sein, andererseits die Richtlinien des § 13 zu erfüllen.
- Prävention, die glaubwürdig sein möchte, muss die positiven Seiten und Risiken gleichermaßen wahrnehmen und sich mit beiden auseinandersetzen. Es wird trotz aller Maßnahmen immer auch Konflikte betreffend Konsum geben. Sollte die interne Hilfe nicht mehr ausreichen, dann bieten auch andere Institutionen wie das Institut für Suchtprävention Wien oder Beratungsstellen der Wiener Sucht- und Drogenhilfe Unterstützung an.

Zu vermeiden sind

- „Blitzaktionen“ und Einzelveranstaltungen. Suchtprävention sollte ein kontinuierlicher Prozess sein;
- einmaliges Einladen von ExpertInnen ohne Zusammenhang;
- Einladen / Vorführen von Menschen mit einer bestehenden oder bereits vergangenen Suchterkrankung ;
- das Zeigen von alten Filmen, z. B. „Wir Kinder vom Bahnhof Zoo“, ohne eine gut vorbereitete Nachbesprechung mit den Jugendlichen;
- isolierte „Drogensachkunde“ (Herkunft, Gewinnung und Verwendung von Drogen);
- ausschließliche Konzentration auf illegale Drogen;
- isolierte spektakuläre Großaktionen;
- sensationelle Darstellung von Suchtmitteln und deren UserInnen.

Konsummotive

Mögliche **Funktionen** von Suchtmittelkonsum bei Jugendlichen:

- Provokation zur Abgrenzung gegen elterliche und gesellschaftliche Normen und Werte
- bewusste Verletzung der elterlichen Kontrollvorstellungen und Abwendung von elterlichen Lebensgewohnheiten
- sozialer Protest
- demonstrative Vorwegnahme des Erwachsenenverhaltens
- Nachahmung des Verhaltens bestimmter Personen
- Suche nach grenzüberschreitenden und bewusstseinsweiternden Erfahrungen
- Entspannung und Genuss
- Erschließung von Zugangsmöglichkeiten zu Freundesgruppen und Erleben von Gruppenaktivitäten
- Zugang zu subkulturellen Lebensstilen
- Kompensation von schulischen Belastungen
- Bewältigung von psychischen Problemen in Eigenregie
- Kompensation eines Mangels an Selbstbewusstsein
- Reduzierung der Hemmschwellen
- Erleben von Spannung, Risiko und Abenteuer

Fiedler, A. et. al. (2008). *Move – Motivierende Kurzintervention bei (riskant) konsumierenden Jugendlichen. Skriptum für TeilnehmerInnen*, S. 24

Konsumformen

Der Konsum von psychoaktiven Substanzen hat für KonsumentInnen ganz unterschiedliche Bedeutungen und kann unterschiedliche Gefährdungspotenziale beinhalten. Das Spektrum der Konsumformen reicht von der Abstinenz bis zum süchtigen Gebrauch. Probierkonsum stellt aus suchtpreventiver Sicht etwas ganz anderes dar als der regelmäßige Gebrauch einer Substanz. Nicht jeder Konsum von psychoaktiven Substanzen durch Jugendliche oder Erwachsene steht im unmittelbaren Zusammenhang mit einer Suchtgefährdung, er kann aber trotzdem gesundheitsgefährdend sein.

- **Probierkonsum:**
einmaliges oder sporadisches Probieren
- **Experimentierkonsum:**
Neugierde, Sensationslust, Konsum unregelmäßig, aber experimentell in Bezug auf Menge, Kombinationen, Umfeld usw.
- **Regelmäßiger Konsum:**
Gewöhnung ohne Abhängigkeit, kontrollierter Konsum
- **Risikokonsum:**
durch Art des Konsums erhöhte Risiken für schädliche Konsequenzen (Unfallgefahr, Probleme in der Schule oder am Arbeitsplatz)
- **Schädlicher Gebrauch:**
Konsummuster, das gesundheitliche Schäden zur Folge hat, körperlich (z. B. Lungenschädigung) wie psychisch (z. B. Depressionen)

Substanzen – Überblick

Prinzipiell hat jede Substanz, die man einnimmt, einen Einfluss auf den Körper (physiologischer Effekt). Substanzen, die in geringen Mengen eine Vergiftung im Gehirn hervorrufen, bezeichnet man als Rauschmittel. Haben sie außerdem ein hohes Suchtpotenzial, so fallen sie umgangssprachlich unter den Begriff Drogen.

