

Fortbildung für Lehrkräfte

Ort: Rathaus der Hansestadt Rostock, Neuer Markt 1, Beratungsraum 1a und 1b

Zeit: 5. September 2012, 14 – 16.30 Uhr

Ablauf

Zielstellung

- Vorstellung örtlicher Informations- /Beratungsstellen für Jugendliche/ Schulklassen zu Nikotin/ Alkohol/ Sucht
- Vorstellen und Üben ausgewählter Methoden zu Nikotin/ Alkohol für eine handlungsorientierte Umsetzung im Umgang mit jungen Menschen
- Arbeit mit Methodenmaterial als Anregung für die Präventionsarbeit in der Schule/Berufsschule, wie z.B. Einsatz der Methoden in der Berufsschule kurz besprechen und Üben beispielhafter Methoden zu Nikotin und Alkohol
 - Mauer gegen die Sucht
 - Alkoholquiz
 - Landschaften stellen
- Darstellung und Diskussion von Suchtverläufen: anhand von neun unterschiedlichen Stationen – einer sog. Suchtkarriere – lernen die Teilnehmer durch den „Suchtverlauf“, wie eine Abhängigkeit entsteht.
- Folgen von Substanzmissbrauch
- Rauschbrillen, Alkoholquiz, Promillerechnen

Inhalt

Zeit	Was	Wer	Medien
15'	Begrüßung + Workshopthemen (s. o.) kurze Vorstellungsrunde <ul style="list-style-type: none"> - kurze Erwartungsabfrage: „Was interessiert besonders?“ - Methode zu Gesprächseinstieg nutzen 	Frau Dr. Wrociszewski, Gesundheitsamt	z.B. Moderations-Karten
30'	Alkohol-Fakten Alkohol-Mythen Angebotsstruktur der Rostocker Suchtkrankenhilfe	Input: powerpoint Vortrag Frau Dr. Wrociszewski	Flyer
60'	Vorstellen und Üben ausgewählter Methoden zu Nikotin/ Alkohol für eine handlungsorientierte Umsetzung im Umgang mit jungen Menschen <ul style="list-style-type: none"> - Suchtverlauf - Mauer gegen die Sucht - Ein Bild sagt mehr als tausend Worte - Landschaften stellen - Alkoholquiz, Promillerechnen 	Kleingruppenarbeit Frau Dr. Wrociszewski	Methodenkoffer Materialien siehe unten CityCards
30'	Rauschbrillen <ul style="list-style-type: none"> - Einsatz - Rauschbrillentypen - Methoden 	Kleingruppenarbeit Frau Dr. Wrociszewski	Rauschbrillen Pylone
15'	Abschließende Diskussion	Frau Dr. Wrociszewski,	

Methoden

Mauer gegen die Sucht

Ziele

- Mit eigenen Stärken und Schwächen auseinander setzen
- Bewusst machen, welche Bedeutung / Funktion Drogen im Leben eines Menschen haben können

Vorbereitung, Materialien

- Moderationskarten (für jeden TN mindestens 5 Stück), Stifte

Zeit: 30 min

Beschreibung

Fordern Sie die Teilnehmer/-innen in Einzelarbeit auf, auf Moderationskärtchen schnell Begriffe aufzuschreiben, die aus ihrer Sicht für ein **glückliches, zufriedenstellendes Leben** wichtig sind. Das können Gefühle, Eigenschaften, Tätigkeiten, aber auch materielle Sachen sein. Beispielhafte Kärtchen: Freunde, Familie, Kinder, gute Noten, Erfolg, Geld, Arbeit, Karriere, Hobbys, Urlaub, Mut, Kreativität, Vertrauen, Liebe, Sex, Geborgenheit, Glauben, Abenteuer, Grenzen, Sensibilität, Selbstbewusstsein, Lebensmut, Spaß ...

Die TN können so viele Karten beschriften wie gewünscht. Wichtig: jeweils nur einen Begriff groß und gut leserlich auf eine Karte schreiben. Die Wörter und Begriffe werden im Plenum vorgestellt, in dem jeder seine Karten auf den Boden legt und den jeweiligen Begriff laut vorliest. Die Kärtchen sollen versetzt in einem Mauerverband angeordnet werden, so dass bildlich eine große Steinmauer entsteht.

