SUCHT HILFE Wetzlar e.V.

Fachstelle für Suchtprävention

Dokumentation

„Gut Drauf?! –ein Seminar um Freundschaft, Glück und Abenteuer “

im Zeitraum 2006 bis 2010

Konzeption von „Gut Drauf?!“

Jugendliche und junge Erwachsene sind heute im besonderen Maße vom Suchtmittelkonsum betroffen. Folgende statistische Daten belegen die Suchtgefährdung bei Jugendlichen:

- Ein Drittel der 15- bis 16-jährigen Hessen raucht täglich
- Die Hälfte der Jugendlichen waren bei der ersten Zigarette 12 Jahre und jünger
- Die Hälfte der befragten Jugendlichen trinkt mindestens einmal in der Woche Alkohol
- In Hessen gibt es 60.000 – 90.000 Cannabis-Konsumenten. Über 40% der 18–24 Jährigen haben Erfahrung mit der Droge
- Jede dritte Schülerin in Deutschland leidet an Essstörungen
- 15% der Kinder in Deutschland haben Übergewicht

(Quelle: Untersuchung des Münchener Instituts für Therapieforschung (IFT), September 2004 und WHO und BzGA, 2000)

Hier setzten suchtpräventive Projekte an, um eine Sensibilisierung für das Thema Sucht zu erreichen. Suchtprävention ist wirksam und sinnvoll, wenn sie auf lange Sicht und als Gemeinschaftsaufgabe angelegt ist. Laut einzelner wissenschaftlicher Studien, haben reine Abschreckungskonzepte versagt und die Vermittlung von Lebenskompetenzen rückt als ein wichtiger Schwerpunkt der Suchtprävention in den Vordergrund. Jugendliche sollen lernen einem möglichen Gruppendruck zu widerstehen und "Nein" zu sagen, wenn ihnen Suchtmittel angeboten werden.

Im Jahr 2006 konzipierte die Fachstelle für Suchtprävention der Suchthilfe Wetzlar dreitägige außerschulische Seminare unter dem Titel: „Gut Drauf?! – Ein Seminar um Freundschaft, Glück und Abenteuer“. Die Zielgruppe sind SchülerInnen der Jahrgangsstufen 5 bis 7. In Kooperation mit dem Jugendbildungswerk der Stadt Wetzlar wurde dieses Projekt Schulen in der Stadt Wetzlar und dem Lahn-Dill-Kreis angeboten.

Eine Voraussetzung für das Gelingen der Seminare ist das Entstehen einer gemeinsamen Vertrauensbasis. Die Bereitschaft der einzelnen sich aktiv am Projektprozess zu beteiligen soll erreicht werden. Dazu gehören Offenheit, selbst das Gefühl zu haben akzeptiert zu werden und andere zu akzeptieren, der Mut „Neuland“ zu betreten, aber auch die Bereitschaft sich selbst zu hinterfragen. Das bestehende Vertrauensklima ist entscheidend für den Verlauf der Seminartage. Gerade in diesem Setting ist es wichtig der Gruppe Zeit zu geben, sich zu finden und damit dem Projekt einen guten Start zu ermöglichen.

Beispiele aus der Praxis:

Abklären von Erwartungen, Wünschen und Befürchtungen, Aufstellen gemeinsamer Regeln für das Seminar, Vertrauensübungen, Partnerinterviews, Übungen zur Selbst- und Gruppenwahrnehmung.

Das gute Wünsche Spiel

Platzwechsel: Sortieren nach vorgegebenen Merkmalen

Durch das Kennen lernen von erlebnispädagogischen Methoden haben die Mädchen und Jungen die Möglichkeit, sich in ungewohnten Situationen zu erleben und sich ein außergewöhnliches Erlebnis selbst zu organisieren.
Ziel dieser Phase ist es, sich mit den eigenen Grenzen und dem Thema Mut auseinander zu setzen. Mut bedeutet hier nicht nur die eigenen Grenzen zu entdecken und zu überschreiten. Es ist häufig viel mehr Courage nötig, Ängste zuzugeben und sich nicht einem von Außen bestimmten Ziel zu beugen. Gemeinsam macht sich die Gruppe auf die Suche nach dem „gesunden Kick“, als einer Alternative zu gesundheitsschädlichem Handeln.

Beispiele aus der Praxis:

Kooperations- und Vertrauensübungen eingebunden in eine Rahmengeschichte.

