

Bausteinprogramm

Schulische Suchtprävention



Impressum

Text: Michael Elsner
Henning Fietz
Rene Grotzeck
Ingeborg Holterhoff-Schulte
Ricarda Henze
Alexandra Kemper
Maria Rüschenndorf
Katharina Deeken
Ergänzung 4. Auflage (Baustein 9/10-5 „Let's talk about Medien“):
Katharina Deeken und Ricarda Henze
unter Mitwirkung der AG Nord der Fachkräfte für Suchtprävention.

Layout: Juliane Buyken · jb mediengestaltung
www.jb-mediengestaltung.de

Herausgegeben von



Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen
Gruppenstraße 4, 30159 Hannover
Tel.: 05 11/62 62 66 0 Fax: 05 11/62 62 66 22
info@nls-online.de
www.nls-online.de

4. leicht überarbeitete und ergänzte Auflage, Hannover, Juli 2020

Vorwort des Kultusministeriums zur 3. Auflage

Sehr geehrte Damen und Herren,



Niedersachsen hat bereits 2005 als erstes Bundesland in Deutschland mit dem Erlass „Rauchen und Konsum alkoholischer Getränke in der Schule“ ein generelles Rauch- und Alkoholverbot an Schulen sowie bei schulischen Veranstaltungen ausgesprochen. Außerdem werden die Schulen darin zusätzlich aufgefordert, ein Präventionskonzept zu entwickeln und ins Schulprogramm aufzunehmen. Unter Berücksichtigung der Kerncurricula sollen klassen- und jahrgangsübergreifende Aktivitäten in den schulinternen Lehrplänen verortet und in ein Gesamtkonzept eingebunden werden.

Kinder und Jugendliche sind die wichtigste Zielgruppe der Suchtprävention, da in jungen Jahren die Weichen für späteres Gesundheitsverhalten gestellt werden. Insbesondere beim Tabak- und Alkoholkonsum unterschätzen Jugendliche oft die gesundheitlichen Konsequenzen ihres Verhaltens. Gesundheitsförderung und Suchtprävention gehören zum Erziehungs- und Bildungsauftrag der Schule. Sie tragen nicht nur zur individuellen Gesundheit und steigendem Wohlbefinden bei, sondern auch zur Qualitätsverbesserung der Schulen. Im Orientierungsrahmen Schulqualität in Niedersachsen stellen Persönlichkeitsbildung und Gesundheitsförderung sowie individuelle Förderung und damit Inklusion zugleich Ziel und Grundprinzip allen schulischen Handelns dar.

Ursachen, Art, Umfang und Folgen von Suchtverhalten sind sehr unterschiedlich. Suchtprävention ist deshalb eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, wenn sie gelingen soll. So haben z.B. die 2007 erlassenen Nichtraucherschutzgesetze des Bundes und der Länder, die Heraufsetzung der Altersgrenzen für den Erwerb von Tabakprodukten, mehrere Tabaksteuererhöhungen und nicht zuletzt pädagogische Konzepte zu einer Veränderung der gesellschaftlichen Einstellungen gegenüber dem Rauchen geführt. Heute kann festgestellt werden, dass z.B. die Anzahl der aktuell rauchenden Jugendlichen signifikant rückläufig ist und gleichzeitig das durchschnittliche Einstiegsalter in den regelmäßigen Tabakkonsum angestiegen ist: Ein ermutigendes Ergebnis!

Im Kontext schulischer Gesundheitsförderung ist in Niedersachsen ein funktionierendes Netzwerk mit unterschiedlichen schulischen und außerschulischen Partnerschaften entstanden. Ausgewiesene Expertinnen und Experten unterstützen die Schulen mit großem Erfolg, die Suchtprävention voranzutreiben und ermutigen immer wieder, neue Wege einzuschlagen.

Ich freue mich, dass nun die 3. aktualisierte Neuauflage „Bausteinprogramm schulische Suchtvorbeugung - BASS“ zur Verfügung steht, das seit 2002 erfolgreich an niedersächsischen Schulen eingesetzt wird.

Der Ordner bietet für die verschiedenen Jahrgänge Bausteinprogramme mit Arbeitsanleitungen und umfangreichen Arbeitsmaterialien und unterstützt Sie dabei, Ihr schuleigenes Präventionskonzept mit Leben zu füllen.

Ich wünsche mir, dass viele Schulen diesen Ordner nutzen und damit einen wichtigen Beitrag zum Schutz der Heranwachsenden vor Suchtgefahren leisten.



Niedersächsische Kultusministerin

Hannover, im Frühjahr 2015

Vorwort des Kultusministeriums

Grundlagen schulischer Suchtprävention	7
SUCHTPRÄVENTION IN DER SCHULE.....	11
UMSETZUNG VON SUCHTPRÄVENTION DURCH EIN PRÄVENTIONSKONZEPT	12

Kurzinformationen zu Suchtmitteln	15
Alkohol	15
Amphetamine	16
Cannabis	16
Heroin	17
Kokain.....	17
Legal Highs	18
MDMA / Ecstasy, XTC.....	18
Medikamente	19
Metamphetamin / Crystal Meth, Ice, Crystal, Speed	19
Schnüffelstoffe	20
Tabak.....	20
VERHALTENSSÜCHTE:	
Ess-Störungen	21
Glücksspiel	21
Medien.....	22

Das Bausteinprogramm

HINWEISE FÜR DIE ARBEIT MIT DEM BAUSTEINPROGRAMM	23
--	----

Bausteinprogramm für Klasse 5/6

GRUNDLAGEN	
1. Einführung in das Thema Sucht	28
2. Ursachen	41
3. Meine Stärken – meine Schwächen	44
4. Gruppendruck, Nein-Sagen	47
VERTIEFUNG	
5. Nähe – Distanz	52
6. Mädchen – Jungen	56
7. Freundeskreis und Freizeit	64
8. Medien	71

Bausteinprogramm für Klasse 7/8	82
GRUNDLAGEN	
1. Einführung in das Thema Suchtvorbeugung	83
2. Informationen und Einstellungen zum Thema Rauchen, Alkohol und Cannabis	99
3. Gefühle wahrnehmen und benennen	104
4. Dazugehören und Standfestigkeit	111
VERTIEFUNG	
5. Stress	116
6. Unser Klassenklima	122
7. Medien	127
8. Selbstbild – Fremdbild	147
 Bausteinprogramm für Klasse 9/10	 152
HINWEISE ZUR DURCHFÜHRUNG	153
GRUNDLAGEN	
1. Partykompetenz.....	155
2. Risikokompetenz/Risikokompetenz plus.....	172
3. Sucht und Abhängigkeit	207
VERTIEFUNG	
4. Cannabis.....	218
5. Let's talk about Medien	231
6. Medien (Internetpornographie)	240
 Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule	 251
Elternarbeit	267
Anhang	273

Grundlagen schulischer Suchtprävention

Suchtprävention zielt darauf ab, den mit dem schädlichen Gebrauch von legalen und illegalen Substanzen verbundenen sozialen und persönlichen Schäden vorzubeugen.¹ Dabei versteht sich die Suchtprävention als eigenständiger Bereich der Gesundheitsförderung. Gesundheitsförderung zielt auf die Förderung der individuellen und sozialen Ressourcen ab und will damit die Gesundheit der Menschen erhalten.² Dieser Ansatz der Gesundheitsförderung wurde von der Suchtprävention adaptiert und ins Zentrum ihres Handelns gestellt. Schon seit der Mitte der 1990er Jahre hat sich die Lebenskompetenzförderung als ein wichtiger Ansatz in der Suchtprävention durchgesetzt.³

Suchtprävention will demnach Individuen und soziale Gruppen befähigen, Schutzfaktoren zu entwickeln, um ihre eigene Gesundheit selbst positiv beeinflussen zu können. Mit diesem Ziel richtet sich Suchtprävention zunächst an alle Menschen, denen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über die eigene Gesundheit ermöglicht werden soll.

Darüber hinaus sollen auch Menschen mit bereits riskantem Verhalten oder Menschen mit besonderen Risikomerkmale durch suchtpreventive Maßnahmen erreicht werden. Jugendliche haben bestimmte Entwicklungsaufgaben zu erfüllen, die sich im Wechselspiel von körperlichem Wachstum, gesellschaftlichen Erwartungen und eigenen Zielsetzungen darstellen. Jugendliche setzen bestimmte Substanzen auch ein, um diese Anforderungen zu bewältigen. So kann der Konsum von Alkohol oder Tabak den Kontakt zu Peergruppen oder möglichen Partnern erleichtern.⁴ Auftrag der Suchtprävention ist es dann, die Jugendlichen zu begleiten und zu unterstützen, so dass der Substanzkonsum möglichst wenig negative Konsequenzen hat. Der erhobene Zeigefinger ist nicht zielführend und erreicht die Jugendlichen nicht.

Auch für Jugendliche, die spezielle Risiken in sich tragen, bildet die Förderung von Lebenskompetenzen als generalpräventives Element grundsätzlich die Basis der Suchtprävention. Weiter liegen die Ziele hier in der Reduktion des Einflusses der spezifischen Risikofaktoren für riskantes Verhalten.⁵ So kann z. B. übermäßiger Schulstress ein Risikofaktor für riskanten Alkoholkonsum sein. Dieser Schulstress müsste dann in suchtpreventiven Maßnahmen angegangen und reduziert werden.

In diesem Zusammenhang ist es ebenfalls notwendig, die sozial bedingte gesundheitliche Ungleichheit zu reduzieren.⁶

1 vergl. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Suchtprävention in der Bundesrepublik Deutschland, Köln 2004, S. 10

2 Siebert, D., & Hartmann, T. (02. Dezember 2007). *Basiswissen Gesundheitsförderung: Rahmenbedingungen der Gesundheitsförderung*. Abgerufen am 26. Mai 2013 von www.gesundheitsfoerderung.de: http://www.gesundheitsfoerderung.de/Inhalte/B_Basiswissen_GF/B2_Rahmenbedingungen/B2_Basiswissen_GF_Rahmenbedingungen_GF.pdf

3 Bittlingmeyer, U., & Hurrelmann, K. (2005). Präventionsstrategien für sozial Benachteiligte: das Beispiel der schulischen Suchtprävention und Skillförderung. In W. Kirch, & B. Badura, *Prävention: Ausgewählte Beiträge des Nationalen Präventionskongresses* (S. 173-192). Dresden: Springer.

Bühler, A. (2004). *Entwicklungsorientierte Evaluation eines suchtpreventiven Lebenskompetenzprogramms (IFT-Berichte Bd. 145)*. München: IFT Institut für Therapieforchung.

