I. Projektbeschreibung

1. Begründung:

Jugendliche beginnen schon im Alter von 13 Jahren mit ihrem Alkoholkonsum. Ihr Konsum verläuft in vielen Fällen unregelmäßig, dafür aber in größeren Mengen. Getrunken wird oft in der eigenen Peer-Group. Auffällig dabei ist, dass Jugendliche einen naiven Umgang mit Alkohol pflegen und in der Gruppe einem sehr starken Druck ausgesetzt sind mit zutrinken.

Hier soll durch ein Peer Education Projekt gegengesteuert werden.
Jugendliche werden als Konsumenten und Experten ihrer Lebenswelt ernst genommen.
Neben Wissensvermittlung steht die Entwicklung eigener Strategien für einen risikoärmeren Umgang mit Alkohol im Vordergrund. Wünschenswert ist eine Verantwortungsübernahme in der Gruppe im Hinblick auf Alkoholkonsum.

2. Ziel:

Die Teilnehmer sollen in dem Projekt Strategien im Umgang mit Alkohol entwickeln und sie in ihrem Freundeskreis umzusetzen.

- a) Die Teilnehmer reflektieren das eigene Konsum- bzw. Trinkverhalten, Gruppendrucksituationen sowie das Thema Risikobereitschaft.
- b) Sie bekommen Informationen über die schädigende Wirkung von Alkohol.
- c) Sie werden motiviert den eigenen Alkoholkonsum situativ anzupassen.
- d) Die personale und soziale Ressourcen der Teilnehmer werden gestärkt.
- e) Die Teilnehmer werden befähigt, in ihrer Clique zu intervenieren, wenn der Alkoholkonsum in riskanten Konsum um schlägt.
- f) Die Teilnehmer steigern ihre Kommunikationsfähigkeit und entwickeln alternative Strategien zur Vermeidung von riskanten Gruppenprozessen, vorrangig in Bezug auf Alkohol.

Zielgruppe:

Das Projekt richtet sich an Jugendliche im Alter ab 13 Jahre.

Projektvarianten:

Das Projekt lässt sich als Wochenend-Schulung für Jugendgruppen, als Projektwochen in Schulen oder als Schulung während der Trainingszeit realisieren. Dafür liegen drei Varianten der Cliquen-Schulung vor, die den unterschiedlichen Rahmenbedingungen Rechnung tragen.

II. Projekt Wochenend-Schulung

A. Verlauf:

1 Wochenendseminar (14,25 Std.) + mindestens 1 Nachbereitungstreffen nach ca. 4 Monaten (1,5 Std.)

1. Tag: Freitag

Persönliches Kennenlernen, Gruppenregeln (17.30 Uhr)

Alkoholpräventionsplanspiel "Voll die Party" (19.00 – 21.00 Uhr)

2. Tag: Samstag

Informationen über Alkohol (Gruppenpuzzle) (10.00- 12.00 Uhr)

Erlebnispädagogische Aktivitäten zu den Themen Risiko, Wagnis, Vertrauen, Verantwortung (14.00 – 16.00 Uhr)

Kommunikationstraining (Wie spreche ich die Themen rund um Alkohol an? Rollenspiele) (16.30 – 18.00 Uhr)

Cocktail-Party mit alkoholfreien Cocktails (19.30 – 21.00 Uhr)

3. Tag: Sonntag

Vortrag: Notfallmaßnahmen bei Alkoholintoxikation (10.00 – 12.00 Uhr)

Evalution / Feedback

4. Nachbereitungstreffen

Rückblick und Supervision

B. Methode:

- 1.) Erlebnispädagogik (Auseinandersetzung mit Vertrauen, Risiko, Wagnis)
- 2.) Wissensvermittlung durch Workshops (Wirkungsweise von Alkohol)
- 3.) Kommunikationstraining

Jugendliche sollen aktiv in das Seminar eingebunden werden. Sie werden als Experten ihrer Lebenswelt betrachtet. Es wird Ihnen ermöglicht, eigene Strategien in dem Seminar entwickeln und umzusetzen.

C. Inhalt

1. Begrüßung

Teilnehmer werden über Ablauf und Planung informiert

2. Gruppenregeln

TN einigen sich auf gemeinsame Gruppenregeln.

3. Meinungsbilder

Die Jugendlichen werden zu ihrem ganz persönlichen Alkoholkonsum befragt. Dazu kleben sie Punkte auf eine Flipchart.

Als Kategorien werden folgende Punkte vorgegeben:

- a) Ich trinke keinen Alkohol
- b) Ich trinke manchmal am Wochenende
- c) Ich trinke mehrmals die Woche
- a) Ich bekomme den Alkohol von meinen Eltern
- b) Ich bekomme den Alkohol von Verwandten
- c) Ich bekomme den Alkohol von Freunden
- d) Ich bekomme den Alkohol aus dem Geschäft

Die Fragen werden mittels Klebepunkte an einer Flipchart beantwortet. Während der Befragung ist kein Referent anwesend.