Die blinde Raupe

Platz finden als Klasse auf engstem Raum

Reflexionsübung: Wir bestimmen unsere Position

Konzentrationsübung: Reise in das Abenteuer

Entsprechend der Erkenntnis, dass aufgrund reiner Informationsvermittlung keine Verhaltensänderung im Umgang mit Drogen erreicht werden kann, soll folgenden Fragestellungen während des Seminars nachgegangen werden: Was ist Sucht? Wann beginnt Suchtverhalten/Abhängigkeit? Wo ist die Abgrenzung zum Genuss? Welche sind meine eigenen kleinen „Süchte“? Wie bewältige ich Konflikte? Vorrangiges Ziel ist es, Erkenntnisse über Mechanismen zu fördern, die den Umgang mit Konflikten erleichtern. Gemeinsam sollen Möglichkeiten erarbeitet werden, Konflikte aktiv zu lösen.

Beispiele aus der Praxis:

Erarbeitung und Präsentation von Arbeitsblättern zum Thema Konsum und Suchtverhalten, Kleingruppenarbeit mit den Methoden: Suchtprofil, Konsumgewohnheiten, Rollenspiele zum Thema „Nein sagen“ und Standfestigkeitstraining.

Standfestigkeitstraining: Eigene Meinung vertreten

Wir sprechen über unsere Stärken und Fähigkeiten

Dokumentation

Im Zeitraum von 2006 bis 2010 konnte das Seminarangebot „Gut Drauf?!“ in 30 Klassen an vier Schulen in der Stadt Wetzlar umgesetzt werden. In sechzehn Klassen wurde ein außerschulisches Setting gewählt. In den restlichen Klassen fand das Seminarangebot im Rahmen von Projektwochen in den Räumlichkeiten der Schule statt. „Gut Drauf?!“ konnte in allen Schulformen: Real-, Hauptschule und Gymnasialzweig in den Jahrgangsstufen 5 bis 7 durchgeführt werden. Insgesamt profitierten 609 SchülerInnen und 48 Lehrkräfte von dem Konzept.

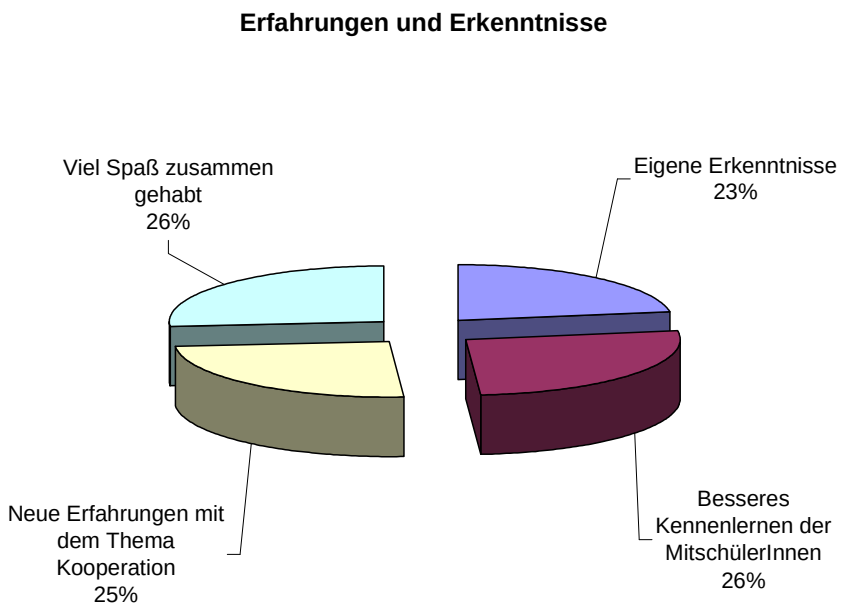
Die Umsetzung der Seminare übernahmen 23 externe pädagogische Fachkräfte der Fachstelle für Suchtprävention. Finanziert wurden die suchtpräventiven Seminare vom Jugendbildungswerk der Stadt Wetzlar, der Suchthilfe Wetzlar und durch einen begrenzten Eigenanteil der Schule.

Ergebnisse und Wirksamkeit von Suchtpräventionsprojekten sind schwer messbar, doch Lehr- und Honorarkräfte berichteten nach der Durchführung der suchtpräventiven Aktivität an ihren Schulen von folgender Wirkung auf den Schulalltag: Entstehung eines sehr vertrauten Klassenklimas, die SchülerInnen haben sich und die anderen besser kennen gelernt, Probleme innerhalb und außerhalb der Klasse werden „strategischer“ angegangen. Eine Schülerin fasste die Ergebnisse, wie folgt, zusammen: „Wir können nach dem `Gut Drauf?!?`– Seminar unsere Konflikte in der Klasse besser lösen.“
Die Seminare wurden im Anschluss mit den SchülerInnen evaluiert. In Form von Fragebögen sollten die SchülerInnen die Ergebnisse der dreitägigen Seminare zusammenfassen.