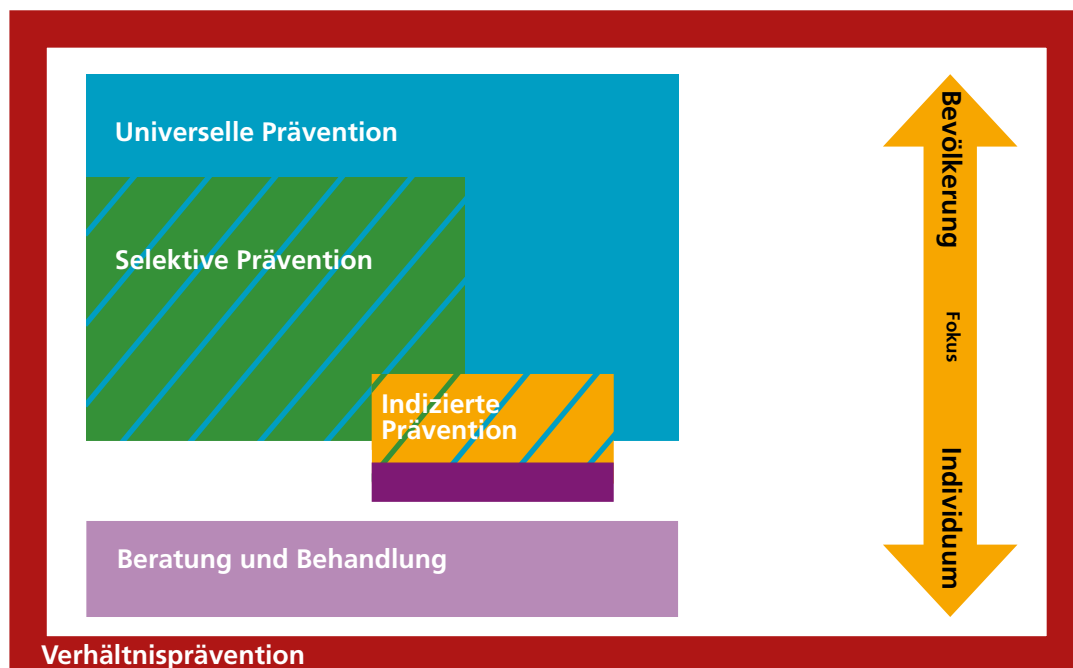
4 Stolle, M. u.a., (2009): Rauschtrinken im Kindes- und Jugendalter: Epidemiologie, Auswirkungen und Intervention. Dtsch. Ärztebl. Int. 106 (19)

5 Weichold et al. (2008). Konsum von Alkohol und illegalen Drogen über die Lebensspanne. In: R. Silbereisen, & M. Haselhorn, *Enzyklopädie Psychologie, Serie V (Entwicklung) Band 5 Entwicklungspsychologie des Jugendalters* (S. 537-586). Göttingen: Hogrefe.

6 Jordan et al. (2011). Verhaltenspräventive Maßnahmen zur Ernährung, Bewegung und Entspannung. In: Robert Koch-Institut, *Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes: Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie „Gesundheit in Deutschland aktuell 2009“ (GEDA) (S. 23-34)*. Berlin: Gesundheitsberichterstattung des Bundes.

Grundlagen schulischer Suchtprävention

Dies berücksichtigend, hat sich die 1994 vom US Institute of Medicine vorgeschlagene Klassifikation der Prävention in universelle, selektive und indizierte Prävention durchgesetzt, die alle Maßnahmen, die vor der vollen Ausprägung der Suchterkrankung einsetzen, anhand des Risikoprofils erfasst.



- Als „universelle“ präventive Intervention definiert wird dabei jede Maßnahme, die sich an die Allgemeinbevölkerung oder Teilgruppen der Bevölkerung wendet, um künftige Probleme zu verhindern. Dazu gehören etwa Schulprogramme zur Förderung von Lebenskompetenzen, massenmediale Kampagnen, Maßnahmen auf Gemeindeebene sowie am Arbeitsplatz.

Grundlagen schulischer Suchtprävention

- „Selektive“ Prävention richtet sich an Gruppen mit spezifischen Risikomeerkmalen in Bezug auf eine spätere Suchtproblematik (z.B. Schulprobleme, Aufwachsen in suchtbelasteten Lebensgemeinschaften). Die „selektiven“ präventiven Interventionen zielen auf die Verhinderung des Suchtmittelkonsums „durch Stärkung von Schutzfaktoren wie Selbstwertgefühl und Problemlösungskompetenz sowie durch Unterstützung im richtigen Umgang mit Risikofaktoren.
- „Indizierte“ Prävention richtet sich an Personen, die bereits ein manifestes Risikoverhalten etabliert haben und einem erhöhten Suchtrisiko ausgesetzt sind, aber noch keine Abhängigkeitssymptome aufweisen (zum Beispiel Jugendliche und junge Erwachsene, die am Wochenende wiederholt exzessiv Alkohol trinken).⁷

Suchtprävention zielt zusammengefasst auf:

- Positive Beeinflussung der Lebenszusammenhänge von Kindern und Jugendlichen (Familie, Kindertagesstätten, Schule, Freizeit),
- Stärkung individuellen Kompetenzen,
- Fort- und Weiterbildung der Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen,
- Positive Beeinflussung der Lebenszusammenhänge Erwachsener (z. B. im Rahmen betrieblicher Suchtprävention).

Suchtprävention arbeitet zielorientiert und zielgruppenspezifisch. Das bedeutet, dass bei der Definition der Ziele sehr genau die Situation und die Bedürfnisse der jeweiligen Zielgruppe berücksichtigt und der Maßnahmenplanung zugrunde gelegt werden.

⁷ European drug prevention quality standards, EMCDDA, Lissabon, Dezember 2011

Grundlagen schulischer Suchtprävention

Leitlinien und Grundsätze der Suchtprävention

Der Gebrauch von Suchtmitteln ist allgemein verbreitet und betrifft alle Menschen aller Bevölkerungsschichten. Suchtprävention muss deshalb allen zugänglich sein.

Das Erlernen des Umgangs mit Suchtmitteln gehört zu den Entwicklungsaufgaben von Jugendlichen, denen sie sich stellen müssen, weil sie gesellschaftlich damit konfrontiert werden. Die Suchtprävention unterstützt sie dabei.

Bei Jugendlichen, die konsumieren, soll die Entwicklung von riskantem zu missbräuchlichem Konsum oder gar zu einer Abhängigkeit verhindert werden.

Gesundheitsgefährdendes Verhalten wird entscheidend in der Kindheit und den Jugendjahren geprägt und es ist besonders wichtig, mit den Präventionsmaßnahmen frühzeitig zu beginnen, um Gesundheitsressourcen aufzubauen, die für das spätere Gesundheits- und Krankheitsverhalten eine wichtige Rolle spielen.⁸

Allgemein lässt sich feststellen, dass die sozial benachteiligten Gruppen ein riskanteres Gesundheitsverhalten aufweisen, welches sich in einer insgesamt schlechteren Ernährung, zu wenig Bewegung sowie Tabak- und riskantem Alkoholkonsum zeigt. Deshalb ist es besonders für sozial benachteiligte Eltern und Kinder wichtig, Zugang zu den Präventionsangeboten zu erhalten.

Um vorhandene Ressourcen mit großer Effektivität einzusetzen, sollten Multiplikatorinnen und Multiplikatoren so fortgebildet werden, dass sie selbst in ihren Einrichtungen suchtpreventiv arbeiten können (z. B. Lehrkräfte in der Schule).

Die suchtpreventiven Angebote und Maßnahmen müssen in die konkrete Lebenswelt der Zielgruppen integriert werden. Dabei wird davon ausgegangen, dass in diesen konkreten Lebenswelten oder Settings strukturelle und persönliche Faktoren interagieren und so die Gesundheit beeinflussen.

⁸ Altgeld et al. (2006). *Prävention und Gesundheitsförderung*. Bonn: Friedrich Ebert Stiftung.

Grundlagen schulischer Suchtprävention

Suchtprävention in der Schule

Bildung hat in unserer Gesellschaft einen immens hohen Stellenwert. Deshalb steht alles, was in Schule passiert, wie es passiert und ob es erfolgreich ist oder nicht, stark im Zentrum gesellschaftlicher Aufmerksamkeit. Ebenso stehen die Lehrkräfte als wichtigste Agenten im Bildungssystem häufig im Zentrum des politischen und öffentlichen Interesses.

Die Anforderungen an Lehrkräfte steigen stetig: sie sollen mehr Unterricht und administrative Aufgaben übernehmen und die mangelhafte Personalsituation auffangen. Dazu steigen die Anforderungen an die Kernaufgabe Unterricht, da die Kinder und Jugendlichen durch steigende und sich überlappende Konsum-, Freizeit- und Schulanforderungen gestresst sind.

Trotz der bestehenden hohen Anforderungen an die Lehrkräfte - schulische Suchtprävention ist sowohl aus dem erzieherischem Auftrag der Schule heraus wie auch aus der Tatsache, dass Schule selbst als gesellschaftliches System auf die Gesundheit der Menschen in diesem System wirkt, ein notwendiges schulisches Aufgabenfeld.

Kinder und Jugendliche aus allen sozialen Schichten können aufgrund der Schulpflicht in Schule erreicht werden. Darum eignen sich Schulen besonders als Setting für Prävention, da hier regelhafte Projekte bzw. Programme integriert werden können, was auch eine Nachhaltigkeit der Präventionsbemühungen sichern kann. Zudem sind die präventiven Strategien in den Schulen direkt mit der lebensweltlichen Umgebung vernetzt, wo sie besonders erfolgreich sind.

Folglich verstehen die Kultusministerien die Gesundheitsförderung und Prävention als unverzichtbare Elemente der Schulentwicklung und fordern frühzeitige und lebenskompetenzfördernde Maßnahmen in den Schulen.⁹

Eine Schule, in der sich Schülerinnen und Schüler wohlfühlen und die den gesundheitsfördernden und suchtpreventiven Anforderungen gerecht wird, ist durch Folgendes gekennzeichnet:

- Eine intensive kollegiale Zusammenarbeit der Lehrer/innen in fachlichen Fragen;
- gemeinsame Erörterungen, Abklärungen und möglichst Festlegungen pädagogischer Verhaltensregeln des Schullebens.¹⁰
- Die Pädagoginnen und Pädagogen sehen sich nicht als Einzelkämpfer, sondern als miteinander kooperierende Fachleute. Diese Kooperation erfordert einen Minimalkonsens in wichtigen schulischen Fragen, auch bei didaktisch-methodischen Problemen sowie in Fragen der Leistungsbeurteilung.

⁹ Sekretariat der ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland (2012): Empfehlung zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule

¹⁰ vergl. Leppin. A., Hurrelmann. K., Petermann H. Jugendliche und Alltagsdrogen. Neuwied. 2000

Grundlagen schulischer Suchtprävention

- Regeln des Miteinander-Umgehens und Regeln der Anforderungen im Hausaufgabenbereich sind wichtig. Vertritt die Schule dieses Regelsystem in sich stimmig, wird sie von den Schüler/innen als eine soziale Institution wahrgenommen.
- Schule und Leistung gehören zusammen. Wichtig ist ein Leistungsprogramm, bei dem die Maßstäbe und Standards für die Beurteilung und Bewertung transparent sind.
- Schließlich spielt die Partizipation von Schüler/innen und Eltern an wichtigen schulischen und unterrichtlichen Belangen eine große Rolle.

