



*Angebot
für
Schulen*

*Von mitbetroffenen
Profis
- für mitbetroffene
Profis.*

**STIGMAFREIE
SUCHT-
PRÄVENTION
& TRAINING
FÜR
FACHKRÄFTE**

VON MITBETROFFENEN PROFIS

Carolin

Dipl. Sozialwirtin, Autorin, Peer und Fachreferentin für Sucht und Stigma, Kommunikationstrainerin (CRAFT), Gründerin GERTY NUSS, Regionalsprecherin NACOA Bayern (Interessenvertretung für Kinder aus suchtbelasteten Familien)

„Ich bin COA (erwachsenes Kind) aus einer suchtbelasteten Trennungsfamilie, ehemalige Führungskraft und alleinerziehende Mutter mit überwundenen Suchterfahrungen.“



Stefan

Kommunikationstrainer (CRAFT), Projektleitung Prävention Schule GERTY NUSS

„Ich möchte frühzeitig vor ersten Konsumerfahrungen wissenschaftlich, umfassend substanzunabhängig und präventiv über Suchtrisiken, aufklären und gebe meine Erfahrungen an die nächste Generation weiter.“

FÜR MITBETROFFENE PROFIS



Lehrkräfte & Erziehende

Wie erkennen wir
Suchtprobleme in
unserem Umfeld und
wie gehen wir damit
um?



Medizinische
Fachkräfte



Pflegende &
beratende Kräfte

SUCHTPROBLEME ERKENNEN

Betroffene oder mitbetroffene Eltern



In welcher Rolle
und in welcher
sozialen Funktion
kann mir Sucht
begegnen?



Betroffene oder
mitbetroffene
Kinder und
Angehörige

Jährlich verursacht **Alkohol über 57 Mrd. EUR** Kosten im deutschen Gesundheits- und Sozialsystem.

2022 erreichten die Fehltage wegen psychischer Erkrankungen einen neuen Höchststand:

301 Fehltage je 100 Versicherte (+48% seit 2012).

2023 Nimmt die **Mediensucht bei Kindern** (Gaming, Streaming, Social Media) weiter zu.

Quelle: Psychreport der DAK-Gesundheit



SUCHTPROBLEME ANSPRECHEN



Als pädagogische Fachkraft für Prävention & bei Auffälligkeiten in Familien / bei Kindern.



Als fürsorgende Rolle (Vorgesetzte) im Kollegium und bei Mitarbeitenden, um frühzeitig zu entstigmatisieren & vertrauensvoll Hilfe anzubieten.



Als Partnerin, um den Konsum gemeinsam zu reduzieren / in die Abstinenz zu finden.



Als professionelle Unterstützung vor, während oder nach einer Beratung, Behandlung, Therapie oder Intervention mit betroffenen oder mitbetroffenen Patienten.



Als Familienmitglied, Freundin oder andere Bezugs- oder Vertrauensperson als unvoreingenommene Hilfestellung.



Als Vorbild oder in der Elternrolle als Betroffene und Mitbetroffene, um bei Angehörigen Unsicherheit im Umgang abzubauen.

WIR ÖFFNEN MIT IHNEN GESPRÄCHE, DIE WIRKLICH HELFEN



- Stigma, **Angst vor Abwertung**, Scham- und Schuldgefühle sind die stärksten Hemmnisse, Suchtprobleme unter uns offen und rechtzeitig anzusprechen. Wir bringen über interaktive und neutrale Gesprächssimulationen alle Perspektiven der Sucht für ein besseres Verständnis zusammen.
- Sucht gehört als komplexe Abhängigkeitserkrankung zu den weit verbreiteten und **meist verschwiegenen psychischen Erkrankungen**, die nie nur 1 Person, sondern immer ein soziales System betrifft. Wir sensibilisieren Mitbetroffene und Betroffene für Prävention, frühe Signale und einen entstigmatisierenden offenen und fürsorgenden Umgang im Alltag mit Suchtproblemen.

Peer Assistance Programm

Peer Assistance Programm

STIG- MA- FREI

NEUE RESSOURCEN
FÜR DEN UMGANG MIT SUCHT UND
PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN
IM FAMILIEN- UND
BERUFSALLTAG.

KI-BASIERTES PEER ASSISTANCE PROGRAMM



 GERTY
NUSS

Wie entsteht Sucht?