Auf der Inhaltsebene wurden verschiedene Erfahrungen und Erkenntnisse in einer Skalierung von 1-6 unter den Bewertungen „sehr viel“ bis „gar nichts“ abgefragt. Im Schaubild 1 wurden die einzelnen Erfahrungen und Erkenntnisse in den Bewertungsskalen 1-3 addiert und graphisch nebeneinander angeordnet.

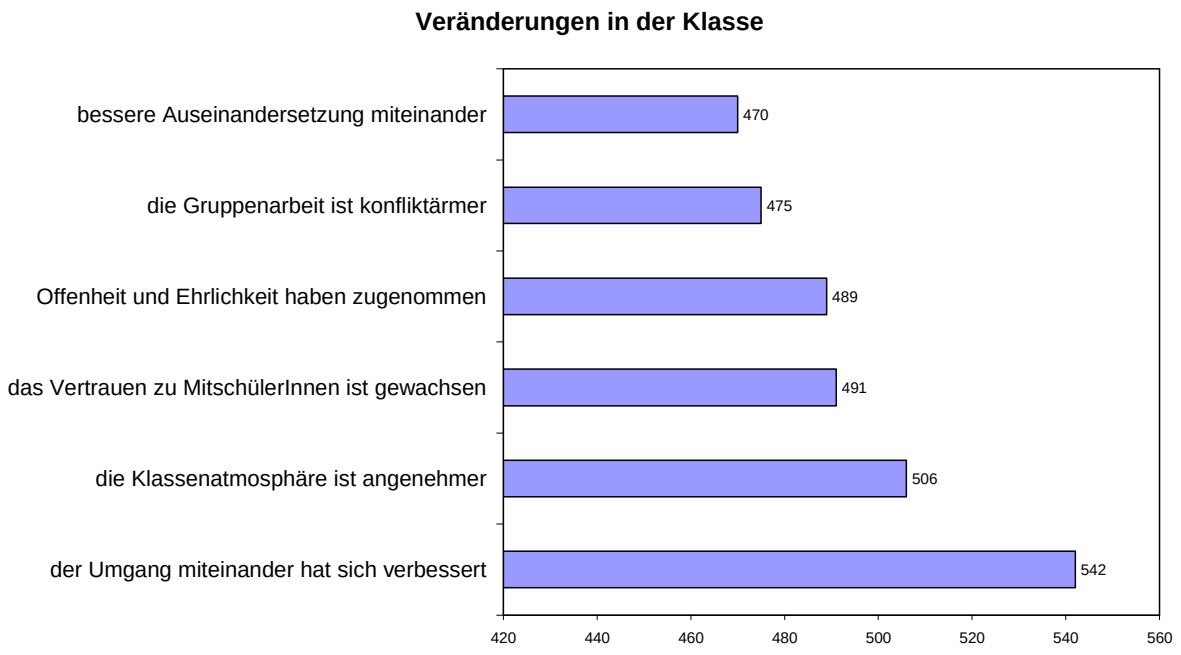
N= 609

Schaubild 1



Auch in der Rubrik „Veränderungen in der Klasse“ wurden die einzelnen Antworten in einer Bewertungsskala 1-6 (trifft zu bis trifft gar nicht zu) bemessen. Die meisten SchülerInnen waren hier der Ansicht, dass sich der Umgang miteinander durch das „Gut Drauf?!“- Seminar verbessert hat. 542 SchülerInnen (89 %) hatten dieses Ergebnis der Seminare in der Bewertungsskala 1-3 zugeordnet. Im Schaubild 2 wurden in den einzelnen Antwortmöglichkeiten nur die Bewertungen 1-3 (trifft ganz zu bis trifft mittel zu) addiert und nebeneinander gestellt.

Schaubild 2



Die persönlichen Veränderungen wurden in einer Bewertungsskala von 1-5 (trifft zu bis trifft gar nicht zu) gemessen und einzeln ausgewertet. Die Werte beziehen sich auf die Schülerantworten.