4. Landschaften stellen

In der zweiten Runde werden zu verschiedenen Aussagen und Meinungen bezüglich persönlicher Kompetenzen, Risikobereitschaft und Einstellungen zu Alkohol eingeholt. Die Jugendlichen ordnen sich Positionen zu, je nach dem, ob die Aussage auf sie zutrifft oder nicht. Die Jugendlichen können dann einzeln zu ihrer Position befragt werden. Durch das Spiel werden Einstellungen, Positionen und Erfahrungen der Gruppenteilnehmer abgebildet, ohne dass jeder einen Redebeitrag leisten muss.



5. Planspiel "Voll die Party"

Nach einer Einführung und Erläuterung zur Planspielsituation richten die Teilnehmer zusammen den Spielort her. Sie dekorieren den Raum, bereiten Getränke, Knabbereien, Musikanlage und Beleuchtung vor. Eine Bar wird hergerichtet. Dort wird es Getränke geben. An einer besonders bezeichneten Bar werden beim Erscheinen Spielchips ausgegeben. Eine weitere Station wird errichtet für das Auswürfeln der Konsequenzen nach dem Erscheinen an der Bar. Es

werden Spielkarten (zu Hause, Polizei, Krankenhaus



etc.) sowie Spielregeln aufgehängt. Die Teilnehmer erhalten Rollenkarten, auf denen Lieblingsgetränk, Clique sowie Alkoholverträglichkeit angegeben sind. Sie finden sich zu Gruppen zusammen und gehen an die Bar. Dort erhalten sie entsprechend Spielchips für ihr erscheinen. Im Anschluss gehen sie an die Station

entsprechend Spielchips für ihr erscheinen. Im Anschluss gehen sie an die Station "Konsequenzen auswürfeln". Im Anschluss an das Spiel wird den Teilnehmern ein Auswertungsbogen ausgeteilt, mit Hilfe dessen sie sich Spiel, Erfahrungen und Themen vergegenwärtigen. Ziel des Spiels ist es im Nachgespräch folgende Fragestellungen zu beleuchten:

- a) Wozu dient Alkohol in Partysituationen?
- b) Welchen Einfluss hat die Gruppe auf das Trinkverhalten?
- c) Was kann passieren, wenn man zuviel Alkohol konsumiert?
- d) Welchen Einfluss haben Konsequenzen (eigene oder von Anderen) auf das Trinkverhalten?

6. Gruppenpuzzle

Die Teilnehmer teilen sich in Kleingruppen auf. Es werden Informationsmaterialien zu verschiedenen Aspekten von Alkohol und Konsum an die Gruppen ausgegeben:

- a) Körperliche Auswirkungen von Alkoholkonsum
- b) Beeinträchtigungen von Gehirn und Wahrnehmung
- c) Wissenswertes und Fakten
- d) Alkohol und Werbung
- e) Gerüchte über Alkohol



Die jeweiligen Gruppen stellen ihre Ergebnisse den anderen Gruppen in einem Kurzvortrag mit dem erarbeiteten Plakat vor. So ergibt sich für die Teilnehmer ein aspektreiches Bild über das Suchtmittel Alkohol, bei dem sie selbst einander aufklären. Die erarbeiteten Plakate bleiben an der Pinwand bis zum Seminarende hängen.

8. Rauschbrille

Die Teilnehmer arbeiten in zwei verschiedenen Gruppen mit der Rauschbrille. Es werden unterschiedliche Übungen gemacht:

- a) Stuhlpacour (eine Gruppe mit Rauschbrille, die andere mit Rauschbrille)
- b) Zielwerfen
- c) Gegenstände aufheben
- d) Balancieren auf dem Seil



Die Teilnehmer sollen sich aktiv mit dem Risiko-Begriff auseinandersetzen. Dabei ist es wichtig herauszuarbeiten, das unterschiedliche Personen auch eine unterschiedliche Risikoneigung haben. Die Jugendlichen sammeln in zwei Runden Aktivitäten und Verhaltensweisen, die sie selber als riskant einschätzen.



- a) In der ersten Runde sammeln sie
 Aktivitäten und Verhaltensweisen, die sie
 als riskant einschätzen. Dabei werden keine thematischen Vorgaben gemacht.
- b) In der zweiten Runde werden Risiken in Bezug auf Alkohol gesammelt.

Ausgewertet werden die Begriffe nach jeder Runde. Die Karten werden dazu gesammelt, sortiert und vorgelesen. Die Teilnehmer müssen sich nach folgenden Kriterien positionieren:

- ist für mich eine Hemmschwelle
- ist für mich ein Wagnis
- ist f
 ür mich eine Herausforderung
- ist für mich eine Gefahr

Die Jugendlichen werden befragt, warum sie sich für die jeweilige Kategorie entschieden haben.

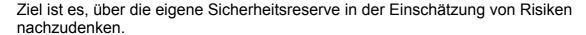
Focus ist das Sichtbarmachen der Subjektivität von Risikobewertungen.

10. Sprungübung

Die Cliquen-Mitglieder stehen oft unter Druck, sich gegenüber anderen zu behaupten. Wettkämpfe und geschlechtsspezifische Rollenmuster spielen dabei häufig eine wichtige Rolle. Das Spiel stellt eine Gruppwnposition dar, bei der sich die Teilnehmer gegenüber anderen beweisen müssen. Das Kleben der Sprungmarke stellt dabei das eigene Gruppenverhalten dar.