Wie lange geht es um
Gewöhnung, ab wann
geht es um emotionale
Abhängigkeit?

Wie verhalte ich mich bei Suchtverdacht?

Wie spreche ich
Suchtprobleme
rechtzeitig und
richtig an?

Wie gehe ich mit betroffenen Eltern und Kindern richtig um?

Finden Sie mit uns Ihre
Balance aus Diskretion
und Fürsorge

*„Sucht ist das nicht
mehr kontrollierbare
Verlangen nach
einem bestimmten
Gefühls-, Erlebnis- und
Bewusstseinszustand.“
(WHO, 1957)*

 GERTY
NUSS

Suchtprävention, die alle anspricht:

Wie entsteht Sucht?



Wann bin ich abhängig?



AUFKLÄRUNG & SENSIBILISIERUNG

Mit uns können Groß und Klein Risikofaktoren frühzeitig erkennen:

- Gesellschaftliche Kultivierung von legalen Drogen
- Unterschiede bei Substanzen und Konsummuster
- Soziale Faktoren und Begleiterkrankungen
- Ursachen und Verstärker von Suchtproblemen (Stressbewältigung, emotionale Regulierung, Selbstwertarbeit)

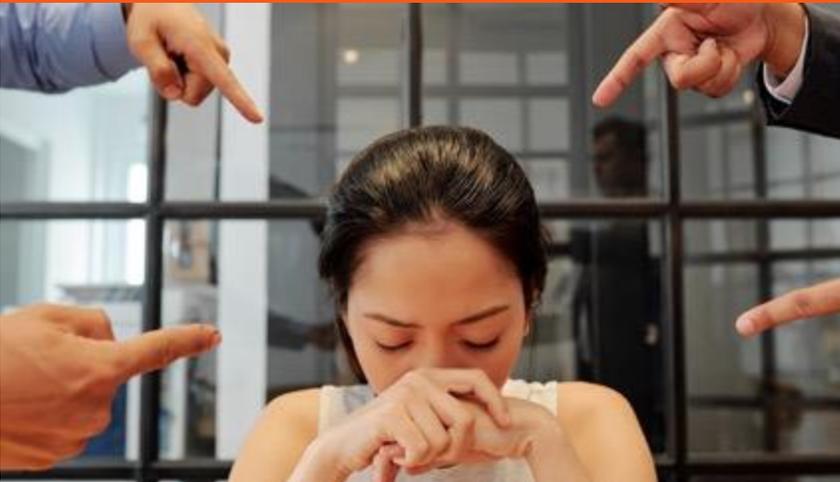
Mit uns können Groß und Klein Risikofaktoren richtig verstehen:

- Wissenschaftliche Fakten über intransparente Gefahren und Wirkweisen von Suchtmitteln (Koffein, Zucker, Nikotin, Alkohol, THC, illegale psychoaktive Substanzen)
- Psychologische und neurologische Grundlagen zu Substanzkonsum und Verhaltenssuchten (inkl. Ess- und Medienkonsumstörung)
- Über die frühen Phasen der Abhängigkeitserkrankung und ihr transgeneratives Risiko (Stigma & Sprachlosigkeit)

Wie spreche ich Suchtprobleme an?



Wie gehe ich mit Betroffenen richtig um?



GESPRÄCHSLEITFÄDEN & SIMULATIONEN

Wir stärken Sie im unvoreingenommenen, wertschätzenden Umgang & mit positiver Kommunikation.

- Wir wissen: Menschen, die von Abhängigkeitserkrankungen betroffen sind leiden unter starken Scham- und Schuldgefühlen.
- Wir beachten: Leugnen und Verharmlosen sind typische Abwehrreaktionen.

Sie können Sucht nicht heilen, aber bei der Bewältigung unterstützen:

Ziel unserer Ansprache ist es, die Selbststigmatisierung und Schamgefühle bei Betroffenen abzubauen, ihre Selbstakzeptanz zu fördern, Veränderungswillen zu initiieren und ihre Motivation für Hilfesuche zu verstärken.

Evidenzbasiert: Unsere Interventionen sind wissenschaftlich fundiert und in Abstimmung mit Experten entwickelt worden.