Schaubild 3

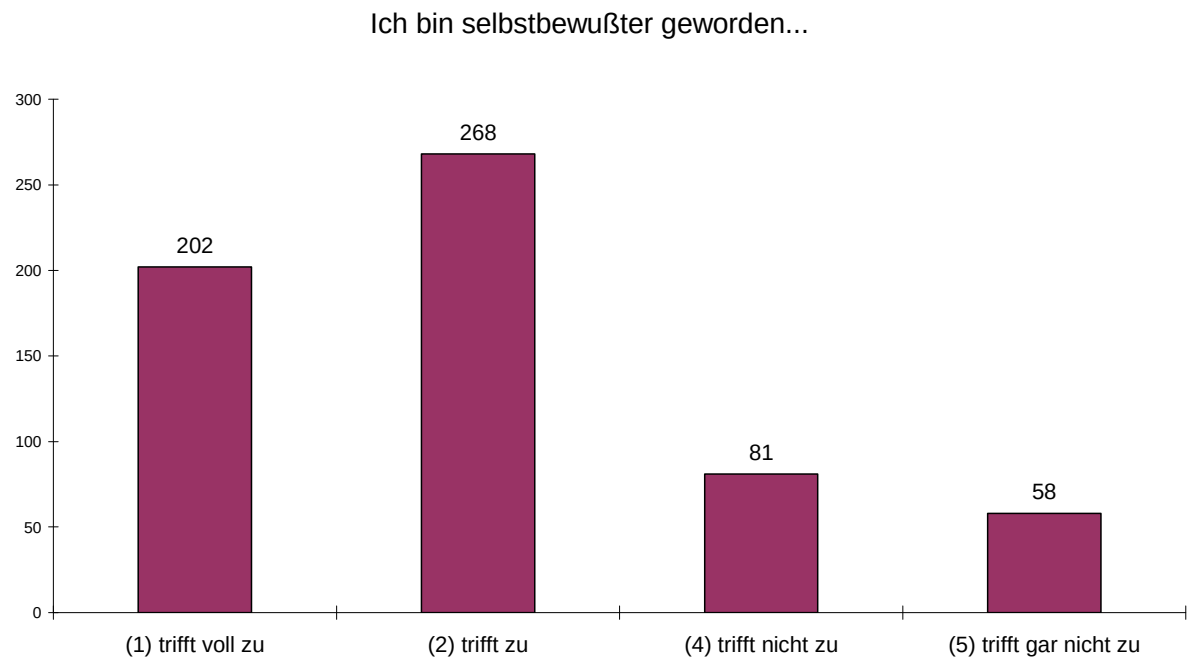
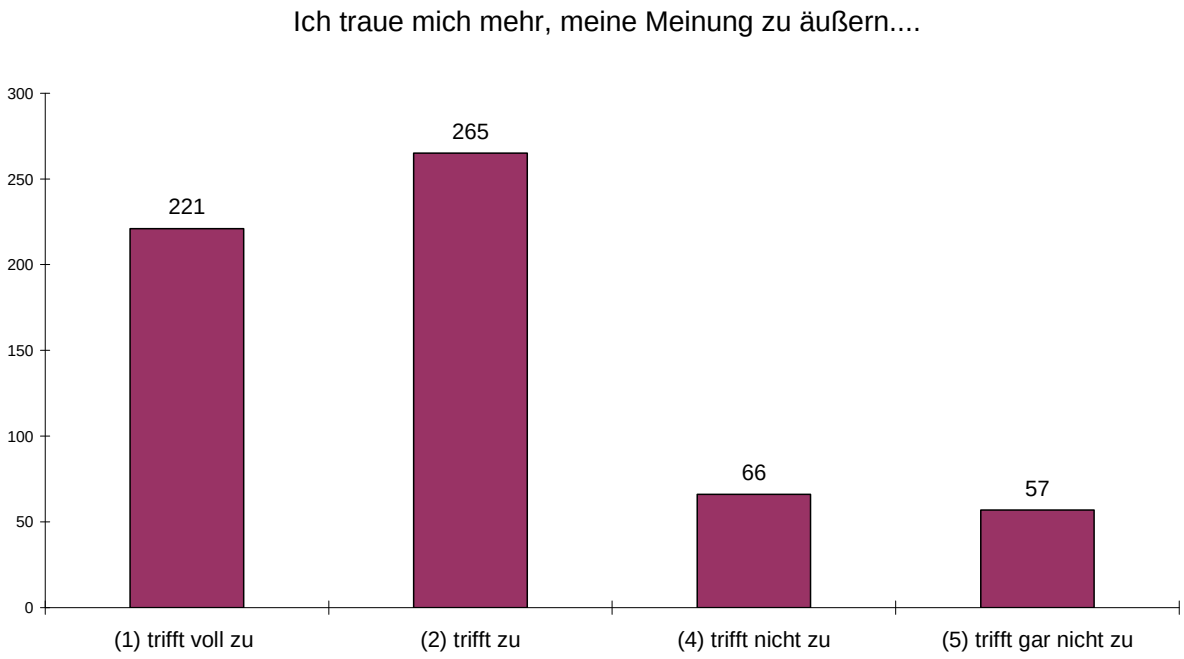


Schaubild 4


Ich traue mich mehr, meine Meinung zu äußern....
300
250
200
150
100
50
0
221
265
66
57
(1) trifft voll zu
(2) trifft zu
(4) trifft nicht zu
(5) trifft gar nicht zu