Umsetzung von Suchtprävention durch ein schuleigenes Präventionskonzept

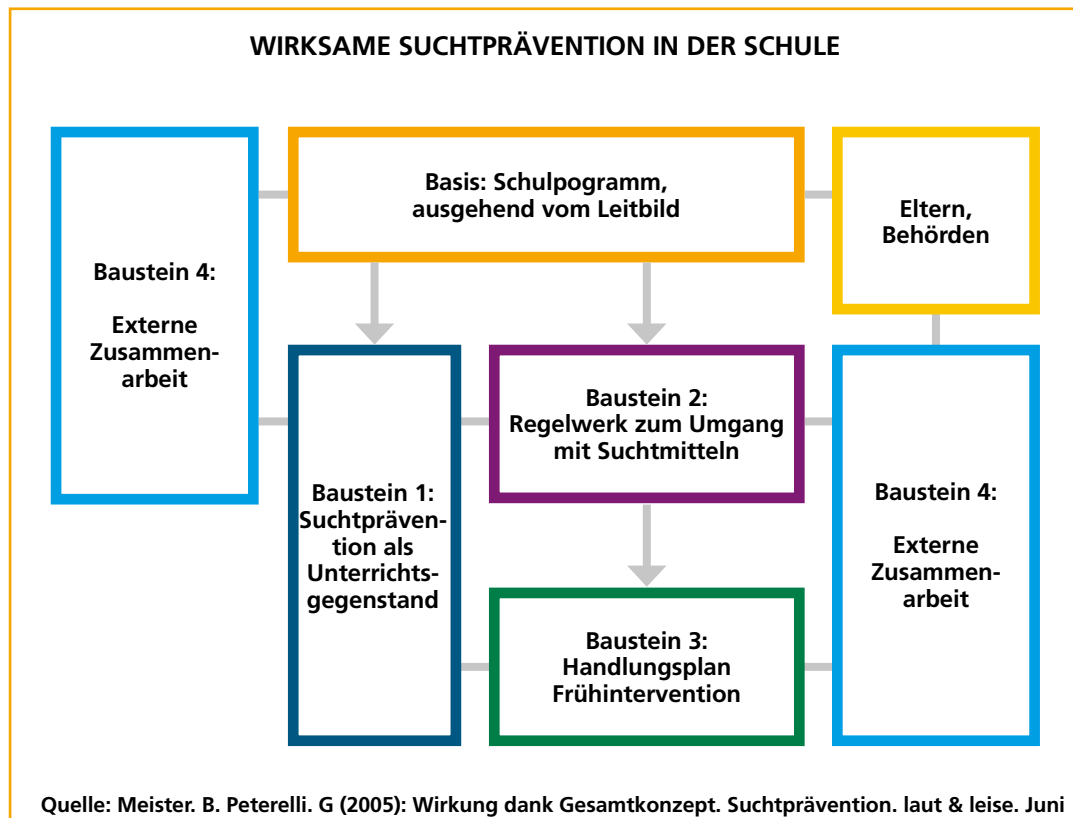
In Niedersachsen ist seit 1. August 2005 der Erlass zum Thema „Rauchen und Konsum alkoholischer Getränke in der Schule“ in Kraft (s.u.). Ziel des Erlasses ist nicht nur der Verbot von Tabak und Alkohol auf dem Schulgelände und bei Schulveranstaltungen, sondern weitgreifender die Implementierung einer bewussteren und systematischen Suchtprävention in den Schulen. Unter Beteiligung der unterschiedlichen Gruppen (Schulleitung/Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler sowie Eltern) sind die Schulen aufgefordert, ein Präventionskonzept zu entwickeln und in das Schulprogramm aufzunehmen. Dieses Konzept soll sich dabei nicht nur auf die Themen Tabak und Alkohol beziehen, sondern als Gesamtkonzept sowohl die Entwicklung von Grundfertigkeiten zur spezifischen Lebensgestaltung im Rahmen der individuellen Persönlichkeitsentwicklung zum Ziel haben (Verhaltensprävention) als auch die strukturellen Bedingungen und die Organisationsmerkmale der Institution Schule mit einbeziehen (Verhältnisprävention). Das Präventionskonzept bildet die schuleigene Grundlage zur Umsetzung einer abgestimmten und aufeinander aufbauenden Suchtprävention. Zur Entwicklung des Konzeptes hat sich folgendes Vorgehen bewährt:

Grundlagen schulischer Suchtprävention

Gremium	Aufgaben
<p>Einrichtung einer Arbeitsgruppe durch die Schulleitung mit Vertreter/innen der Lehrkräfte, der Schüler/innen und der Elternschaft.</p>	<p>Bestandsaufnahme</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was ist die Basis des Schullebens (Schulprogramm, Leitbild)? • Welchen strukturellen Bedingungen in suchtpreventiver Hinsicht unterliegt unsere Schule (z.B. Ausstattungen, Tagesabläufe, Regelwerke)? • Gibt es bereits Probleme im Zusammenhang mit Suchtmitteln? Wenn ja, welche?
	<p>Ziele</p> <ul style="list-style-type: none"> • „WAS wollen wir bis WANN WIE für WEN und mit WEM erreichen?“
	<p>Konzepterstellung (vgl. Abb. Nächste Seite) Unter Berücksichtigung der festgelegten Ziele sollten folgende Aspekte bearbeitet werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präambel • Suchtprävention als Unterrichtsgegenstand (in welchen Jahrgängen und welchen Fächern sollen welche Inhalte/Programme/Projekte bearbeitet werden)? • Regelwerk zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule inkl. Handlungsempfehlungen bei Verstößen • Handlungsplan Frühintervention für Schüler/innen mit auffälligem Substanzkonsum/Verhalten • Festlegen der externen Kooperationspartner • Festlegen der strukturellen Bedingungen, die verändert werden können/sollten
<p>Schule / SER / Schülervertretung</p>	<p>Vorstellung und Diskussion</p> <ul style="list-style-type: none"> • Das Präventionskonzept wird der Schulelternvertretung (SER), der Schülervertretung und den Lehrkräften vorgestellt. • Zustimmung des SER ist Voraussetzung
<p>Schule</p>	<p>Beschluss</p> <ul style="list-style-type: none"> • Das Präventionskonzept wird von der Schule beschlossen. In Schulen mit einem Schulprogramm ist das Präventionskonzept in die Schulprogrammentwicklung aufzunehmen.
<p>Schule</p>	<p>Kommunikation & Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strategien der Kommunikation müssen festgelegt werden, so dass das Konzept oder relevante Teile wie das „Regelwerk zum Umgang mit Suchtmitteln an der Schule“ und „Maßnahmen bei Regelverstößen“ allen bekannt ist. • Strategien der Umsetzung der einzelnen Maßnahmen und Kooperationen müssen festgelegt werden (Wer ist Ansprechpartner/in? Dokumentation und Kontrolle? Fortbildungsbedarf? Abstimmung der Inhalte und Fächer, ...).
<p>Schule</p>	<p>Erneuerung/Aktualisierung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Das Präventionskonzept ist jährlich neu zu beschließen.

Grundlagen schulischer Suchtprävention

Die folgende Abbildung zeigt noch einmal, welche Aspekte ein schlüssiges schulinternes Präventionskonzept beinhalten sollte, um für die unterschiedlichen Facetten des Themas entsprechende „Antworten“ zu haben.





Die strukturellen Anforderungen sind genauso zu beachten wie Bedarfe und Bedürfnisse der Schule und ihrer Akteure. Nur wenn das gesamte System Schule in Planung und Durchführung der suchtpreventiven Maßnahmen einbezogen ist, können diese erfolgreich sein.

KURZINFORMATIONEN ZU SUCHTMITTELN

Droge	Aussehen/Bild	Herstellung	Wirkung	Konsumart	Wichtige Informationen
<p>Alkohol Ethanol (Trinkalkohol)</p>	  	<p>pflanzlich wird durch Vergärung von Zucker aus Getreide und Obst gewonnen, durch Destillation wird höherer Alkoholgehalt erzielt z.B. bei Wodka</p>	<p><i>Beruhigend, Enthemmend,</i> 30-75 Minuten körperl. Einschränkungen wie Wahrnehmungs- und Aufmerksamkeitsstörung, vermindertes Gleichgewichtssinn, Aggressionen, Bewusstlosigkeit, Erbrechen, in schweren Fällen Alkoholvergiftung ggf. mit Koma</p>	<p>geschluckt</p>	<ul style="list-style-type: none"> • psychische und körperliche Abhängigkeit möglich • kann nahezu alle Organe schädigen • ab 0,2 Promille verändert sich das subjektive Erleben, wie z.B. die Wahrnehmung, Orientierung und Konzentrationsfähigkeit und das persönliche Verhalten • ab 1 Promille ist das Rauschstadium erreicht, ab 3 Promille kann Lebensgefahr bestehen • Wirkung hängt von der Menge, dem Trinktempo, dem Gewicht und der körperlichen und seelischen Verfassung ab • riskantes Sexualverhalten, aufgrund enthemmender Wirkung und gesteigerter Libido bei Frauen • Starker Zusammenhang zwischen Gewalttaten und Alkohol aufgrund erhöhter Reizbarkeit und herabgesetzter Hemmschwelle • erhöhtes Unfallrisiko im Straßenverkehr: Jugendliche und junge Erwachsene sind von alkoholbedingten Straßenverkehrsunfällen am stärksten betroffen • die verbreitetste Droge in Deutschland

KURZINFORMATIONEN ZU SUCHTMITTELN

Droge	Aussehen/Bild	Herstellung	Wirkung	Konsumart	Wichtige Informationen
Amphetamine „Speed“ „Pep“		Synthetisch	<i>Aufputschend</i> , 4-10 Stunden gesteigertes Selbstvertrauen, Überschätzung der körperlichen und geistigen Fähigkeiten Aktivitäts- und Unternehmungsdrang, Rededrang, Gedankensprünge, gesteigertes Sexualbedürfnis	gesnift, seltener geschluckt oder gespritzt	<ul style="list-style-type: none"> • psychische Abhängigkeit möglich • Gefahr von Überdosierung hoch (bleibende Hirnschäden, Psychosen, Stereotypien, Herzinfarkt / Schlaganfälle) • Hunger- und Durstgefühle, Müdigkeit werden
Cannabis Marihuana Haschisch		pflanzlich Getrocknete, zerkleinerte Blüten und Blätter Zerkleinertes Harz aus den Blütenständen, manchmal als Öl	<i>Beruhigend</i> , 30-60 Minuten „high“ (mitteilungsbedürftig, euphorisierend), „stoned“ (abschaltend, „drückt dich in den Sessel“), Lethargie, Antriebslosigkeit, Müdigkeit, schmerzlindernd	geraucht (Joint/Bong), selten in Form von Tee oder Gebäck	<ul style="list-style-type: none"> • psychische Abhängigkeit möglich • durch den Zusatz von synthetischen Cannabinoiden (legal highs) Überdosierung möglich • Qualität stark schwankend • meistkonsumierte Rauschdroge nach Alkohol

KURZINFORMATIONEN ZU SUCHTMITTELN

Droge ¹¹	Aussehen/Bild	Herstellung	Wirkung	Konsumart	Wichtige Informationen
Heroin	 	<p>pflanzlich / synthetisch</p> <p>Basispflanze ist der Schlafmohn</p> <p>Wird durch die Weiterverarbeitung von Morphin, dem Extrakt des Rohopiums (Pflanzensaft des Schlafmohns) hergestellt</p>	<p><i>Beruhigend</i>, 5-8 Stunden</p> <p>dämpft die geistige Aktivität, schmerzlindernd, entspannend, gleichgültig, euphorisierend</p>	<p>gespritzt, Pulver wird unter Zuhilfenahme von Ascorbinsäure in Wasser gelöst</p>	<ul style="list-style-type: none"> • sowohl psychische als auch körperliche Abhängigkeit möglich • Gefahr von Überdosierung (z.T. tödlich) hoch • rasche Toleranzentwicklung • verwandt mit dem bekannten Schmerzmittel Morphin
Kokain	 	<p>flanzlich/ synthetisch</p> <p>wird aus den Blättern des Kokastrauches gewonnen</p>	<p><i>Aufputschend</i>, 10-90 Minuten</p> <p>Bewegungs- und Rededrang, herabgesetzte Selbstkritik, Euphorie, gesteigertes Selbstvertrauen, Steigerung der Wachheit und Leistungsfähigkeit</p>	<p>gesniffelt (Line), selten auch geraucht oder gespritzt</p>	<ul style="list-style-type: none"> • psychische Abhängigkeit möglich • bei regelmäßigem Konsum können psychische Erkrankungen begünstigt werden (Psychosen, Depressionen) • phasenweiser Verlauf der Rauschwirkung • häufig Umkehrung der positiven Effekte zum Rauschende

¹¹ <http://www.drugcom.de>; <http://www.mindzone.info>; <http://www.drug-infopool.de>