Die Teilnehmer kleben ihr Namensschild an die Stelle, an die sie springen möchten. Wenn alle Teilnehmer ihre Sprungmarke geklebt haben, müssen sie erklären, nach welchen Kriterien die Marke geklebt wurde (Gruppendruck, Junge/Mädchenverhalten, Wettkampf).

Danach müssen sie springen. Waren Sicherheitsreserven vorhanden?



11. Achte auf deine Freunde

Oft wird in der Clique gefeiert und Alkohol getrunken. Viele spielen dabei auch Trinkspiele. Häufig wird einer ausgeguckt, der abgefüllt werden soll. Der Stuhl steht für das vertrauen an andere bei Trinkspielen.

Die Jugendlichen bilden Paare. Der eine Partner stellt einen Stuhl hinter dem anderen. Ihm ist es überlassen, wie er den Stuhl hinstellt (weiter weg, falsch herum usw.). Der andere darf sich dann setzten, ohne nachzusehen oder zu tasten, wo der Stuhl steht.

Der Fokus liegt auf der Frage nach Vertrauen in andere Personen. Gerade im Umgang mit Trinkspielen wird diese Frage von Jugendlichen nicht gestellt.

12. Gehen auf der Slackline

Die Slackline, einzwischen zwei Befestigungspunkten locker gespanntes Schlauchband, verhält sich dadurch sehr dynamisch und verlangt ein ständiges aktives Ausgleichen der Eigenbewegungen. Die Anforderungen des Slackens sind ein Zusammenspiel aus Balance, Konzentration und Koordination. Auch hier geht es um Risiko, Reaktion, Balance und Vertrauen, denn man kann sich auch von den anderen Teilnehmenden unterstützen lassen.

13. Kommunikationstraining

Die Teilnehmer sollen in Rollenspielen eigene Strategien entwickeln, wie sie innerhalb der eigenen Clique intervenieren können. Die Übung wird in zwei Phasen unterteilt:

a) "So klappt es nicht"

Rollenspiel: Teilnehmer führen ein Gespräch, bei dem es nicht gelingen wird, einen anderen Jugendlichen vom Trinken abzuhalten.

Es wird gesammelt, was falsch gemacht werden kann (zu schüchtern, selbst weitertrinken, dadurch schlechtes Vorbild, zu aufdringlich oder missionarisch, mit Polizei oder Eltern drohen, keine Argumente, kein Einfühlungsvermögen…).

b) "So kann es klappen"

Rollenspiel: in Zweier bzw. Dreiergruppen üben die Jugendlichen Gespräche, Unterstützung gibt der Kursleiter.

Gruppensituationen: Rollenspiel Trinkvorfall in einer Gruppe, was ist besonders zu beachten? z.B. Verbündete suchen und miteinander einwirken.

14. Cocktaillounge

Die Jugendlichen mixen und erfinden und bereiten nichtalkoholische Cocktails inclusive Dekoration selbst zu. Alkoholfreie Cocktails entsprechen dem Geschmack der Jugendlichen, jedoch sind sie nicht so verbreitet. Hier soll eine positive Anregung zur kreativen und alkoholfreien Getränkegestaltung gegeben werden.



15. Maßnahmen im Alkoholnotfall

Im Mittelpunkt dieses 2-stündigen Bausteines steht die Wissensvermittlung bezüglich gesundheitlicher Risiken sowie das Verhalten im Alkoholnotfall. Die Schulung wird von Vertretern einer gesundheitlichen Hilfsorganisation (z.B. Rotes Kreuz, Malteser etc.) durchgeführt und beinhaltet auch die Anleitung zur Beatmung, um den Ernst der Lage zu verdeutlichen.



III. Schul- Projektwoche

A. Verlauf

Projektwoche (18,25 Std.) + 1 Nachbereitungstreffen (1,5 Std.)

1. Tag

Kennenlernen/Gruppenregeln/ erlebnispädagogische Aktivitäten (08.00-10.00 Uhr)

Einstieg in das Thema Alkohol und Risiko (10.15- 12.00 Uhr)

Erste Übungen zum Thema Alkohol und Risiko (12.15-13.00 Uhr)

2. Tag

Erlebnispädagogische Aktivitäten (08.00-09.30 Uhr)

Schutzfaktoren und Risiken bei Alkoholkonsum (09.45-11.15 Uhr)

Informationen über Alkohol (Gruppenpuzzle) (11.30-13.00 Uhr)

3. Tag

Erlebnispädagogische Aktivitäten (08.00-09.30 Uhr)

Kommunikationstraining (09.45-11.15 Uhr)

Vorbereitung Präsentation (11.30-13.00 Uhr)

4. Tag

Erste Hilfe (8.00-10.00 Uhr)

Auswertungsrunde (10.15-11.00 Uhr)

Präsentation (17.00-19.00 Uhr)

B. Methode:

- 1. Erlebnispädagogik (Auseinandersetzung mit Vertrauen, Risiko, Wagnis)
- 2. Wissensvermittlung durch Workshops (Wirkungsweise von Alkohol)

3. Kommunikationstraining

Jugendliche sollen aktiv in das Seminar eingebunden werden. Sie werden als Experten ihrer Lebenswelt betrachtet. Es wird Ihnen ermöglicht, eigene Strategien in dem Seminar entwickeln und umzusetzen.