Anhand der fertigen Mauer kann jetzt die Bedeutung von Drogen veranschaulicht werden: Die **Mauer symbolisiert unsere Schutzmauer gegen Sucht**. Wenn aus dieser Mauer Steine herausgenommen werden (an dieser Stelle sollten aus der Mauer wahllos Karten entfernt werden), wird die Mauer wacklig und porös, sie droht einzustürzen. In diese Lücken, die entstehen, passen sehr gut Drogen, da Drogen immer mit Gefühlen zu tun haben und scheinbar gute Lückenfüller sind. Je mehr Lücken ich habe, desto größer ist das Bedürfnis, diese Lücken zu füllen. **Wichtig ist es zu erkennen, wo habe ich Lücken oder wo haben meine Freunde Lücken**. Welche Steine sind besonders wichtig? Wie können Lücken wieder gefüllt werden? Zum Beispiel, in dem ich die anderen Steine vergrößere. Wie geht das? Wer kann mir dabei helfen?

Hinweise und Erfahrungen

Diese Übung hat oftmals einen so genannten Aha-Effekt, im Hinblick auf die Funktion von Drogen. Wichtig ist es, den Jugendlichen ausreichend Zeit zu lassen, die Karten mit den Begriffen in Ruhe auszufüllen und ihnen vorab einige Beispiele zu geben. Mehrfachnennungen sind möglich und sogar erwünscht. Sie verdeutlichen, welche Gefühle, Eigenschaften oder Dinge offensichtlich für viele besonders wichtig sind.

Variationen und Kombinationen

- Eine Möglichkeit besteht darin, die Mauer zu einem bestimmten Thema zu bauen oder Mädchen und Jungen in Kleingruppen zu trennen.

Methode: Ein Bild sagt mehr als tausend Worte

Ziele

- Sich über das Thema Alkohol und/oder Nikotin austauschen

Vorbereitung, Materialien

- Ein Satz Postkarten mit unterschiedlichen Motiven, die direkt oder auch mittelbar Assoziationen zu den Themen Alkohol und/oder Nikotin auslösen können
- Stuhlkreis

Zeit: 20 Minuten

Beschreibung

Legen Sie die Postkarten in die Mitte und fordern Sie die TN auf, sich eine Karte auszusuchen und dabei an Nikotin bzw. Alkohol zu denken. Die Karte wird dann der Gruppe gezeigt und jede/-r erzählt nacheinander, welche Assoziation er/sie in Verbindung mit dem Postkartenmotiv hatte.

Hinweise und Erfahrungen

Die Fragestellungen können variieren. So können Sie beispielsweise allgemein fragen:

- Ich finde Rauchen ...
- Alkohol trinken ist ...
- Oder spezieller: Ein Alkoholiker ist ...

Sie sollten ihren Fragenkatalog auf die Altersgruppe abstimmen. Außerdem sollten Sie ein gewisses Tempo vorgeben, ansonsten droht der spielerische Aspekt verloren zu gehen. Zwischenzeitlich können Sie auch die Teilnehmer/innen ermutigen, eigene Fragen und Meinungen zu formulieren.

Variationen und Kombinationen

- Fordern Sie die Gruppe auf, sich eine Karte auszusuchen und einen Slogan für eine Anti-Rauch-Kampagne zu entwickeln.

Methode: Landschaften stellen

Ziele

- Gemeinsamkeiten und Unterschiede erkennen
- Meinungen und Einstellungen äußern und überprüfen

Vorbereitung, Materialien

- Fragen und Meinungen zum Thema Nikotin und Alkohol, evtl. ein Seil (ca. 8 m)

Zeit: 10 - 20 Minuten

Beschreibung

Unteilen Sie den Raum mit dem Seil in zwei Hälften. Die Jugendlichen stehen in der Mitte des Raumes. Nun fordern Sie alle Gruppenmitglieder auf, sich auf die eine oder die andere Seite des Seils zu begeben. Mögliche Fragen oder Meinungen sind:

- Alle, die den Film gut fanden begeben sich auf diese Seite des Seils.
- Alle, die durch den Film neues über Alkohol/Nikotin erfahren haben.
- Alle, die die/den Hauptdarsteller/-in sehr gut fanden
- Alle Raucher/innen begeben sich auf die linke Seite vom Seil.
- Alle, die denken, dass sie niemals rauchen werden.
- Alle, die schon mal betrunken waren.
- Alle, die Alkohol eklig finden.
- Alle, die der Meinung sind, dass man jederzeit aufhören kann zu rauchen.
- Alle, die der Meinung sind, dass Alkohol süchtig machen kann.
- Alle, die Zigaretten cool finden.
- Alle, die rauchen/schon mal geraucht haben/schon mal mit dem Rauchen versucht haben aufzuhören.
- Alle, denen Alkopops schmecken.
- Alle, die der Meinung sind, dass Zigaretten zu teuer sind.
- Alle, denen schon einmal der Verkauf von alkoholischen Getränken am Kiosk/Supermarkt verwehrt wurde.

Hinweise und Erfahrungen

Sie sollten ihren Fragenkatalog auf die Altersgruppe abstimmen und ein gewisses Tempo vorgeben, ansonsten droht der spielerische Aspekt verloren zu gehen. Zwischenzeitlich können Sie auch die Teilnehmer/-innen ermutigen, eigene Fragen und Meinungen zu formulieren. Dies erspart Ihnen, die „peinlichen“ aber wirklich wichtigen Fragen zu stellen. Sollte jemand ein Problem mit dem Thema haben oder Angriffe wegen Meinungen erfolgen, sollten Sie unterstützen bzw. regulierend einschreiten.

Methode: Suchtverlauf aus Methodenkoffer Alkoholprävention

Anhand von neun unterschiedlichen Stationen – einer sog. Suchtkarriere – lernen die Jugendlichen durch den „Suchtverlauf“, wie eine Abhängigkeit entsteht.

Beschriebene Trinksituationen aus dem Alltag helfen bei der Einschätzung, zwischen Genuss von Alkohol, Alkoholmissbrauch und Alkoholabhängigkeit sicher zu unterscheiden.

Zu jedem Teil gehören je zwei Karten mit Hintergrundinformationen und Spielanleitung.

Der Suchtverlauf ist eine zweiteilige Methode für den Einsatz mit Jugendlichen bei Schulveranstaltungen und im Freizeitbereich. Er vermittelt Informationen über Suchtentstehung, thematisiert eigene Konsummuster und regt zur Diskussion an.

Inhalte Teil 1. Suchtverlauf

Wie entsteht Sucht? Was ist z.B. der Unterschied zwischen Konsum, verstärktem Konsum, Drogenmissbrauch und Abhängigkeit? Ist der Weg in eine Abhängigkeit immer gleich? Muss Drogenkonsum zwangsläufig zur Abhängigkeit führen?

Anhand vorgegebener Begriffe werden **neun Stadien einer Suchtentwicklung (Suchtverlauf)** skizziert.

Die Teilnehmer haben die Aufgabe, diese Begriffe, die auf farbige Karten (Din A5-Format) gedruckt sind, in eine stimmige Reihenfolge zu bringen, die anschließend mit der Spielleitung diskutiert wird.

Inhalte Teil 2. Fälle (Alkohol) zum Suchtverlauf

„Elvira Meyer trinkt in jeder Frühstückspause ein „Piccolöchen“ – für den Kreislauf, wie sie sagt.“ Genuss? Missbrauch? Oder gar Sucht?

Auf farbigen DIN A 5 Karten werden **neun exemplarische Fälle (Trinksituationen)** zum Alkoholkonsum skizziert. Die Teilnehmer haben die Aufgabe, jeden Fall einem Stadium des Suchtverlaufes (siehe Teil 1) zuzuordnen. Die Situationen helfen, die Methode „Suchtverlauf“ zu vertiefen. Die Konsumrisiken können mit den Teilnehmenden diskutiert werden und durch die Fallbeispiele wird Praxisnähe hergestellt.

Faxbestellung

Der „Suchtverlauf“ Teil 1 + Teil 2 kann ab August 2011 über www.drogisto.de, den Online-Shop der Drogenhilfe bestellt werden. Kosten: 20 EUR Netto zzgl. 7 % MwSt + Porto.