KURZINFORMATIONEN ZU SUCHTMITTELN

Droge	Aussehen/Bild	Herstellung	Wirkung	Konsumart	Wichtige Informationen
Neue psychoaktive Substanzen (NPS; sogenannte "Legal Highs")		synthetisch	je nach Produkt: <i>aufputschend, beruhigend, halluzinogen</i>	je nach Produkt: geraucht, geschluckt oder gesniffelt	<ul style="list-style-type: none"> • psychische Abhängigkeit möglich • Sie werden i.d.R. als Fertigprodukte verkauft • Sie werden fälschlicherweise als „getarnte Produkte“ angeboten z.B. als „Badesalze“, „Raumluft-erfrischer“, „Kräutermischungen“ (psychoaktive Stoffe, die auf den Verpackungen nicht ausgewiesen werden) • Wirkung ähnelt meist bekannten Substanzen wie Cannabis, Ecstasy oder Amphetamin • Gefahr von Überdosierung hoch → Achtung: fehlende Auflistung der Wirkstoffe auf der Verpackung → Achtung: erwecken den Anschein, dass die Produkte ungefährlich und legal sind. Mittlerweile sind fünf Substanzgruppen verboten, u.a. synthetische Cannabinoide und Cathinone (vgl. NpS-Gesetz)
MDMA Ecstasy XTC		synthetisch	<i>Aufputschend, 4-6 Stunden gesteigertes Körperempfinden, optische Wahrnehmungsveränderungen, Glücks-, Liebes-, und Entspannungsgefühle aber auch gefährliche körperliche und psychische Nebenwirkungen möglich</i>	geschluckt	<ul style="list-style-type: none"> • psychische Abhängigkeit möglich • negative Einflüsse auf die Lernfähigkeit • Überdosierung möglich • Mischkonsum besonders gefährlich • In den 90ern stark verbreitet • enthält Amphetamin, Methamphetamin, Koffein, u.a. • Zusammensetzung variiert stark

KURZINFORMATIONEN ZU SUCHTMITTELN

Droge	Aussehen/Bild	Herstellung	Wirkung	Konsumart	Wichtige Informationen
Medikamente Missbrauchsfähige Medikamente		synthetisch, oft auf Grundlage natü- rlicher Inhalts- stoffe	Je nach Medikament: <i>aufputschend,</i> <i>beruhigend,</i> <i>halluzinogen</i> je nach Medikament können Wirkungen und Nebenwirkun- gen der weiteren hier genann- ten Drogen erzeugt werden	Je nach Medikament unterschied- lich (meistens geschluckt)	<ul style="list-style-type: none"> • psychische und körperliche Ab- hängigkeit möglich • Als Drogen werden hauptsäch- lich Schmerz-, Schlaf- und Beru- higungsmittel eingesetzt. • Die Gefahren des Medikamen- tenmissbrauchs hängen mit dem jeweiligen Medikament zusam- men. • Übergang zur Abhängigkeit oft fließend • Medikamentenmissbrauch ist Drogenkonsum
Metamphetamin Crystal Meth Ice Crystal Speed		synthetisch	<i>Aufputschend,</i> bis zu 20 Stunden körperliche Leistungssteige- rung, vermindert Müdigkeit und Hungergefühl, erhöht die Risikobereitschaft, ver- ursacht u.a. Euphorie und Nervosität, obsessiv	gesnief, selten geraucht, geschluckt oder gespritzt	<ul style="list-style-type: none"> • schwere psychische Abhän- gigkeit möglich • regelmäßiger Konsum ver- ursacht strukturelle Nerven- schäden im Gehirn • Mischkonsum besonders ge- fährlich • zunehmende Verbreitung • schnelle Toleranzentwicklung

KURZINFORMATIONEN ZU SUCHTMITTELN

Droge	Aussehen/Bild	Herstellung	Wirkung	Konsumart	Wichtige Informationen
Schnüffelfestoffe Lösungsmittel		synthetisch	halluzinogen Benommenheit, Euphorie oder auch Enthemmung, Bewusstseinsdrückung,	inhalieren	<ul style="list-style-type: none"> • psychische Abhängigkeit möglich • Bereits beim ersten Konsum ist der sog. „Schnüffeltod“ möglich • gravierende Organ- und Nervenschäden bei chronischem Missbrauch • Bewusstlosigkeit bis zum Atemstillstand möglich, verlangsamten Körper- und Gehirnfunktion • frei erhältlich • Lösungsmittel sind in einigen Farbe und Klebstoffen enthalten.
Tabak		pflanzlich wird aus den getrockneten und zerkleinerten Blättern der Tabakpflanze hergestellt	Aufputschend anregend, Leistungsfähigkeit steigernd, Hemmung körperlicher Prozesse Verminderung von Hunger, Müdigkeit, Stress, Nervosität oder Angst	geraucht	<ul style="list-style-type: none"> • psychische und körperliche Abhängigkeit möglich • stark krebserregend • an den Folgen des Tabakkonsums sterben mehr Menschen als an den Folgen des Konsums aller anderen Drogen zusammen • Passivrauchen ebenso schädlich wie aktiver Konsum

KURZINFORMATIONEN ZU SUCHTMITTELN

Verhaltenssucht	Aussehen / Bild	Formen / Merkmale	Risiken / Folgen
<p>Ess-Störungen</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Magersucht („Anorexia nervosa“): massiver Gewichtsverlust durch erhebliche Einschränkung der Nahrungsaufnahme. Betroffene nehmen sich dennoch als zu dick wahr! • Ess-Brech-Sucht („Bulimia nervosa“): wiederholte Essanfälle mit anschließendem Erbrechen • Binge-Eating-Störung (Binge Eating Disorder): wiederholte Essattacken, keine Kontrolle über das Essen, keine gegensteuernden Maßnahmen → Gewichtszunahme 	<ul style="list-style-type: none"> • Körperliche Folgeschäden • Seelische Folgen • Verpasste Pubertät • Soziale Auffälligkeiten • Selbstverletzungen <p>Das Essen bestimmt das Leben der Betroffenen. Das gilt für den Tagesablauf, ihre Gefühle, ihre Beziehungen zu anderen, ihre beruflichen und privaten Entscheidungen.</p>
<p>Glücksspiel</p>		<p>Glücksspielsucht ist eine Krankheit! Online-Glücksspiele: Besondere Suchtgefahren</p> <p>Ablauf:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Positiver Anfang (zufällige Glücksspielgewinne in der Freizeit führen zu positiven Gefühlen / Erfolgserlebnisse) 2. Kritische Gewöhnung (intensiveres und häufigeres Spielen) 3. Sucht (zwanghafter Drang zu spielen führt zu wiederholtem finanziellen Totalverlust) 	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinschaftliche Unternehmungen mit Freunden nehmen ab • Finanzieller Ruin • Vertrauensvolle Beziehungen werden zerstört • Abhängigkeit

KURZINFORMATIONEN ZU SUCHTMITTELN

Verhaltenssucht	Aussehen / Bild	Formen / Merkmale	Risiken / Folgen
<p>Medien</p> <p>Exzessive Medien-nutzung</p> <p>Medienabhängigkeit</p>		<p>Medienabhängigkeit zeigt sich in vielen Formen. Bereiche sind:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Computerspiele (primär ein männliches Problem) • Soziale Netzwerke (primär ein weibliches Problem) <p>Merkmale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vernachlässigung anderer Bereiche (Hobbys, Schule, Beruf, Familie) • Computerspiele dominieren Gefühle, Gedanken und Verhalten • Verlust der Kontrolle über den Konsum • Unwiderstehliches Verlangen nach der Onlinewelt • Vergebliche Versuche den Konsum einzuschränken • Unwohlsein, wenn der Computer nicht genutzt werden kann • Drang, den Computer immer häufiger und intensiver zu nutzen, um Stress und/oder Aggressionen abzubauen • Weiternutzung trotz negativer Auswirkungen • Mahlzeiten werden nur noch vor dem Computer zu sich genommen 	<ul style="list-style-type: none"> • Verlust anderer Interessen • Körperliche Probleme durch mangelnde Bewegung, schlechte Ernährung und eine ungesunde Haltung • Konflikte in der Familie • Flucht in virtuelle Welt • Verlust von Freunden • Verlust des Arbeitsplatzes/Ausbildungsplatzes • Schulprobleme • Abhängigkeit

BAUSTEINPROGRAMM

– ALLGEMEINE HINWEISE

Hinweise für die Arbeit mit dem Bausteinprogramm

Ziel dieses Bausteinprogramms ist vor allem die Vermittlung bestimmter suchtpreventiver Inhalte an die Schüler/-innen. Nun ist Suchtprävention sicher kein Unterrichtsfach wie Mathematik oder Deutsch. Vielmehr soll sich Suchtprävention vor allem erzieherisch pädagogisch in der jeweiligen Alltagsrealität vermitteln, also z. B. auch im Schulalltag, der mehr umfasst als die Schulstunden. So finden schulische suchtpreventive Aktivitäten häufig in Projektwochen statt, bei Klassenfahrten oder sie sind eingebettet in Schularbeitsgruppen am Nachmittag. Grundsätzlich ist die Arbeit mit BASS auch in diesen nicht durch Schulstunden strukturierten Zeiten möglich. Das Programm ist allerdings so konzipiert, dass es problemlos in den Takt der Schulstunden integrierbar ist. Die Schülerinnen und Schüler sind an diesen Rhythmus gewöhnt, und es wird deutlich, dass dieses Thema ganz originär zum Schulunterricht gehört. Es wird ja auch vor allem von Ihnen, der Lehrkraft oder dem/der Schulsozialarbeiter/-in, durchgeführt, und nicht in erster Linie von Externen.

Umfang des Bausteinprogramms

Im Folgenden werden Ihnen Bausteine zur Suchtprävention vorgestellt, die Sie in Ihren Unterricht übernehmen können. Wir stellen Ihnen ein Bausteinprogramm für die Jahrgänge fünf und sechs, ein weiteres für die Jahrgänge sieben und acht vor und – neu entwickelt – ein weiteres für Jahrgang neun bzw. zehn.

Die Programme 5/6 bzw. 7/8 enthalten jeweils 8 Doppelstunden, das Programm 9/10 enthält 6 Doppelstunden. Schule leidet immer unter Zeitmangel. Oft ist es schwierig, Zeitfenster zu finden, in denen die nicht originären Schulthemen, die gleichwohl von großer Wichtigkeit sind, zum Zuge kommen. Deshalb haben wir die Bausteine jeweils aufgeteilt in ein „Grundlagenprogramm“ und ein „Vertiefungsprogramm“.

Die ersten vier bzw. drei Themen jedes Programms behandeln wichtige Grundlagenthemen der Suchtprävention. Wenn Sie suchtpreventive Zielsetzungen erreichen wollen, ist die Auseinandersetzung der Schüler/innen mit diesen Grundlagenthemen unverzichtbar.

Oft ist es so, dass zu bestimmten Zeiten bestimmte Themen eine ganze Schulklasse stark beeinflussen, z. B. der Umgang mit Medien oder ein schlechtes Klassenklima oder hohe Stressbelastung der Schülerinnen und Schüler. Dann sollten Sie die entsprechenden Themen aus dem Vertiefungsprogramm dazu nehmen.

BAUSTEINPROGRAMM

– ALLGEMEINE HINWEISE

In den Doppelstunden werden grundsätzlich solche Themen aufgegriffen, die die psychosoziale Lebenssituation der Schülerinnen und Schüler entsprechend ihres Alters aufgreifen und die eine suchtpreventive Relevanz haben. Das bedeutet, dass z. B. das Thema „Stress und Umgang mit Stress“ in suchtpreventiver Hinsicht sehr wichtig ist, denn Suchtmittelkonsum hat oft die Funktion der (vermeintlichen) Stressreduktion.

Da die suchtpreventiven Inhalte der Bausteine schwerpunktmäßig auf die Einstellung und das Verhalten der Schüler/-innen abzielen, und dieses sich nur in einem längerfristigen Prozess der Auseinandersetzung verändert, ist natürlich eine umfassende Beschäftigung mit den vielfältigen Facetten der Suchtprevention wünschenswert.

Die Bausteine wurden grundsätzlich so aufbereitet, dass sie von einer Lehrkraft oder einer/einem Schulsozialarbeiter/-in durchgeführt werden können. Es kann aber durchaus Sinn machen, das Bausteinprogramm gemeinsam mit einer Fachkraft für Suchtprevention durchzuführen: Es können z. B. einzelne Bausteine zu zweit (Lehrkraft plus externe Fachkraft) durchgeführt werden. Die Fachkraft könnte einbezogen werden, um Klassen zu teilen oder Sie möchten, dass bestimmte Bausteine in Gänze von einer externen Fachkraft durchgeführt werden.