C. Inhalt

1. Begrüßung

Teilnehmer werden über Ablauf und Planung informiert

2. Gruppenregeln

TN einigen sich auf gemeinsame Gruppenregeln.

Kennenlernen/Zusammenhalt

3. Partner-Interview

Jeder stellt seinen rechten Partner mit einer guten Eigenschaft der Runde vor.

4. Meinungsbilder

Die Jugendlichen werden zu ihrem ganz persönlichen Alkoholkonsum befragt. Dazu kleben sie Punkte auf eine Flipchart.

Als Kategorien werden folgende Punkte vorgegeben:

- a) Ich trinke keinen Alkohol
- b) Ich trinke manchmal am Wochenende
- c) Ich trinke mehrmals die Woche
- a) Ich bekomme den Alkohol von meinen Eltern
- b) Ich bekomme den Alkohol von Verwandten
- c) Ich bekomme den Alkohol von Freunden
- d) Ich bekomme den Alkohol aus dem Geschäft

Die Fragen werden mittels Klebepunkte an einer Flipchart beantwortet. Während der Befragung ist kein Referent anwesend.

5. Landschaften stellen

In der zweiten Runde werden zu verschiedenen Aussagen und Meinungen bezüglich persönlicher Kompetenzen, Risikobereitschaft und Einstellungen zu Alkohol eingeholt. Die

Jugendlichen ordnen sich Positionen zu, je nach dem, ob die Aussage auf sie zutrifft oder nicht. Die Jugendlichen können dann einzeln zu ihrer Position befragt werden. Durch das Spiel werden Einstellungen, Positionen und Erfahrungen der Gruppenteilnehmer abgebildet, ohne dass jeder einen Redebeitrag leisten muss.

6. Umsteigebahnhof

Alle Teilnehmer haben sich aus unterschiedlichen Motiven heraus zu diesem Projekt angemeldet. Jeder möchte seine Ziele erreichen und Interessen schützen. Das Spiel verdeutlicht, das es zu Kollisionen und Konflikten kommt, wenn man blind seinen eigenen Interessen folgt.

Die Gruppe versammelt sich im Kreis. Auf ein Startzeichen hin, sollen alle Spieler/Innen gleichzeitig mit verschlossenen Augen die jeweils gegenüberliegende Seite des Kreises erreichen. Ebenfalls gleichzeitig sollen die Augen erst dann geöffnet werden, wenn die Gruppe sich sicher ist, dass alle wieder eine Position im Kreis erreicht haben. Nach kurzer Zwischenauswertung kann die Gelegenheit gegeben werden, wobei die Herausforderung jetzt darin besteht, unter Beibehaltung der Sicherheit eine kürzere Zeit für die Überguerung anzustreben.

Das Spiel wird eine zwei Runde gespielt. Die Gruppe bekommt Zeit, sich zu Verständigen, wie die Aufgabe besser zu lösen ist.

Der Fokus liegt auf der Frage nach der Balance von eigenen Interessen und den Interessen anderer.

7. Risiko-Typ

Die Teilnehmer sollen sich aktiv mit dem Risiko-Begriff auseinandersetzen. Dabei ist es wichtig herauszuarbeiten, das unterschiedliche Personen auch eine unterschiedliche Risikoneigung haben. Die Jugendlichen sammeln in zwei Runden Aktivitäten und Verhaltensweisen, die sie selber als riskant einschätzen.

- a) In der ersten Runde sammeln sie Aktivitäten und Verhaltensweisen, die sie als riskant einschätzen. Dabei werden keine thematischen Vorgaben gemacht.
- b) In der zweiten Runde werden Risiken in Bezug auf Alkohol gesammelt.

Ausgewertet werden die Begriffe nach jeder Runde. Die Karten werden dazu gesammelt, sortiert und vorgelesen. Die



Teilnehmer müssen sich nach folgenden Kriterien positionieren:

- ist für mich eine Hemmschwelle
- ist für mich ein Wagnis
- ist f
 ür mich eine Herausforderung

ist für mich eine Gefahr

Die Jugendlichen werden befragt, warum sie sich für die jeweilige Kategorie entschieden haben.

Focus liegt auf das Sichtbarmachen der Subjektivität von Risikobewertungen.

8. Blatt wenden

Die Jugendlichen sollen mit anderen zusammenarbeiten, wenn sie ihre Verantwortung in der Clique übernehmen sollen.

Dies Spiel zeichnet sich durch seine Einfachheit und Symbolgehalt aus: Die ganze Gruppe stellt sich auf einen Teppich oder eine Plastikplane (je nach Gruppengröße ca. 3-4m groß). Die Gruppe soll die Plane wenden, ohne sie zu verlassen. Sollte die Gruppe mit nur einem Haar den Boden berühren, muss die Übung von neuem begonnen werden.

Ziel ist es den Jugendlichen zu zeigen, das manche Aufgaben in der Gruppe und gemeinsam besser zu lösen sind, als wenn man es alleine versucht.