Nach ihrer Hauptwirkweise lassen sich Substanzen wie folgt einteilen.

Einteilung nach Wirkungsweise:

Substanzen und ihre Wirkung		
	Substanzen	Wirkung
aktivierend	<ul style="list-style-type: none"> • Koffein (Kaffee, Tee, Energy Drinks, Guarana) • Amphetamine (z.B. Speed, Ice) • Appetithemmer • Kokain (Koks, Cola genannt) • Nikotin • Alkohol 	<u>geringe Dosis:</u> <ul style="list-style-type: none"> • anregend • leistungssteigernd <u>höhere Dosis:</u> <ul style="list-style-type: none"> • gesteigerter Rededrang • beschleunigte Bewegungen • Schlafunterdrückung • Euphorie • Selbstüberschätzung
Entaktogen	<ul style="list-style-type: none"> • Designer/Party – Drogen z.B.: Ecstasy (XTC) 	<ul style="list-style-type: none"> • eigene Gefühle werden intensiver wahrgenommen
Bewußtseins- verändernd	<ul style="list-style-type: none"> • LSD • Pilze • Cannabis (eher bei hoher Dosierung) 	sehr unterschiedliche Wirkungen: veränderte Wahrnehmung von <ul style="list-style-type: none"> • Zeit • Raum und • eigener Person, tw auch Halluzinationen möglich
beruhigend, schlaffördernd	<ul style="list-style-type: none"> • Alkohol • Nikotin • Schlaf- und Beruhigungsmittel (Valium, Rohypnol, Praxiten...) • Cannabis • Opiate (Heroin, Morphinium....) 	<ul style="list-style-type: none"> • beruhigend, schlaffördernd • angstlösend • muskelentspannend • paradoxe Wirkung: Euphorie • schmerzstillend (Opiate)

Abb. 3 (Verein Dialog. Eigene Darstellung)

Achtung: Die Wirkung jeder Droge ist von Mensch zu Mensch verschieden und hängt von mehreren Faktoren ab!

Substanzen lassen sich auch auf andere Art und Weise einteilen, z. B.:

- nach der Gewinnung: natürliche/synthetische Drogen
- nach der Beurteilung durch das Strafgesetzbuch: legal/illegal

Neben dem Wirkstoff sind auch andere Faktoren beim Konsum ausschlaggebend, z. B.:

- Einnahmeart (intravenös, oral, nasal)
- Dosis
- Setting (Ort, Rituale etc.)

Die am häufigsten verbreiteten legalen Suchtmittel in Österreich sind **Alkohol und Nikotin**. Während die schädlichen Wirkungen des Rauchens (Tabak, Nikotin) in den letzten Jahren EU-weit sehr stark in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt sind, werden die schädlichen Wirkungen des regelmäßigen Alkoholkonsums leider noch weniger beachtet.

Genauere und ständig aktualisierte Informationen zu allen Substanzen finden sich auf der Homepage von Checkit! www.checkyourdrugs.at.

9. WEITERFÜHRENDE LITERATUR/BROSCHÜREN

Lecoq, Jaques (1999):

Der poetische Körper: eine Lehre vom Theaterschaffen. Alexander-Verlag, Berlin

Overlie, Mary (2016):

Standing in space. The Six Viewpoints theory and practice. Fallon Press, Montana

Bm:bwk (2012):

Suchtprävention in der Schule. Informationsmaterialien für die Schulgemeinschaft, erstellt vom Institut Suchtprävention, Linz

Zum Download unter:

http://www.schulpsychologie.at/fileadmin/user_upload/suchtpraevention_ges_2012.pdf

Broschüren zum Downloaden:

Konsum von illegalen Suchtmitteln an der Schule: Was ist zu tun?

https://sdw.wien/wp-content/uploads/Handlungsleitfaden_Suchtmittel_Schule.pdf

Weitere Broschüren:

<https://sdw.wien/de/unser-angebot/dokumente/>

10. PROJEKTLEITUNG UND FÖRDERUNG

Institut für Suchtprävention (ISP) der Sucht- und Drogenkoordination Wien

Das ISP ist die Landesfachstelle für Suchtprävention in Wien

Aufgabe des ISP ist die Entwicklung, Koordination und Vernetzung. Dies geschieht durch Sensibilisierung für Suchtvorbeugung als gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Konkret geht es um die Entwicklung und Umsetzung von Pilot- und Modellprojekten, Vernetzung mit Institutionen und Fachkräften, Weiterentwicklung und Sicherung der Qualität der bestehenden suchtpreventiven Angebote etc.