Im Bausteinprogramm 9/10 wird der Baustein **Risikokompetenz plus** in jedem Fall von der externen Präventionsfachkraft durchgeführt, da er sich an bereits riskant konsumierende Jugendliche richtet. Weitere Erläuterungen dazu finden Sie dort.

Ganz gleich, ob Sie überwiegend allein mit dem Bausteinprogramm arbeiten oder eine Präventionsfachkraft hinzuziehen wollen, es ist in jedem Fall empfehlenswert, in das Programm und die Arbeit damit von einer Fachkraft für Suchtprevention eingewiesen zu werden. Nach unserer Erfahrung haben sich Fortbildungen für die Lehrkräfte/Schulsozialarbeiter/innen einer Schule, die Interesse an der Durchführung des Programms haben, in einem Umfang von ca. zwei Zeitstunden bewährt. Bei Ihrer weiteren Arbeit mit dem Programm ist die Präventionsfachkraft als Ansprechperson für Sie da, auch wenn Sie allein mit dem Programm arbeiten wollen und es dann doch einmal Fragen gibt.

Geschlechterdifferenzierung

Im Grundlagenteil wurde bereits erwähnt, dass Sucht, Suchtentwicklung und Suchtmittelmissbrauch auch geschlechterspezifisch gesehen werden müssen. Es ist für die Durchführung der Unterrichtseinheiten wichtig, immer vor Augen zu haben, dass sowohl die

BAUSTEINPROGRAMM

– ALLGEMEINE HINWEISE

Informationen zu den Suchtstoffen diese geschlechterspezifische Differenzierung berücksichtigen, aber vor allem auch in den einstellungs- und verhaltensbezogenen Unterrichtseinheiten eine geschlechterspezifisch differenzierte Vorgehensweise notwendig ist.

Die Entwicklung von Mädchen und Jungen verläuft in vielerlei Hinsicht unterschiedlich: Es gibt Unterschiede bezüglich

- der Berufs- und Familienorientierung,
- des Verhältnisses zum Körper,
- des Aufbaus sozialer Beziehungen,
- der Durchsetzungsfähigkeit,
- des Selbstwertgefühls,
- der kommunikativen Kompetenz,
- der Art und Pflege sozialer Beziehungen und Netzwerke.¹²

Bei dem Baustein „Stress“ ist es also wichtig zu wissen, dass Jungen und Mädchen Stress unterschiedlich erleben und unterschiedlich damit umgehen. Noch wichtiger ist der geschlechterbezogene Blick beim Thema „Dazugehören und Standfestigkeit“. Cliquenzugehörigkeit und die jeweilige Rolle in einer Clique hat große geschlechterspezifische Unterschiede, noch mehr das Thema Abgrenzung. Grenzziehung und auch die Akzeptanz von Grenzen fällt Mädchen und Jungen unterschiedlich schwer.

Bei einigen Bausteinen kann es sinnvoll sein, mit Jungen und Mädchen getrennt zu arbeiten. Im Programm 5/6 soll der Baustein Mädchen – Jungen in jedem Fall in zwei Gruppen, also geschlechtergetrennt, durchgeführt werden. Alle anderen Bausteine sehen eine Trennung nicht vor, sondern es soll im gemeinsamen Unterricht eine geschlechtersensible Sicht und Vorgehensweise umgesetzt werden. Dabei ist es natürlich für die Lehrkräfte wichtig, den differenzierten Zugang auf das jeweilige Thema zu haben und Jungen und Mädchen gleichermaßen die Möglichkeit zu geben, ihre jeweilige Einstellung und Haltung dazu deutlich zu machen. Wichtig sind auch Möglichkeiten, sich gegenseitig über unterschiedliche Sichtweisen und Haltungen auszutauschen.

Aufbau des Programms

Jeder Baustein ist nach der gleichen Struktur aufgebaut.

Es gibt eine Einführung in das jeweilige Thema, eine oder mehrere Erarbeitungssequenzen und einen Abschluss. Vorangestellt sind die Ziele des jeweiligen Bausteins, eine kurze Übersicht über die Materialien, die Sie brauchen und eine Unterrichtsskizze, die Ihnen auf einen Blick den zeitlichen Ablauf, benötigte Materialien und die Methoden zeigt.

¹² Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.), Geschlechtsbezogene Suchtprävention Band 2, Köln 1998

BAUSTEINPROGRAMM

– ALLGEMEINE HINWEISE

In jedem Fall finden Sie abschließend zu jedem Baustein die zu den vorgeschlagenen Bearbeitungsschritten erforderlichen Arbeitsmaterialien (Umsetzungshinweise und Arbeitsblätter etc.).

Die Bausteine wurden von erfahrenen Fachkräften für Suchtprävention nach langjährigem Einsatz in schulischen Suchtpräventionsmaßnahmen entwickelt. Sie haben sich als gut durchführbar und gut in den schulischen Alltag integrierbar erwiesen.

Dies bestätigt auch die Evaluation von BASS aus dem Jahre 2006: Die Schulen, die BASS einsetzten, beschrieben das BASS-Konzept „als durchdacht, gut ausgearbeitet, praxisorientiert, leicht einsetzbar und übersichtlich.“¹³

Ein Qualitätsgutachten „QiP – Qualität in der Prävention“ des Universitätsklinikums Hamburg Eppendorf, Institut für Medizinische Psychologie zu BASS aus dem Jahr 2008 bestätigt:

„Insgesamt erreicht das Programm BASS ausgezeichnete bis vorbildlichen Werte. (...)

Das Konzept ist inhaltlich aufeinander aufbauend angelegt und umfasst mehrere Zielgruppen. Es wird deutlich, dass darin viele Erfahrungswerte wie auch wissenschaftliche Erkenntnisse zum Ausdruck kamen.“

¹³ Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen (2006): BASS - Bausteinprogramm schulische Suchtvorbeugung. Evaluation des Einsatzes von BASS an niedersächsischen Schulen, S.47

BAUSTEINPROGRAMM FÜR KLASSE 5/6

GRUNDLAGEN

1.	Einführung in das Thema Sucht	28
2.	Ursachen	41
3.	Meine Stärken – meine Schwächen	44
4.	Gruppendruck, Nein-Sagen	47

VERTIEFUNG

5.	Nähe – Distanz	52
6.	Mädchen – Jungen	56
7.	Freizeitgestaltung	64
8.	Medien	71

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 1

Baustein 1: Einführung in das Thema Sucht

Ziele

- ▶ Die Schülerinnen und Schüler sind für das Thema sensibilisiert worden.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben Kenntnisse über legale und illegale Suchtmittel sowie Verhaltensüchte erhalten bzw. reflektiert.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben sich mit der Entwicklung einer Sucht auseinandergesetzt und Begriffe wie Genuss, Gewohnheit, Missbrauch und Abhängigkeit kennengelernt.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler sind auf einem einheitlichen Niveau.

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ Suchtsack mit entsprechenden Gegenständen vorbereiten (siehe Arbeitsblatt A1)
- ▶ evtl. Begriffskarten mit den Begriffen stoffgebunden/stoffungebunden oder Suchtmittel/Verhalten vorbereiten
- ▶ Lückentexte für die Gruppenarbeit in entsprechender Anzahl kopieren (A2)
- ▶ Kärtchen mit Verben und Substantiven für die Gruppenarbeit entsprechend kopieren und bereithalten (A3)
- ▶ ggf. Begriffserklärungen Genuss, Gewohnheit, Missbrauch, Sucht bereithalten (A4)
- ▶ Smileys in entsprechender Anzahl kopieren und bereithalten (A5), wenn Lückentexte genutzt werden

Unterrichts- skizze

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	Das Thema Sucht einführen	Klassengespräch	Brainstorming	5 Min.
Erarbeitung 1	Kennenlernen, Informationen und Sensibilisierung für Suchtmittel	Stuhlkreis	Suchtsack (A1)	40 Min.
Erarbeitung 2	Auseinandersetzung mit der Entwicklung einer Sucht	Gruppenarbeit	Lückentexte (A2) ggf. Kärtchen (A3) sowie Smileys (A5)	35 Min.
Abchluss	Feedback	Klassengespräch	Motorinspektion	10 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 1

Einführung

Mit Hilfe Interaktionsübung „Der „Suchtsack“ werden die Schülerinnen und Schüler informiert und sensibilisiert. Neben dem Überblick über Suchtmittel führt diese Übung zu einer direkten persönlichen Auseinandersetzung mit dem Thema "Sucht".

Erarbeitung 1: Definition der Begrifflichkeiten Sucht, Missbrauch, Genuss

Die Schüler/innen erarbeiten sich an Gruppentischen was sie unter den jeweiligen Begriffen verstehen.

Erarbeitung 1: Aufteilung legal, illegal, stoffgebunden, stoffungebunden

Die Schüler und Schülerinnen setzen sich in dieser Übung mit den Unterschieden von legalen und illegalen Suchtmitteln bzw. Verhaltenssuchten auseinander.

Abschluss: Motorinspektion

Mithilfe der Interaktionsübung Motorinspektion machen die Schülerinnen und Schüler ihre Position zu einem bestimmten Thema deutlich.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-1

Einführung

Die Lehrkraft führt kurz in das Thema ein und überlegt zusammen mit der Klasse die Fragestellung: „Wenn ihr das Wort Sucht hört, was fällt euch ein?“ Das soll nur kurz in mündlicher Form passieren.

Erarbeitung 1: Der Suchtsack

Der Suchtsack ist sehr gut als Einstieg in die Suchtthematik geeignet, da sich diese Übung dem Thema auf niedrigschwellige, interaktive Art und Weise nähert.

Für den Suchtsack wird ein Stoff sack benötigt und verschiedene Gegenstände, die direkt oder indirekt mit unterschiedlichen Suchtformen in Verbindung gebracht werden können und in dem Sack verstaut werden: z.B. eine Bier- oder Schnapsflasche, Zigaretten schachtel, PC-Spiel, Fernsehzeitschrift, Schokolade, Kaffee, Medikamentenschachtel, Smartphone, Kleber, Spielgeld, Anzeigen für Spielhallen, Barbiepuppe, Spritze etc. (siehe Arbeitsblatt A1).

Um mit dem Suchtsack zu arbeiten, bietet es sich an, einen Kreis zu bilden. Der Suchtsack wird in die Mitte gestellt, anschließend lässt die Lehrkraft die Schülerinnen und Schüler einen Gegenstand aus dem Suchtsack herausziehen, ohne sie/ihn hineinschauen zu lassen. Die Lehrkraft kann entscheiden, ob bestimmte Suchtmittel/formen thematisiert werden sollen oder nicht, z.B. der illegale Bereich oder ob es ausschließlich um Gegenstände gehen soll, die die Kinder aus ihrem Alltag kennen. Auch können je nach Leistungsstärke der Klasse nur klar zuordnungs bare Gegenstände genutzt werden.

Die Schülerinnen und Schüler bekommen die Aufgabe, kurz folgende Fragen zu erläutern:

1. Was ist das für ein Gegenstand?
2. Was hat dieser Gegenstand mit Sucht zu tun?
3. Was bedeutet der Gegenstand für mich? Kenne ich den? Was fällt mir dazu ein? (Beispiele aus dem Alltag erzählen lassen: Wo kommt der Gegenstand in meinem Alltag vor?)

Die Lehrkraft kann alternativ auch zuerst einen Schüler/eine Schülerin einen Gegenstand ziehen und die Fragen beantworten lassen und dann erst den nächsten hineingreifen lassen.

Auf Metaplankarten hält die Lehrkraft jeweils fest, um welche Suchtform es sich handelt und legt diese zusammen mit dem Gegenstand in die Mitte. Sie kann die Antworten der Schülerinnen und Schüler gegebenenfalls ergänzen oder korrigieren bzw. die anderen Schülerinnen und Schüler bitten, sich dazu zu äußern.