9. Schutzfaktoren

In zwei Diskussionsrunden wird sich mit der Frage nach Schutzfaktoren und Förderlichen Faktoren für einen riskanten Umgang mit Alkohol gefragt. Herausgestellt werden soll, welche Faktoren einen risikoreichen Umgang mit Alkohol fördern, welche Faktoren es gibt, welche mich zu einem risikoarmen Umgang bewegen.



10. Gruppenpuzzle

Die Teilnehmer teilen sich in Kleingruppen auf. Es werden Informationsmaterialien zu verschiedenen Aspekten von Alkohol und Konsum an die Gruppen ausgegeben:

- a) Körperliche Auswirkungen von Alkoholkonsum
- b) Beeinträchtigungen von Gehirn und Wahrnehmung
- c) Wissenswertes und Fakten
- d) Alkohol und Werbung
- e) Gerüchte über Alkohol



Die jeweiligen Gruppen stellen Ihre Ergebnisse den anderen Gruppen in einem Kurzvortrag mit dem erarbeiteten Plakat vor. So ergibt sich für die Teilnehmer ein aspektreiches Bild über das Suchtmittel Alkohol, bei dem sie selbst einander aufklären. Die erarbeiteten Plakate bleiben an der Pinwand bis zum Seminarende hängen

11. Rauschbrille

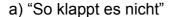
Die Teilnehmer arbeiten in zwei verschiedenen Gruppen mit der Rauschbrille. Es werden unterschiedliche Übungen gemacht:

- a) Stuhlpacour (eine Gruppe mit Rauschbrille, die andere mit Rauschbrille)
- b) Zielwerfen
- c) Gegenstände aufheben
- d) Balancieren auf dem Seil



12. Kommunikationstraining

Die Teilnehmer sollen in Rollenspielen eigene Strategien entwickeln, wie sie innerhalb der eigenen Clique intervenieren können. Die Übung wird in zwei Phasen unterteilt:



Rollenspiel: Teilnehmer führen ein Gespräch, bei dem es nicht gelingen wird, einen anderen Jugendlichen vom Trinken abzuhalten.



Es wird gesammelt, was falsch gemacht werden kann (zu schüchtern, selbst weitertrinken, dadurch schlechtes Vorbild, zu aufdringlich oder missionarisch, mit Polizei oder Eltern drohen, keine Argumente, kein Einfühlungsvermögen…).

b) "So kann es klappen"

Rollenspiel: in Zweier bzw. Dreiergruppen üben die Jugendlichen Gespräche, Unterstützung gibt der Kursleiter.

Gruppensituationen: Rollenspiel Trinkvorfall in einer Gruppe, was ist besonders zu beachten? z.B. Verbündete suchen und miteinander einwirken.

13. Achte auf deine Freunde

Oft wird in der Clique gefeiert und Alkohol getrunken. Viele spielen dabei auch Trinkspiele. Häufig wird einer ausgeguckt, der abgefüllt werden soll. Der Stuhl steht für das vertrauen an andere bei Trinkspielen.

Die Jugendlichen bilden Paare. Der eine Partner stellt einen Stuhl hinter dem anderen. Ihm ist es überlassen, wie er den Stuhl hinstellt (weiter weg, falsch herum usw.). Der andere darf sich dann setzten, ohne nachzusehen oder zu tasten, wo der Stuhl steht.

Der Fokus liegt auf der Frage nach Vertrauen in andere Personen. Gerade im Umgang mit Trinkspielen wird diese Frage von Jugendlichen nicht gestellt.

14. Spiel I Pendel (Vorbereitung Vertrauensfall)

Die Cliquen-Guides sollen aktiv werden, bevor eine Situation eskaliert. Dazu müssen sie unter Umständen einen Standpunkt und Verantwortung übernehmen.

Es werden immer Gruppen aus drei ungefähr gleich großen Personen gebildet. Die Personen stellen sich hintereinander auf. Die vordere Person lässt sich nach hinten fallen und wird von der hinten stehenden Person aufgefangen.(Achtung! Auf Körperspannung achten.)

Der Fokus liegt auf Vertrauen in andere.

15. Spiel II:Vertrauensfall

Eine Person steht auf dem Tisch. Vor ihm steht die Gruppe und hält die Hände zum auffangen bereit. Dabei werden die Hände im Reißverschlussprinzip verschränkt. Die Person die sich fallen lässt, kann die Personen in der Gruppe so hinstellen, wie sie es möchte. Die Person, die sich fallen lässt, fragt ob die Gruppe bereit ist und wartet auf die Bestätigung. Dann kündigt sie ihr kommen an. (Achtung! Auf Körperspannung achten.)

Bei dem Spiel geht um Verantwortung für andere zu übernehmen, damit ihren Freunden nichts passiert.

16. Maßnahmen im Alkoholnotfall

Im Mittelpunkt dieses 2-stündigen Bausteines steht die Wissensvermittlung bezüglich gesundheitlicher Risiken sowie das Verhalten im Alkoholnotfall. Die Schulung wird von Vertretern einer gesundheitlichen Hilfsorganisation (z.B. Rotes Kreuz, Malteser etc.) durchgeführt und beinhaltet auch die Anleitung zur Beatmung, um den Ernst der Lage zu verdeutlichen.