Prof. Georg Schomerus & Team, Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Leipzig, November 2023

Bedarfsorientiert: Unsere Vorträge, Schulungen und Gesprächssimulationen mit Rollenspielen gibt es in zielgruppenspezifischen Ausführungen für Kinder ab 8 Jahren, Jugendliche ab 14 Jahren, für Angehörige, für Führungskräfte und mitbetroffene Fachkräfte aus verschiedenen Disziplinen (Medizin, Pflege, Erziehung, Bildung, Verwaltung)



Schulvortrag Suchtprävention, 8. Klasse, Realschule Hilpoltstein, April 2024

Stark Nachgefragt: 2024 waren wir als Fachreferentinnen für diverse Kongresse, Fachtagungen und Führungskräftebildungen in der deutschsprachigen DACH-Region beauftragt



GERTY NUSS | Fachvortrag auf dem 24. Interdisziplinären Kongress für Suchtmedizin München, 6.7.24



Auch bei YouTube verfügbar



Podiumsdiskussion auf der FASD-Jahrestagung gemeinsam mit Prof. Michael Klein, Filmvorstellung „Erinnerungen einer vergessenen Kindheit“ (Lars Smekal), Hannover, Sep 2024



Fachvortrag zu Abhängigkeit in sozialen Rollen auf dem Vierwaldstätter Psychiatrietag in Luzern, Februar 2025

SO HELFEN WIR UNS GEGENSEITIG SCHAM ABZUBAUEN

Wir fördern einen entstigmatisierenden Umgang mit

... mentalen Belastungen und Suchtproblemen.

- 1. Mangelndes Selbstverständnis:** Psychische Belastungen werden von Betroffenen selbst häufig verharmlost oder verdrängt.
- 2. Ineffiziente Selbstversorgung:** Erkrankungen der Psyche werden oft erst spät erkannt und selten adäquat behandelt.
- 3. Stigmatisierungseffekte:** Scham, Schuldgefühle und Selbststigmatisierung hindern Betroffene und Mitbetroffene Hilfe zu suchen.
- 4. Unklare Handlungsempfehlungen:** Rechtliche Rahmenbedingungen im Umgang mit mentalen Erkrankungen sollten für alle Rollen im sozialen Umfeld klar definiert sein.
- 5. Gemeinsame Verantwortung:** Stabilisierung von Leistungsfähigkeit und Stressbewältigung wird weitläufig als private Verantwortung und nicht gänzlich als gemeinsame Aufgabe von sozialen Systemen wie Schulen oder Unternehmen verstanden.
- 6. Fehlende Implementierung:** Unterstützende Strukturen werden bislang nicht nachhaltig genug angeboten oder zu selten nachgefragt.

Interaktive Impuls- und Fachvorträge plus Rollenspiele:

Lebensnahe Sensibilisierung mit authentischen Betroffenenberichten aus diversen Familien- und Berufsrollen sowie wissenschaftliche Aufklärung über mentale Erkrankungen. Von Ursachen, über Symptome bis zu einfachen Hilfsmöglichkeiten und Prävention über Tipps für Selbstfürsorge. Erwachsenen- und Kindgerecht für verschiedene Altersgruppen (divers/inklusiv).

Schulungen zum Umgang mit mentalen Erkrankungen und interaktiven Coachings mit **Gesprächssimulationen** (Fürsorgegespräche, Klärungsgespräche, Personalgespräche, BEM-Gespräche) sowie **Kommunikationstraining und Rollenspiele für positive Kommunikation speziell für Kinder und Jugendliche** (für alle soziale Rollen und auch als Train the Trainer Programm möglich)

Peer Assistance Programm: Nachhaltige Beratung und Implementierung modularer Trainings und interaktiver Interventionen für Suchtprävention und stigmafreien Umgang mit Sucht und mentalen Erkrankungen (auch als Projekt- und Gesundheitstage oder Elterninformationsabende möglich inkl. Filmvorführungen, Tipps für gesunde Lebensführung und Selbstwertarbeit)

WIR HABEN FÜR JEDE FRAGE UND UNSICHERHEIT DEN PASSENDEN IMPULS



Wissenschaftliche Informationen und Daten rund um Suchtentstehung und Behandlung inkl. Verhaltenssuchte



Sensibilisierung für den historischen und kulturellen Kontext für Sucht und psychische Erkrankungen

KINDER AUS SUCHTBELASTETEN FAMILIEN HABEN EIN 6FACH HÖHERES RISIKO SELBST SUCHTKRANK ZU WERDEN

(Korn, 2004)