Bei großen Klassen muss auf die Zeit geachtet werden und auf die Konzentrationsfähigkeit der Kinder. Dann kann es Sinn machen,

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-1

die restlichen, in den Händen der Kinder gebliebenen Gegenstände bzw. restlichen Gegenstände aus dem Sack zu holen und gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern zu besprechen.

Wenn am Ende der Übung noch Zeit ist, kann die Übung ergänzt werden, indem die Lehrkraft zwei Zettel mit den Begriffen „Suchtmittel“ und „Verhalten“ oder „stoffgebunden“ und „stoffungebunden“ auf den Boden legt und die Klasse die Gegenstände den Begriffen zuordnen lässt.

Erarbeitung 2: Die Entwicklung einer Sucht

Für die Bearbeitung dieser Übung wird die Klasse in mehrere Gruppen aufgeteilt. Die Gruppen erhalten in einem ersten Schritt entweder Lückentext 1 oder Lückentext 2 (siehe Arbeitsblätter A2) zur Bearbeitung. Wichtig ist nur, dass beide Texte bearbeitet werden. Lückentext 1 bezieht sich auf die Suchtmittel Alkohol, Zigaretten, Medikamente, Cannabis. Lückentext 2 bezieht sich auf süchtiges Verhalten am Computer/Internet, Smartphone.

Im zweiten Schritt teilt die Lehrkraft jeder Gruppe ein von ihr ausgewähltes Suchtmittel mit den entsprechenden Verben und Substantiven (siehe Arbeitsblatt A3) zu. Wichtig ist, dass hierbei unterschiedliche Suchtmittel ausgewählt werden. Aufgabe der Gruppen ist es nun, die Verben bzw. Substantive richtig in den Lückentext einzufügen (entweder die Gruppen bekommen die exakte Anzahl an Verben/Substantiven für alle Lücken zugeteilt oder einfach nur das Suchtmittel mit Verb als Vorgabe, wobei sie selbst entscheiden müssen, wo im Lückentext die Verben/Substantive eingesetzt werden – das kann die Lehrkraft entscheiden).

Variante: Die Lehrkraft gibt jeder Gruppe alle Verben und Substantive, die zum jeweiligen Text passen und lässt die Gruppen sich selbst ein Suchtmittel mit entsprechenden Verben/Substantiven aussuchen und einsetzen. Wichtig ist hierbei nur, dass sich jede Gruppe auf ein Suchtmittel festlegt. Bei dieser Variante kann es dann natürlich passieren, dass mehrere Gruppen sich dasselbe Suchtmittel aussuchen und somit identische Geschichten haben.

Sind alle Gruppen fertig, stellen sie sich gegenseitig ihre Geschichten vor, indem sie vorgelesen werden. Die Klasse wird sehr schnell merken, dass es sich immer um die gleichen Geschichten handelt, wobei sich lediglich die Suchtmittel unterscheiden. Um Langeweile oder Unverständnis vorzubeugen, kann es sinnvoll sein, nicht alle Geschichten präsentieren zu lassen, sondern nur exemplarisch jeden Text einmal.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-1

Anschließend erfolgt die Auswertung mit folgenden Impulsfragen:

- Was fällt euch auf?
- Warum sind die Geschichten wohl immer gleich, nur das Suchtmittel ist ein anderes?
- Versteht ihr, was mit Michael/Julian passiert?

Den Schülerinnen und Schülern wird auf diese Weise deutlich, dass es sich bei einer Sucht um einen Entwicklungsprozess handelt – unabhängig davon, um welches Suchtmittel es sich handelt. Eine Sucht entsteht niemals von heute auf morgen, sondern immer schleichend.

In einem dritten Schritt ist es nun Aufgabe der Lehrkraft, mit der Klasse gemeinsam den Weg von Genuss über Gewohnheit bis hin zur Sucht zu erarbeiten. Dies kann sehr gut anhand der Lückentexte besprochen werden. Zur Unterstützung kann hierzu das Arbeitsblatt A4 herangezogen werden.

Wichtig hierbei: es geht nicht darum, genau mit den Kindern zu definieren, was welcher Begriff meint. Vielmehr ist es Ziel, anhand der Geschichten kurz zu erklären, wie sich die Gemütsverfassung der beiden Personen im Laufe der Geschichte von „positiv“ bis zu „negativ“ wandelt. Eine Möglichkeit, dieses zu veranschaulichen und zu besprechen, kann die Verwendung von Smileys sein (siehe Arbeitsblatt A5), die die Schülerinnen und Schüler bei den entsprechenden Stellen des Textes platzieren. Hier muss nicht nur mit einem Smiley jeder Gemütsverfassung gearbeitet werden, es können mehrere genutzt werden – je nachdem, wie die Schülerinnen und Schüler die Gemütslage bewerten.

Mögliche Impulsfragen:

- Wie geht es Michael/Julian am Anfang der Geschichte? Wie fühlt Michael/Julian sich?
- Verändern sich seine Gefühle, sein Verhalten? Warum? Was ist jetzt anders?
- Wie geht es Michael/Julian am Ende der Geschichte? Wie fühlt sich Michael/Julian jetzt?

Abschluss: Motorinspektion

In die Mitte des Raumes wird ein Gegenstand gelegt, der das Thema der heutigen Stunde symbolisieren soll (z.B. der Suchtsack). Jeder Schüler und jede Schülerin sucht sich im Raum einen Platz, der ausdrücken soll, wie gut ihm/ihr diese Doppelstunde gefallen hat. Je näher er/sie am Gegenstand steht, desto besser hat ihm/ihr die Stunde gefallen, je weiter weg er/sie steht, umso schlechter fand er/sie Stunde. Wenn noch Zeit ist, kann jeder/jede mit einem Satz sagen, was genau ihr/ihm gut gefallen/gar nicht gefallen hat.

Arbeitsblatt A1 (5/6-1): Gegenstände für den Suchtsack

- Barbiepuppe (Magersucht)
 - Versandhauskatalog (Kaufsucht)
 - Schokoladenpackung
 - Klebstoff (Schnüffelstoff)
 - Coladose
 - Packung Kaffee (Koffeinsucht)
 - typisches Sammelobjekt, z.B. Sammelbilder (Sammelsucht, Messie-Syndrom)
 - Spielkarten
 - Bierflasche oder Schnapsflasche
 - Buch über Diät/Mittel zum Abnehmen
 - Energy-Drink, z.B. Red Bull
 - Terminkalender (Arbeitssucht)
 - Putzmittelflasche oder Putzlappen
 - Computerspiel
 - Smartphone
 - leere Tablettenschachtel
 - Fernsehzeitschrift
 - Hanteln, Joggingschuhe (Sportsucht)
 - eingerollter Geldschein (Kokain)
 - Einwegspritze (Heroin)
 - kleines Päckchen Oregano (Cannabis)
 - Bild einer Shisha
 - E-Zigarette/Bild einer E-Zigarette
 - Bild von Spice für Legal Highs
 - Controller
 - Eiweißriegel
 - Computermaus (Internet)
 - facebook-Zeichen (Chatten)
 - Kondom (Sexsucht)
 - Anzeigen für Spielhallen
 - Pokerchip
 - Seife (Waschsucht/-zwang)
 - Bild eines Solariums
- ...

Arbeitsblatt A2 (5/6-1): Lückentexte

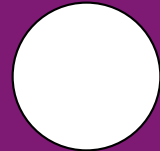
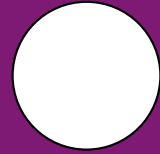
Lückentext 1

Michael kommt am Freitagabend von der Arbeit nach Hause, er freut sich total aufs Wochenende! Er macht es sich auf dem Sofa bequem und _____ ein/e _____. Er fühlt sich gut und ist mit sich und der Welt zufrieden.

In der nächsten Zeit greift Michael immer öfter zum/r _____, auch in der Woche. Manchmal _____ er, weil er damit besser abschalten kann, manchmal, wenn er traurig ist. Aber auch, weil es ihm Spaß macht. Er fühlt sich gut damit und macht es einfach.

Michael hat Ärger mit seinem Chef, weil er bei der Arbeit einen Fehler gemacht hat. Michael ist wütend und frustriert, nach Feierabend sehnt er sich geradezu nach einem/r _____. Wenn er _____, vergisst er für eine Weile seine Sorgen.

Irgendwann fühlt sich Michael nur noch dann gut, wenn er ein/e _____ _____. Manchmal weiß er hinterher gar nicht mehr, wieviel _____ er _____ hat. Mit seiner Freundin streitet er sich immer öfter. Sie findet, dass er zu viel _____ und macht sich Sorgen um ihn. Er will davon nichts wissen.



Arbeitsblatt A2 (5/6-1): Lückentexte

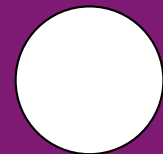
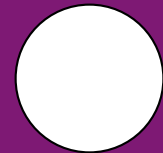
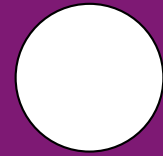
Lückentext 2

Julian kommt von der Schule nach Hause. Er macht es sich auf dem Sofa bequem und _____ eine Runde auf/an seinem _____. Julian hat richtig Spaß daran – die Schule ist schnell weit weg und er fühlt sich wohl.

In der nächsten Zeit _____ Julian immer öfter. Er denkt darüber gar nicht mehr so richtig nach, er sitzt vor seinem _____, um Spaß zu haben. Er kann beim _____ in eine andere Welt abtauchen.

Julian hat Ärger in der Schule, er hat eine schlechte Note in einer Arbeit bekommen. Er ist wütend und frustriert, er lenkt sich mit seinem _____ ab. Wenn er _____, muss er nicht über seine Probleme nachdenken. Manchmal weiß er hinterher gar nicht mehr, wie viele Stunden er _____ hat.

Irgendwann fühlt sich Julian nur noch dann gut, wenn er _____. Alles andere findet er doof. Mit seiner Mutter streitet er sich immer öfter. Sie findet, dass er zu viel Zeit mit dem _____ verbringt und macht sich Sorgen um ihn. Er will davon nichts wissen.



Arbeitsblatt A3 (5/6-1): Verben und Substantive für Lückentexte

Bier	trinken
	getrunken
Zigarette	rauchen
	geraucht
Tablette	einnehmen
	genommen

Arbeitsblatt A3 (5/6-1): Verben und Substantive für Lückentexte

Joint	rauchen
	geraucht
	kiffen
	gekifft
Smartphone	spielen
	gespielt

Arbeitsblatt A3 (5/6-1): Verben und Substantive für Lückentexte

	chatten
	gechattet
Computer	gespielt
	zocken
	gezockt

Arbeitsblatt A4 (5/6-1): „Vom Genuss zur Abhängigkeit“

Genuss: Genießen ist etwas Schönes, zusätzliches, was nicht unbedingt nötig, aber sehr angenehm ist. Genießen heißt, etwas zu tun, das dir Spaß macht und ein gutes Gefühl gibt. Du machst es freiwillig und lässt dir dabei auch genügend Zeit.

Gewohnheit (an den Stoff oder das Verhalten): Gewöhnung heißt, dass du etwas immer wieder tust. Du machst es ganz automatisch, denkst nicht mehr so wirklich darüber nach.

Missbrauch: Missbrauch heißt, ich habe erkannt, dass ich mich durch das Suchtmittel/Suchverhalten besser fühle, nicht mehr gestresst, genervt, traurig bin, sondern ich mich dann gut fühle. Ich muss über die schlechte Sache nicht mehr nachdenken, kann sie für eine Weile vergessen.

Abhängigkeit/Sucht: Ich bin abhängig/süchtig, wenn ich nicht mehr ohne das Suchtmittel/das Verhalten kann. Ich kann nicht mehr selbst entscheiden, ob ich es nehmen will/machen will oder nicht.

Wenn der Abhängige/Süchtige nicht konsumiert, fühlt er sich schlecht, nervös, unruhig etc. oder wird gemein zu anderen.