17. Auswerung

Zur Auswertung der Ausbildung wird die NÜM-Methode eingesetzt. (nachdenklich / überrachend / merkenswert). Dazu werden die Teilnehmer gebeten, zu den drei Kategorien mindestens eine Sache auf eine Karte zu schreiben. Diese Karten werden gesammelt und auf ein Plakat geklebt. Anschließend werden die Karten im Plenum ausgewertet.

18. Präsentation der Ergebnisse

Am Ende der Projektwoche steht die Präsentation des Projektes. Dazu werden die erarbeiteten Plakate ausgestellt. Zusätzlich wurde für die Schüler, Eltern und Lehrer ein Rauschbrillen-Pacour und ein Alkoholquiz angeboten. Abgerundet wurde die Präsentation von einer alkoholfreien Cocktailbar und einem Stand mit Informationmaterialien.



IV. Vereins-Projekt

A. Verlauf

1. Tag

Kennenlernen (17.00 Uhr)

Einstieg in das Thema Alkohol und Risiko (17.15 - 18.00 Uhr)

Alkoholpräventionsspiel "Voll die Party" (18.15 – 19.30)

Auswertung 1. Tag 19.30 – 20.00 Uhr

2. Tag

Begrüßung (17.00 Uhr)

Gruppenpuzzle (17.15-18.30 Uhr)

Risflecting (18.15-19.45 Uhr)

Auswertung 2. Tag (19.45-20.00 Uhr)

3. Tag

Begrüßung (17.00 Uhr)

Schutz- und Risikofaktoren (17.15 - 18.00 Uhr)

Kommunikationstraining (18.15 – 19.45 Uhr)

Auswertung 3. Tag (1945-20.00 Uhr

4. Tag

Begrüßung 17.00 Uhr

Erste Hilfe (17.15-19.15 Uhr)

Auswertungsrunde (19.15-20.00 Uhr)

B. Methode:

- 1. Erlebnispädagogik (Auseinandersetzung mit Vertrauen, Risiko, Wagnis)
- 2. Wissensvermittlung durch Workshops (Wirkungsweise von Alkohol)
- 3. Kommunikationstraining

Jugendliche sollen aktiv in das Seminar eingebunden werden. Sie werden als Experten ihrer Lebenswelt betrachtet. Es wird Ihnen ermöglicht, eigene Strategien in dem Seminar entwickeln und umzusetzen.

C. Inhalt

1. Partner-Interview

Jeder stellt seinen rechten Partner mit einer guten Eigenschaft der Runde vor.

2. Meinungsbilder

Die Jugendlichen werden zu ihrem ganz persönlichen Alkoholkonsum befragt. Dazu kleben sie Punkte auf eine Flipchart.

Als Kategorien werden folgende Punkte vorgegeben:

- a) Ich trinke keinen Alkohol
- b) Ich trinke manchmal am Wochenende
- c) Ich trinke mehrmals die Woche
- a) Ich bekomme den Alkohol von meinen Eltern
- b) Ich bekomme den Alkohol von Verwandten
- c) Ich bekomme den Alkohol von Freunden
- d) Ich bekomme den Alkohol aus dem Geschäft

Die Fragen werden mittels Klebepunkte an einer Flipchart beantwortet. Während der Befragung ist kein Referent anwesend.

3. Landschaften stellen

In der zweiten Runde werden zu verschiedenen Aussagen und Meinungen bezüglich persönlicher Kompetenzen, Risikobereitschaft und Einstellungen zu Alkohol eingeholt. Die Jugendlichen ordnen sich Positionen zu, je nach dem, ob die Aussage auf sie zutrifft oder nicht. Die Jugendlichen können dann einzeln zu ihrer Position befragt werden. Durch das

Spiel werden Einstellungen, Positionen und Erfahrungen der Gruppenteilnehmer abgebildet, ohne dass jeder einen Redebeitrag leisten muss.

5. Planspiel "Voll die Party"

Nach einer Einführung und Erläuterung zur Planspielsituation richten die Teilnehmer zusammen den Spielort her. Sie dekorieren den Raum, bereiten Getränke, Knabbereien, Musikanlage und Beleuchtung vor. Eine Bar wird hergerichtet. Dort wird es Getränke geben. An einer besonders bezeichneten Bar werden beim Erscheinen Spielchips ausgegeben. Eine weitere Station wird errichtet für das Auswürfeln der Konsequenzen nach dem Erscheinen an der Bar. Es

werden Spielkarten (zu Hause, Polizei, Krankenhaus



etc.) sowie Spielregeln aufgehängt. Die Teilnehmer erhalten Rollenkarten, auf denen Lieblingsgetränk, Clique sowie Alkoholverträglichkeit angegeben sind. Sie finden sich zu Gruppen zusammen und gehen an die Bar. Dort erhalten sie entsprechend Spielchips für ihr erscheinen. Im Anschluss gehen sie an die Station "Konsequenzen auswürfeln". Im Anschluss an das Spiel wird den Teilnehmern ein Auswertungsbogen ausgeteilt, mit Hilfe dessen sie sich Spiel, Erfahrungen und Themen vergegenwärtigen. Ziel des Spiels ist es im Nachgespräch folgende Fragestellungen zu beleuchten:

- a) Wozu dient Alkohol in Partysituationen?
- b) Welchen Einfluss hat die Gruppe auf das Trinkverhalten?
- ci) Was kann passieren, wenn man zuviel Alkohol konsumiert?
- d) Welchen Einfluss haben Konsequenzen (eigene oder von Anderen) auf das Trinkverhalten?

