

Kurzinfo Sucht

1. Erscheinungsformen von Sucht

Die folgende Tabelle orientiert sich an den Daten der Handreichung Suchtprävention in der Schule vom Hessischen Kultusministerium (Stand 2023). Bei den Konsumformen und Verhaltensweisen, welche zu Abhängigkeit führen können, ist grundlegend zwischen substanzgebundenen und substanzunabhängigen Konsum bzw. Verhaltensweisen zu unterscheiden.

Substanzgebundener Konsum	Substanzunabhängige Konsumformen
- Alkohol - Tabak und Shishas - Vapes, E-Zigaretten und E-Shishas - Andere legale Drogen (bspw. Cannabis, Schnüffelstoffe wie Lachgas) - illegale Drogen	- Medienkonsum und Spielsucht - Glücksspiel - Essstörung

2. Sucht/ gefährdendes Verhalten erkennen

Um einordnen zu können, ab wann ein Konsum als Abhängigkeit bzw. gefährdetes Verhalten gilt, wurden von der Weltgesundheitsorganisation Klassifikationsmerkmale entwickelt, welche in „Internationale statistische Klassifikation von Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme“ (ICD) veröffentlicht sind. Nach dem ICD-10 kann von einer Abhängigkeitserkrankung gesprochen werden, wenn mind. drei der untenstehenden Klassifikationsmerkmale über einem Zeitraum von 12 Monaten vorliegen. Die Tabelle dient in dieser Ausarbeitung keiner selbstverwalteten Diagnostik, sondern soll für die am Schulalltag beteiligten Personen als eine Unterstützungshilfe für Erkennungsmerkmale von Süchten bzw. gefährdeten Verhaltens dienen. Im Einzelfall sind die Klassifikationsmerkmale durch Fachpersonal abzuklären.

**Allgemeine Klassifikationsmerkmale von Abhängigkeitserkrankungen,
zusammengefasst nach ICD-10 und DSM-V (Diagnostic and Statistical
Manual of Mental Disorders)**

**Es müssen mindestens drei Merkmale über
einen Zeitraum von zwölf Monaten vorliegen.**

Craving

(starker Wunsch oder Zwang, die Substanz zu konsumieren oder sich mit einer bestimmten Aktivität zu beschäftigen, zum Beispiel Essen, Social Media, (Video-)Spiele, Einkaufen, Sexualität oder Glücksspiel)

Toleranzentwicklung

(Verlangen nach ausgeprägter und stetiger Dosissteigerung beziehungsweise Erhöhung der Häufigkeit und/oder Intensität der infrage stehenden Aktivität, verminderte Wirkung bei gleichbleibender Dosis)

Kontrollverlust

(erfolglose Versuche, das Verhalten einzuschränken, häufiger Konsum in größeren Mengen beziehungsweise über eine längere Zeit hinweg als ursprünglich beabsichtigt)

Gefährdung wichtiger Lebensbereiche

(soziale Beziehungen, Hobbys, Arbeit, Schule und so weiter werden vernachlässigt, um mehr Zeit in konsumnahe Aktivitäten zu investieren)

Inkaufnahme negativer Konsequenzen

(zum Beispiel schlechte Noten, Sitzenbleiben, Konflikte mit Eltern, Konflikte mit Lehrkräften, Konflikte mit Gleichaltrigen in der Bezugsgruppe, soziale Isolation, rechtliche Konsequenzen)

Entzugssymptome

(Ausbleiben oder geringe Dosiszuführung gehen mit physischen oder psychischen Entzugserscheinungen einher. Beispiele dafür sind unter anderem innere Unruhe, Durchfall, Erbrechen oder auch Schlafstörungen, depressive Verstimmungen, Gereiztheit)

(Hessisches Kultusministerium, 2023, S. 5)

3. Ansprechpersonen in der Schule

Hast du Beratungsbedarf oder benötigst Angebote für deine Klasse? Dann sind folgende Menschen an der Schule ansprechbar:

- Beratungslehrkraft für Suchtprävention - Carolin Bergner
- AG PrevAction - Suchtprävention von Jugendlichen für Jugendliche
- Schulsozialarbeit – Lisa Simla und Kyra Gendascheck

Stand 01/2026