Ein Abhängiger/Süchtiger hat keine Kontrolle mehr über die Abhängigkeit/Sucht. Darüber, wann/wie oft/ wie viel er davon zu sich nimmt, bestimmt nicht er, sondern das Suchtmittel/Suchtverhalten. Leider merken die meisten Abhängigen/Süchtigen nicht, ab wann die Abhängigkeit/Sucht das Kommando übernimmt. Am ehesten merken es die anderen Menschen in seiner Umgebung und manchmal sagen sie es dann auch und wollen, dass er damit aufhört.

Manche Suchtformen machen auch den Körper suchtkrank. Ohne die Einnahme würde der Körper mit heftigen Zeichen (Zittern, Übelkeit, Schmerzen....) reagieren.

Deswegen ist eine Sucht/Abhängigkeit auch eine Krankheit.

Arbeitsblatt A5 (5/6-1): Smileys



BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 2

Baustein 2: Suchtursachen

Ziele

- Die Schülerinnen und Schüler sind für das Thema sensibilisiert worden.
- Die Schülerinnen und Schüler haben mögliche Ursachen für den Gebrauch von Suchtmitteln kennen gelernt.
- Die Schülerinnen und Schüler können eigene Kraftpotenziale benennen.
- Die Schülerinnen und Schüler haben Alternativen zum Konsum gefunden.
- Die Schülerinnen und Schüler sind auf einem einheitlichen Niveau.

Material/ Vorbe- reitung

- Moderationskarten
- größere Papierbögen/Packpapier
- Moderationskarten
- Stifte

Unterrichts- skizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Medien	Zeit
	Einführung	Aufgreifen der Begriffe Genuss, Missbrauch, Sucht	Klassengespräch		5 Min.
	Erarbeitung 1	Ursachen von Sucht erkennen mittels der Erstellung eines Suchtys.	Gruppenarbeit	Papierbögen/ Packpapier	35 Min.
			Klassengespräch	Stifte	15 Min.
	Erarbeitung 2	Alternativen zum Konsum finden bzw. Frage beantworten: Was tut mir gut?	Einzelarbeit	Moderationskarten	15 Min.
			Plenum		10 Min.
abschluss	Weitere umsetzbare Tipps diskutieren	Klassengespräch		10 Min.	

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 2

Einführung

Die Begrifflichkeiten Genuss Missbrauch und Sucht werden kurz aufgegriffen und definiert.

Erarbeitung 1: Erstellen eines Suchtys

Die Schülerinnen und Schüler sollen die Ursachen von Sucht erkennen mittels der Erstellung eines „Suchtys“. Durch diese Gruppenarbeit soll deutlich werden, dass es viele Gründe gibt, mit dem Konsum eines Suchtmittels zu beginnen. Süchtig wird man allerdings erst, wenn im Leben eines Menschen viele verschiedene Gründe aufeinandertreffen. Außerdem entsteht eine Sucht erst, wenn nach einer Phase des Ausprobierens eine Phase des regelmäßigen Konsums und dann auch eine Phase des unkontrollierten Konsums folgt.

Erarbeitung 2: Was mir gut tut

Die Schülerinnen und Schüler suchen Alternativen zum Konsum. Dabei beantworten sie die Frage: Was tut mir gut?

Abschluss

In einer Abschlussrunde benennt jede/-r Tipps, die für sie/ihn am ehesten umsetzbar sind.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-2

Einführung

Die Begriffe Sucht, Missbrauch und Sucht sollen kurz von den Schülerinnen und Schülern noch einmal (siehe Baustein 1) definiert werden.

Erarbeitung 1: Erstellen eines Suchtys

Phase 1:

Die Schülerinnen und Schüler finden sich an Gruppentischen zusammen. In Gruppenarbeit werden folgende Fragen erarbeitet:

„Was sind mögliche Gründe, die zum Konsum führen? Warum trinken Menschen oder rauchen? Was sind persönliche Gründe, was sind die Gründe, die von außen kommen?“

Jede Gruppe zeichnet einen Körperumriss auf Papier. Die verschiedenen Antworten werden in den Körperumriss geschrieben. Um den Körperumriss herum werden die Gründe, die von außen kommen, aufgeschrieben (z.B. Mutproben, Gruppendruck).

Jede Gruppe stellt ihren Suchty abschließend im Plenum vor.

Erarbeitung 2: Was mir gut tut

Die Schülerinnen und Schüler bekommen Moderationskarten und sollen auf diese schreiben (Stichworte reichen aus), was ihnen gut tut.

Mögliche Impulsfragen:

- Was machst du, wenn du Stress hast?
- Wie kannst du Stress abbauen?
- Was tut dir gut?

Die Schülerinnen und Schüler stellen ihre Tipps im Klassenverband dar. Die Karten können auf ein Plakat oder an die Wand gehängt werden, so dass die Tipps auch später noch nachlesbar sind.

Abschluss

Zum Schluss nennt jede/-r den Tipp, den er oder sie für sich selbst am ehesten umsetzen kann.

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 3

Baustein 3: Meine Stärken – meine Schwächen

Ziele

- Die Schülerinnen und Schüler denken über eigene Stärken nach.
- Die Schülerinnen und Schüler nehmen ihre Stärken stärker wahr, als ihre Schwächen.
- Die Schülerinnen und Schüler lernen den Unterschied zwischen Charaktereigenschaften und Fertigkeiten kennen.
- Die Schülerinnen und Schüler lernen den Zusammenhang von Stärken und Suchtmittelgebrauch.

Material/ Vorbereitung

- Flipchart-Papier
- ausreichend Stifte

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	„Stärken und Schwächen“ werden an der Tafel gesammelt. Der Unterschied zwischen Charaktereigenschaften und Fertigkeiten wird verdeutlicht.	Plenum	Tafel	10 Min.
Erarbeitung	„ Baum meiner Stärken “ Die SuS zeichnen ihren persönlichen „Baum der Stärken“. Im Anschluss werden die Bäume der Stärken von den SuS vorgestellt. Mitschüler/innen werden gebeten, diese zu ergänzen.	Einzelarbeit	Flipchart Papier Stifte	15 Min.
		Plenum	Bäume der Stärken	50 Min.
abschluss	Anhand der Bäume wird die Bedeutung von Stärken besprochen.	Plenum	Bäume der Stärken	15 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 3

Einführung

In dem Einstiegsgespräch wird zum Thema „Stärken und Schwächen“ hingeführt.

Erarbeitung: Baum meiner Stärken

Mithilfe einer Phantasieübung sollen die Schüler/innen ihre Stärken und Schwächen, aber auch ihre besonderen Charaktereigenschaften beschreiben.

Abschluss: Analyse der Bäume

Zum Abschluss werden die Ergebnisse der Phantasieübung besprochen und vertieft.



Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-3

Einführung

Die Klasse wird gefragt, was es eigentlich bedeutet, wenn man über „Stärken und Schwächen“ eines Menschen redet. Welche Stärken, welche Schwächen kennen sie? Wie erleben sie es, wenn sie glauben, ein Mensch hat viele Schwächen; wie erleben sie es, wenn sie glauben, ein Mensch hat viele Stärken? Die genannten Stärken und Schwächen werden an der Tafel gesammelt.

Erarbeitung: Baum meiner Stärken

Die Schülerinnen und Schüler sitzen für sich. Sie sollen sich vorstellen, dass sie einen Weg entlang gehen und auf einmal einen ganz besonderen Baum vor sich sehen. Es ist ihr ganz persönlicher Baum. In ihm sind all ihre besonderen Stärken und Kraftgeber enthalten. Die Schülerinnen und Schüler sollen sich den Baum ganz genau ansehen und auf ein großes Blatt Papier malen. Hierbei ist wichtig, dass sie nicht nur ihre ganz besonderen Fähigkeiten und Fertigkeiten beschreiben (z. B.: gut Fußball spielen oder reiten können), sondern ganz bewusst ihre Charakterstärken und besonderen Eigenschaften benennen (z. B.: Verlässlichkeit, Ehrlichkeit.) oder schauen, was oder wer ihnen Stärke verleiht.

Alternativ

Mit einer kurzen Entspannungsübung vorweg, kann die Übung auch als gelenkte „Traum-Reise“ durchgeführt werden und dadurch eine größere Intensität erreicht werden.

Im Anschluss werden die Schülerinnen und Schüler gebeten, einzeln nach vorne zu treten und Ihren ganz persönlichen „Baum der Stärken“ vorzustellen und diesen dann aufzuhängen. Die Klasse wird nun gebeten Ergänzungen zu machen. (Beispiel: „Ich kann mich auf dich als Freund/Freundin immer verlassen“).

Abschluss: Analyse der Bäume

Die Klasse betrachtet gemeinsam die Bäume und bespricht diese. Folgende Impulsfragen werden vorgeschlagen, um tiefer in das Thema einzusteigen:

- Wo kann noch etwas wachsen?
- Wieso ist es wichtig, seine Stärken zu kennen?
- Was haben diese Bäume eigentlich mit dem Thema „Sucht“ oder „Drogen“ zu tun?

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 4

Baustein 4: Gruppendruck – Nein-Sagen

Ziele

- Die Schülerinnen und Schüler sind für das Thema sensibilisiert worden.
- Den Schülerinnen und Schülern sind die verschiedenen Rollen in einer Gruppe bewusst.
- Den Schülerinnen und Schülern ist deutlich, dass ein kritisches Hinterfragen von Rollen oder Meinungen sinnvoll ist.
- Die Schülerinnen und Schüler haben Möglichkeiten der Abgrenzung erlernt.
- Die Schülerinnen und Schüler haben die Wirkung von non-verbale Signalen kennengelernt.

Material/ Vorbe- reitung

- Moderationskarten
- Tafel
- Telefonbuch
- Gefühlskarten

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	Das Thema Gruppe und Gruppendruck wird spielerisch dargestellt	Gruppen- spiel		15 Min.
Erarbeitung 1	Das Thema Gruppendruck wird in selbst- erstellten Rollenspielen dargestellt. Die Sequenzen werden anschließend diskutiert	Gruppenar- beit	Moderati- onskarten	30 Min.
		Klassenge- spräch		
Erarbeitung 2	Möglichkeiten zum „Nein-Sagen“ wer- den gesammelt. Anschließend Part- nerübung	Klassenge- spräch	Moderati- onskarten	15 Min.
		Partnerar- beit		10 Min.
Ab- schluss	Die Wichtigkeit der Tonlage wird kurz reflektiert	Klassen- gespräch	Telefon- buch Gefühls- karten A6	10 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 4

Einführung: Übung „Den König küren“

Das Thema Gruppe und Gruppendruck wird mittels der spielerischen Übung „Den König küren“ dargestellt.

Erarbeitung 1: Gruppendruck

Das Thema Gruppendruck wird von den Schülerinnen und Schülern in selbsterstellten Rollenspielen dargestellt. Die Sequenzen werden anschließend diskutiert

Erarbeitung 2: Nein-sagen

Zunächst werden Möglichkeiten zum „Nein-Sagen“ gesammelt. In einer Partnerübung wird das Ja- und Nein-Sagen anschließend geübt.

Ja-Nein Sagen

Partnerarbeit: Jeder sucht sich einen Partner/Partnerin. Das Paar stellt sich mit einem Abstand von ca. 1 Meter gegenüber. Einer beginnt und sagt JA. Darauf entgegnet der andere NEIN. Dieser Dialog wird fortgesetzt. Nach einiger Zeit werden die Rollen getauscht.

Abschluss: Tonlagen

In der Abschlussübung wird die Bedeutung der Stimme und der jeweiligen Tonlage reflektiert.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-4

Einführung

In der Suchtprävention spielt das Thema „Gruppendruck“ eine große Rolle. In Cliques von Jugendlichen entsteht manchmal ein Klima von Gruppendruck, und es ist für den/die Einzelne/n nicht einfach, sich gegen etwas zu entscheiden, was (tatsächlich oder vermeintlich) alle tun (z. B. rauchen oder Alkohol trinken). Viele beginnen mit dem Suchtmittelkonsum, weil alle es machen. Sich mit dem Thema „Gruppendruck“ auseinander zu setzen, ist deshalb sehr wichtig.