6. Rauschbrille

Die Teilnehmer arbeiten in zwei verschiedenen Gruppen mit der Rauschbrille. Es werden unterschiedliche Übungen gemacht:

- a) Stuhlpacour (eine Gruppe mit Rauschbrille, die andere mit Rauschbrille)
- b) Zielwerfen
- c) Gegenstände aufheben
- d) Balancieren auf dem Seil



7. Gruppenpuzzle

Die Teilnehmer teilen sich in Kleingruppen auf. Es werden Informationsmaterialien zu verschiedenen Aspekten von Alkohol und Konsum an die Gruppen ausgegeben:

- a) Körperliche Auswirkungen von Alkoholkonsum
- b) Beeinträchtigungen von Gehirn und Wahrnehmung
- c) Wissenswertes und Fakten
- d) Alkohol und Werbung
- e) Gerüchte über Alkohol

Die jeweiligen Gruppen stellen Ihre Ergebnisse den anderen Gruppen in einem Kurzvortrag mit dem erarbeiteten Plakat vor. So ergibt sich für die Teilnehmer ein aspektreiches Bild über das Suchtmittel Alkohol, bei dem sie selbst einander aufklären. Die erarbeiteten Plakate bleiben an der Pinwand bis zum Seminarende hängen



8. Risiko-Typ

Die Teilnehmer sollen sich aktiv mit dem Risiko-Begriff auseinandersetzen. Dabei ist es wichtig herauszuarbeiten, das unterschiedliche Personen auch eine unterschiedliche Risikoneigung haben. Die Jugendlichen sammeln in zwei Runden Aktivitäten und Verhaltensweisen, die sie selber als riskant einschätzen.

- a) In der ersten Runde sammeln sie Aktivitäten und Verhaltensweisen, die sie als riskant einschätzen. Dabei werden keine thematischen Vorgaben gemacht.
- b) In der zweiten Runde werden Risiken in Bezug auf Alkohol gesammelt.

Ausgewertet werden die Begriffe nach jeder Runde. Die Karten werden dazu gesammelt, sortiert und vorgelesen. Die



Teilnehmer müssen sich nach folgenden Kriterien positionieren:

- ist für mich eine Hemmschwelle
- ist für mich ein Wagnis
- ist f
 ür mich eine Herausforderung
- ist für mich eine Gefahr

Die Jugendlichen werden befragt, warum sie sich für die jeweilige Kategorie entschieden haben.

Focus liegt auf das Sichtbarmachen der Subjektivität von Risikobewertungen.

9. Achte auf deine Freunde

Oft wird in der Clique gefeiert und Alkohol getrunken. Viele spielen dabei auch Trinkspiele. Häufig wird einer ausgeguckt, der abgefüllt werden soll. Der Stuhl steht für das vertrauen an andere bei Trinkspielen.

Die Jugendlichen bilden Paare. Der eine Partner stellt einen Stuhl hinter dem anderen. Ihm ist es überlassen, wie er den Stuhl hinstellt (weiter weg, falsch herum usw.). Der andere darf sich dann setzten, ohne nachzusehen oder zu tasten, wo der Stuhl steht.

Der Fokus liegt auf der Frage nach Vertrauen in andere Personen. Gerade im Umgang mit Trinkspielen wird diese Frage von Jugendlichen nicht gestellt.

9. Schutzfaktoren

In zwei Diskussionsrunden wird sich mit der Frage nach Schutzfaktoren und Förderlichen Faktoren für einen riskanten Umgang mit Alkohol gefragt. Herausgestellt werden soll, welche Faktoren einen risikoreichen Umgang mit Alkohol fördern, welche Faktoren es gibt, welche mich zu einem risikoarmen Umgang bewegen.



12. Kommunikationstraining

Die Teilnehmer sollen in Rollenspielen eigene Strategien entwickeln, wie sie innerhalb der eigenen Clique intervenieren können. Die Übung wird in zwei Phasen unterteilt:



Rollenspiel: Teilnehmer führen ein Gespräch, bei dem es nicht gelingen wird, einen anderen Jugendlichen vom Trinken abzuhalten.



Es wird gesammelt, was falsch gemacht werden kann (zu schüchtern, selbst weitertrinken, dadurch schlechtes Vorbild, zu aufdringlich oder missionarisch, mit Polizei oder Eltern drohen, keine Argumente, kein Einfühlungsvermögen…).

b) "So kann es klappen"

Rollenspiel: in Zweier bzw. Dreiergruppen üben die Jugendlichen Gespräche, Unterstützung gibt der Kursleiter.

Gruppensituationen: Rollenspiel Trinkvorfall in einer Gruppe, was ist besonders zu beachten? z.B. Verbündete suchen und miteinander einwirken.