Des Weiteren bietet das ISP zahlreiche Aus- und Weiterbildung von MultiplikatorInnen und Informationen rund um die Themen Sucht und Suchtprävention an.

Informationen und Kontakt: www.sdw.wien/de/praevention

Verein Dialog

Der Verein Dialog ist eine der größten ambulanten Suchthilfeeinrichtungen in Österreich. Neben der Behandlung und Betreuung von Personen mit einer Abhängigkeitserkrankung und deren Angehörigen liegt ein Schwerpunkt auf der Suchtprävention. Der Standort „Suchtprävention und Früherkennung“ bietet Workshops, Trainings und Vorträge zu den Themen Konsum und Sucht für Schulen, Organisationen und Betriebe an, wobei vorrangig mit MultiplikatorInnen gearbeitet wird. Durch die enge Anbindung an die KlientInnenarbeit verfügen die TrainerInnen nicht nur über theoretisches Wissen, sondern können auch praktische Erfahrungen in die Veranstaltungen einbringen. Zudem findet laufend die Auseinandersetzung mit neuen Themen und Erkenntnissen statt, die in die Angebotsgestaltung einfließen (z. B. Umgang mit digitalen Medien).

Informationen und Kontakt: www.dialog-on.at

REGIE

Luigi Guerrieri und Christina Rauchbauer arbeiten seit 2017 bei Bewegungstheater und Performances in Wien, der Schweiz und Italien zusammen. Zu ihren Kollaborationen zählen: „And then he died“ (in Arbeit), „Bist Du eine Ameise?“ (Junge Kunst Parcours, Wien, 2017) und „Melting on the edge“ (Verscio, Schweiz, 2017).

LUIGI GUERRIERI: Geboren 1984 in L'Aquila, studierte der italienische Schauspieler und Regisseur Architektur und „Visual and Performing Arts“ an der IUAV in Venedig. 2012 schloss er das Schauspielstudium an der L'École Internationale de Théâtre Lassaad in Brüssel ab und gründete die Kompanie „We were Monkeys“. 2015 erhielt er seinen „Master of Arts in Physical Theater“ an der Accademia Teatro Dimitri, Verscio, Tessin, mit dem Stipendium „Excellence for Artists of the Swiss Confederation“.

Er lebt in Wien, wo er als Schauspieler und „external eye“ arbeitet, zudem schließt er das Masterstudium in Kultur- und Sozialanthropologie an der Universität Bologna ab.

CHRISTINA RAUCHBAUER: Arbeitet als Regisseurin, Choreographin und Performerin und macht anspruchsvolles Theater für und mit jungem Publikum als politisches Statement. Sie schloss ihr Masterstudium in „Arts of Physical Theater“ an der Accademia Teatro Dimitri, Verscio, Tessin, im Jänner 2017 ab. Neben Research in Bewegungs- und Tanztheater beschäftigt sie sich mit neuen Theaterformaten für junges Publikum.

Sie engagiert sich in sozialen Kunstprojekten, wie „TheaterFlucht Österreich“ (Social Impact Award) oder „Mädchen.Theater.Gruppe“ (Kinderschutzpreis Österreich). Sie ist Magistra der Kultur- und Sozialanthropologie (Universität Wien, 2012) und Theaterpädagogin (BuT, 2010).

2016 erhielt sie das Stipendium der Ehrbar Stiftung Schweiz sowie eine Jahresförderung 2017–2018 und mit dem Verein „Ansicht“ eine Vier-Jahres-Förderung 2018–2021 des Magistrats für Kunst und Kultur der Stadt Wien.

11. KONTAKT

Institut für Suchtprävention der Sucht- und Drogenkoordination Wien gGmbH

Mag.^a Margit Bachschwöll

+43 1 4000 87323

margit.bachschwuell@sd-wien.at

Verein Dialog – Suchtprävention und Früherkennung

Mag.^a Lisa Wessely

+43 1 205 552 500

lisa.wessely@dialog-on.at