Abhängige erwachsene Kinder von alkoholbelasteten Eltern zeichnen sich im Vergleich zu Abhängigen ohne elterliche Abhängigkeit durch folgende Merkmale aus⁽¹⁾⁽²⁾:

- Früherer Trinkbeginn
- Früherer erster Vollrausch
- Entwicklung von psychosozialen Problemen durch das Trinken
- Jüngeres Alter beim ersten Suchen nach therapeutischer Hilfe

GERTY NUSS

Suchtrisiken bei Kindern in belasteten Familien verstehen und erkennen

Psychoaktive Droge

Chemisch gesehen enthält die Cannabispflanze über 80 verschiedene Cannabinoide, von denen einige psychoaktive Wirkung besitzen. Das bekannteste davon ist das Tetrahydrocannabinol (THC). Ein weiteres wichtiges Cannabinoid ist das Cannabidiol (CBD). Je nach Pflanzensorte überwiegt mal die THC- und mal die CBD-Wirkung.

Marihuana (Gras, Weed, Pot): getrocknete Pflanzenteile – zumeist Blüten – der weiblichen Hanfpflanze. THC-Gehalt: 7–11%, manche Teilmischausrichtungen 20% und mehr

Hanfbisch (Hash, SH, Dope, Pflanz): zu braunen, harthen Platten gepresstes Herz weiblicher Hanfbüden. THC-Gehalt: 11–19%, maximal 30%

Hanfbisch-Öl (Hashöl, THC-Öl): dickflüssiger Extrakt aus dem Herz weiblicher Hanfbüden. THC-Gehalt: teilweise über 70%

* je nach Sorte, Anbaubedingungen und Extraktionsmethode

Wissenschaftliche Informationen über Wirkstoffe, Wirkweisen und Risiken aller Suchtmittel und Drogen (altersgerechte Versionen)

DAS PROGRESSIVE MODELL NACH SCHOMERUS

1. Ich würde die negativen Verhaltensweisen meiner Mutter nicht nachahmen wollen.
2. Ich möchte den Verhaltensweisen meiner Mutter nicht nachahmen, weil sie mir ein schlechtes Vorbild sind.
3. Ich möchte nicht wie meine Mutter sein, weil sie ein schlechtes Vorbild ist.
4. Ich möchte nicht wie meine Mutter sein, weil sie ein schlechtes Vorbild ist.

GERTY NUSS

Umfassende Aufklärung über Stigma und autobiographische Erläuterungen über dysfunktionale Familiensysteme, Trauma und Suchterkrankungen

Olli, ein 32-jähriger getrennt lebender Vater, bringt regelmäßig seine 4-jährige Tochter Lilly zum Spielen zu seiner Schwester und Patentante von Lilly. Ruth hat bemerkt, dass Olli manchmal beim Holen oder Bringen nach Alkohol und immer nach Tabak riecht, häufig unpünktlich ist und Lilly wiederholt ungepflegt wirkt. Lilly zeigt eins von vielen typischen Verhaltensweisen eines COA [Child of Addict]: überangepasstes Verhalten und große Unsicherheiten in Gruppensituationen wenn sie mit anderen neuen Kindern in Kontakt kommt.

Ruth, eine 36-jährige KITA-Leitung (Dipl. Sozialpädagogin) und ältere Schwester von Olli, möchte mit ihm über seine möglichen Alkoholprobleme sprechen. Das Thema ist eigentlich in ihrer Familie tabu. Auch ihr gemeinsamer Vater hatte unter anderem Probleme mit Alkohol.

GERTY NUSS

Kommunikationstraining: Wie spreche ich Menschen auf Suchtprobleme an, ohne ihnen zu nahe zu treten?

Peer Assistance Programm



Buchen Sie uns gerne direkt für themenspezifische Projektstage, Gesundheitstage oder für gemeinsame Fachtagungen mit Groß und Klein.
Preise individuell mit Konzept und nach Vereinbarung



PREISE SCHULE

Vorträge & Workshops

auf Anfrage

PREISE FACHKRÄFTE

Schulungen & Trainings

auf Anfrage

KONTAKT

Wir finden gemeinsam das richtige Angebot für Sie!

caro@gertynuss.de
stefan@gertynuss.de

Tel.: 0157 38 348 155