V. Auswertung

Die Teilnehmer sollten am Ende des Wochenendblocks das Seminar bewerten. Die Kriterien wurden bewusst offen formuliert, um ein breites Meinungsbild zu bekommen. Daher wurden in der Auswertung des Wochenendes auch die Themen Essen und Freizeit von den Teilnehmern genannt. Für die Auswertung des Seminars spielen diese Nennungen jedoch eine untergeordnete Rolle.

Die Teilnehmer sollten das Seminar in folgenden Kategorien bewerten.

- a) Was hat dir besonders gefallen?
- b) Was hat dir nicht so gut gefallen?
- c) Was nimmst du mit?

Hinzu kommt, das sie das Seminar in ihrer Gesamtheit (Programm, Freizeit und Essen) mit Schulnoten bewerten konnten.

1. S	chulnote	2,9
2 \	Was hat Dir besonders gut gefallen?	
С	ocktails mixen:	6
R	auschbrille:	5
V	ertrauensspiele:	5
K	icker (in Pausen):	5
et	twas lernen:	3
Р	lakate Gruppenpuzzle:	3
	inge aufbleiben:	2
U	nternehmung/ Aktion:	2
aı	ußerdem je einmal: Risikospiel, Partyplanspiel, Selbsteinsc	chätzung

13
4
2
•

4. Was nimmst Du mit? Nennungen

Wann man aufhören sollte zu trinken:	9
Was man im Notfall tun kann/soll:	7
die Gefahr besser einschätzen:	5
Folgen von Alkoholkonsum besser einschätzen:	2
Freunde schützen können/wollen:	2

Streicht man in der ersten Frage "Was hat dir gut gefallen?" die Freizeitaktivitäten heraus, rangieren die Übungen mit der Rauschbrille und die Vertrauensspiele mit 5 Nennungen ganz oben. Betrachtet man parallel dazu die Kategorie "Was hat dir nicht gut gefallen?", fällt auf, das sich die Teilnehmer nur vereinzelt negativ über die Inhalte und Methodik äußern. Daher ist davon auszugehen, das die Methodenvielfalt sich positiv auf die Teilnehmer ausgewirkt hat. Somit werten wir die Grundstruktur des Seminars als positiv. In Zukunft soll aber auf einen ausgewogeneres Verhältnis von Inhalt und Freizeit geachtet werden.

In der vierten Kategorie wurden die Ziele des Seminars abgefragt. Hier liegen die Nennungen "Wann man aufhören sollte" mit 9 Nennungen, "Was man im Notfall tun kann/soll" mit 7 Nennungen und "die Gefahren besser einschätzen mit 5 Nennungen im oberen Bereich der Auswertung. Das Ziel die persönliche Kompetenz zu stärken wurden damit erreicht.

Die Protektorenwirkung rangiert auf den letzten Plätzen. Ob es uns gelungen ist, eine Protektorenwirkung zu erzielen, lässt sich über die von uns vorgenommene Bewertung nicht erheben, da die Protektorenwirkung eine zukünftige Handlung zukünftige Handlung beschreibt. In wie weit Jugendliche intervenieren um ihre Freunde zu schützen, muss zu einem späteren Zeitpunkt durch eine andere Erhebungsmethode evaluiert werden. Dazu ist aber auch eine größere Gruppe an Teilnehmer erforderlich, um ein gesichertes Bild der Protektorenwirkung und bei Mißerfolg oder Erfolg die Rahmenbedingungen abbilden zu können.

Einige Aussagen im Originalton aus den Evaluationsbögen:

- ich habe die erste Hilfe gelernt, ab wann Alkohol echt gefährlich wird
- ..., ich hab erst jetzt gelernt wie gefährlich Alkohol wirklich ist
- ..., dass man auch ohne Alkohol Spaß haben kann
- ..., dass Alkohol schädlich ist und man so gut gelernt hat, was bei einem Alkoholunfall wichtig ist
- ..., dass ich in Zukunft nicht mehr ganz so viel trinke und meine Freunde auch davor schützen werde...
- mit Alkohol umzugehen und im Notfall jemandem zu helfen

Die Originalaussagen und die Bewertungen der Teilnehmer lassen uns zu einer positiven Bewertung des Projektes kommen. Im Bereich der persönlichen Kompetenz haben die Teilnehmer hinzugewonnen. Sie sind in der Lage die Risiken im Umgang mit Alkohol besser einschätzen zu können. Wir gehen davon aus, das der bewusstere Umgang mit Alkohol durch die von uns geschulten Teilnehmer sich positiv auf die Clique auswirkt, mit der die Teilnehmer ihre Freizeit verbringen.

V. Weiterentwicklung

Das Projekt soll in Zukunft weiterentwickelt werden. Ziel ist es, das Projekt anderen Institutionen, Einrichtungen und Vereinen als Schulungsangebot nutzbar zu machen. Es ist vorstellbar dieses Projekt in Schulen und Vereinen anzubieten. Es bedarf dazu nur wenig Umstrukturierung der Inhalte, um das Seminar an die Rahmenbedingungen der jeweiligen Institutionen, Einrichtungen und Vereine anzupassen.