Die Schüler und Schülerinnen steigen mit dieser Übung in das Thema „Gruppe/Gruppendruck“ ein. Tische und Stühle in der Klasse werden an den Rand geschoben, so dass genügend Freifläche ist. Die Schülerinnen und Schüler gehen durch das Klassenzimmer und haben die Aufgabe, ohne miteinander zu reden oder ohne sich durch Zeichensprache zu verständigen, einen gemeinsamen König/eine gemeinsame Königin auszusuchen und diese Person zu küren.

Dies geschieht, indem sie hinter der entsprechenden Person herlaufen. Die Übung endet, wenn ein König/eine Königin gefunden wurde.

Im Anschluss wird die Übung anhand folgender Fragen ausgewertet:

- Wie ist die Gruppenentscheidung zustande gekommen?
- Was hat diese Übung mit dem Alltag zu tun?

Erarbeitung 1: Gruppendruck

Die Lehrkraft teilt die Klasse in 4 Gruppen auf. Jede Gruppe hat die Aufgabe, auf Moderationskarten Begebenheiten zum Thema Gruppendruck zu schreiben, sich eine Situation auszusuchen und diese in einem Rollenspiel darzustellen. Anschließend wird im Plenum über die verschiedenen Rollen und das Gefühl, diese Rolle einzunehmen, gesprochen.

Auswertungsfragen:

- Welche Rollen wurden deutlich?
- Wie war es in den einzelnen Rollen?
- Gibt es weitere Lösungen als die, die in dem Rollenspiel dargestellt wurden?

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-4

Erarbeitung 2: Nein-Sagen

Phase 1: In einem Brainstorming werden an der Tafel/dem Smartboard unterschiedliche Arten, „Nein“ zu sagen, gesammelt (z. B. laut „Nein“ sagen, eine Ausrede einbringen, mich wegrehen oder weggehen). Nach einem Realistitätscheck (welche dieser verschiedenen Nennungen kann ich wirklich anwenden, was „trau ich mich“, was ist unrealistisch?) sollen sich die Schülerinnen und Schüler für jeweils eine Möglichkeit entscheiden und diese benennen.

Phase 2: Es stellen sich immer zwei Schülerinnen und Schüler zusammen (Person A und Person B). Auf Ansage der Lehrkraft hat A die Aufgabe Ja zu sagen und B muss nein sagen. Dies ca. eine Minute lang, dann werden die Rollen getauscht.

Auswertungsfragen:

- Wie waren die unterschiedlichen Rollen?
- Welche Veränderungen gab es im Laufe der Übung?
- Hat sich jemand überzeugen lassen?
- Welche Bedeutung hat diese Übung für den Alltag?
- Warum kann es wichtig sein, bei seiner Rolle zu bleiben?

Abschluss

Einige Schülerinnen und Schüler werden ausgewählt und haben die Aufgabe, aus dem Telefonbuch fünf Namen heraus zu suchen und diese wütend, traurig, freudig, albern und verliebt vorzulesen (Arbeitsblatt A6). Den jeweiligen Gefühlszustand sehen nur die Vorleser/-innen, die Klasse errät das Gefühl.

Arbeitsblatt A6 (5/6-4): Gefühlskarten

verliebt**wütend****traurig****verzweifelt****fröhlich****beleidigt****glücklich****stolz**

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 5

Baustein 5: Nähe – Distanz

Ziele

- Die Schülerinnen und Schüler lernen das individuelle Bedürfnis nach räumlicher Distanz zu anderen wahrzunehmen.
- Die Schülerinnen und Schüler lernen das individuelle Bedürfnis nach räumlicher Distanz zu anderen auszudrücken.
- Die Schülerinnen und Schüler lernen Botschaften über Körperhaltung und Stimme auszusenden.
- Die Schülerinnen und Schüler lernen sich ohne den Einsatz von Gewalt durchzusetzen.
- Die Schülerinnen und Schüler lernen ihren Wünschen Ausdruck zu verleihen.

Material/ Vorbereitung

- Augenbinde bzw. Tuch
- Zauberstab

Unterrichtsskizze

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	Nähe- und Distanzempfindungen wahrnehmen und reflektieren	Interaktionsübung Klassengespräch	Augenbinde bzw. Tuch, Zauberstab	20 Min.
Erarbeitung 1	Übung zu Nähe- und Distanz – wann ist die richtig empfundene Nähe/Distanz erreicht?	Interaktionsübung Klassengespräch	keine	15 Min.
Erarbeitung 2	Gespräch über „Situationen der Distanzverletzung“	Klassengespräch	keine	10 Min.
Erarbeitung 3	Interaktionsübung „Mach Platz!“ Durchgang verschaffen durch eine eindeutige Botschaft.	Interaktionsübung Klassengespräch	2 Tische	35 Min.
Abschluss	Diskussion	Klassengespräch	keine	10 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 5

Einführung

Durch diese Interaktionsübung bekommen die Schülerinnen und Schüler ein Gefühl für Nähe und Distanz. Sie reflektieren, wodurch die Nähe oder die Distanz wahrgenommen wird.

Erarbeitung 1: Nähe und Distanz

Die Schülerinnen und Schüler testen in einer Übung, inwiefern sie Nähe zulassen bzw. Distanz bewahren und wann die „richtig empfundene“ Distanz erreicht ist.

Erarbeitung 2: Situationen der Distanzverletzung

Die Schülerinnen und Schüler berichten im Plenum von selbst erlebten Situationen, in denen ihre Individualdistanz verletzt wurde.

Erarbeitung 3: Mach Platz!

Bei dieser Übung lernen die Schülerinnen und Schüler, sich gewaltfrei durchzusetzen und klare Botschaften zu senden. Im Plenum wird erarbeitet, was zu einer eindeutigen Botschaft gehört.

Abschluss

Gemeinsam wird der Zusammenhang der beiden Übungen mit dem Themen „Drogen“ und „Sucht“ hergestellt.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-5

Einführung

In der Mitte des Raumes wacht ein Drache über seinen Schatz. Ein Schüler oder eine Schülerin sitzt mit verbundenen Augen in der Mitte des Raumes auf einem Stuhl. Unter dem Stuhl liegt ein Schatz, z. B. eine Kappe als Zaubermütze.

Fünf Schülerinnen und Schüler sollen sich nun an den Stuhl heranschleichen und unbemerkt den Schatz erbeuten. Die anderen beobachten das Geschehen. Bemerkt der Drache die sich anschleichenden Schülerinnen und Schüler, bannt er diese mit einem Zauberstab, indem er auf sie zeigt. Gebannte Schülerinnen und Schüler erstarren. Das Spiel endet, wenn der Drache alle Heranschleichenden gebannt hat oder der Schatz erbeutet wurde.

Im Anschluss berichtet zunächst der Drache von seinen Empfindungen:

- Welche Nähe- bzw. Distanzempfindungen gab es?
- Wodurch wurden diese wahrgenommen (Geräusche, Wärme, ...)?

Anschließend erzählen die Beobachter/-innen, was sie wahrgenommen haben.

Erarbeitung 1: Nähe und Distanz

Die Schülerinnen und Schüler bilden Paare. A und B stellen sich in großem Abstand zueinander auf. A weist B durch Handzeichen an, näher heranzukommen oder sich wieder zu entfernen, bis eine als „richtig“ empfundene Distanz hergestellt ist. Hierbei sollte nicht gesprochen werden. Danach werden die Rollen getauscht.

Nach dem ersten Durchlauf wird das Heranwinken, Einhaltgebieten und Zurückschicken nur noch anhand von Kopfbewegungen und Mimik verdeutlicht.

Im Anschluss an die Übungen werden folgende Impulsfragen im Plenum diskutiert:

- Wie leicht fällt es mir, die Distanz zu einer anderen Person zu bestimmen, diese heranzuwinken oder ihr Einhalt zu gebieten?
- Wie leicht oder wie schwer ist es, den Wünschen des anderen zu folgen?
- Sind unsere Gesten und unsere Mimik eindeutig?
- Ist unsere Vorstellung von Nähe und Distanz davon abhängig, wer uns gegenübersteht?
- Warum ist die als „richtig“ empfundene Distanz so unterschiedlich?

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-5

Erarbeitung 2: Situationen der Distanzverletzung

Einzelne Schülerinnen oder Schüler sollen nacheinander von Situationen berichten, in denen ihr persönliches Gefühl von „zu nahe kommen“ verletzt wurde.

Erarbeitung 3: Mach Platz!

Mit zwei Tischen wird ein schmaler Gang gebildet. Die Schülerinnen und Schüler stellen sich hintereinander in einer Reihe dem Übungsleiter bzw. der Übungsleiterin gegenüber auf. Die Schülerinnen und Schüler gehen nacheinander auf die Übungsleitung zu und versuchen mit den Worten: „Mach Platz“ oder „Ich möchte vorbei“, diese dazu zu bewegen zur Seite zu gehen und sie passieren zu lassen. Schülerinnen und Schüler, die keine eindeutige Botschaft senden, werden gebeten, sich wieder hinten anzustellen und es erneut zu probieren.

Wichtig: Am Ende sollen alle Schülerinnen und Schüler durchgelassen werden und somit die Aufgabe geschafft haben.

Im Anschluss wird der Verlauf der Übung im Plenum über folgende Impulsfragen diskutiert:

- Was gehört zu einer eindeutigen Botschaft (Körperhaltung, Stimme, Blickkontakt, Mimik, richtige Distanz)?
- Welche Bedeutung hat Eindeutigkeit (klare Botschaften) im Lebensalltag?
- Im konkreten Fall die Frage an alle Schülerinnen und Schüler richten, warum man einen bestimmten Schüler/eine bestimmte Schülerin erst nicht durchlassen wollte.

Abschluss

Es wird gemeinsam diskutiert, was die beiden Übungen mit den Themen „Sucht“ oder „Drogen“ zu tun haben.

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 6

Baustein 6: Mädchen - Jungen

- Ziele**
- die Schülerinnen und Schüler bemerken und beschreiben konkrete Konflikte zwischen Jungen und Mädchen.
 - die Schülerinnen und Schüler entwickeln Lösungen für geschlechtsspezifische Probleme.
 - die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass die Pubertät eine Phase mit viel Konfliktpotenzial ist.
 - die Schülerinnen und Schüler entwickeln ein Gespür für das andere Geschlecht.

- Material/ Vorbereitung**
- Kopiervorlage „Vor- und Nachteile“ (A7)
 - Flipchartbögen
 - Moderationskarten unterschiedlicher Farbe
 - Stifte
 - ggf. Stellwand
 - Klebstoff

Unterrichtsskizze

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	Diskussion von Vor- und Nachteilen am Mädchen- bzw. Junge-Sein.	Geschlechtsspezifische Kleingruppen Plenum	Kopiervorlage „Vor- und Nachteile“ (A7) Flipchartbögen	15 Min.
Erarbeitung 1	Perspektivenwechsel ➤ Austausch im Rollenspiel als Mütter / Väter über das Verhalten von ihren Kindern	Rollenspiel in geschlechtsspezifischen Kleingruppen	keine	15 Min.
Erarbeitung 2	Es wird erarbeitet, was Schülerinnen und Schüler an den Verhaltensweisen des anderen Geschlechts nervt.	2 geschlechtsspezifische Gruppen Plenum	Moderationskarten, Eddings, Klebstoff Flipchartbögen	45 Min.
Abschluss	Die Schülerinnen und Schüler lernen das andere Geschlecht wahrzunehmen.	Paare	keine	15 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 6

Einführung: Vor- und Nachteile

Bei dieser Übung setzen die Schülerinnen und Schüler sich mit den Vor- und Nachteilen am Mädchen- bzw. Junge-Sein auseinander und diskutieren diese im Plenum.

Erarbeitung 1: Rollenspiel – Eltern über ihre Kinder

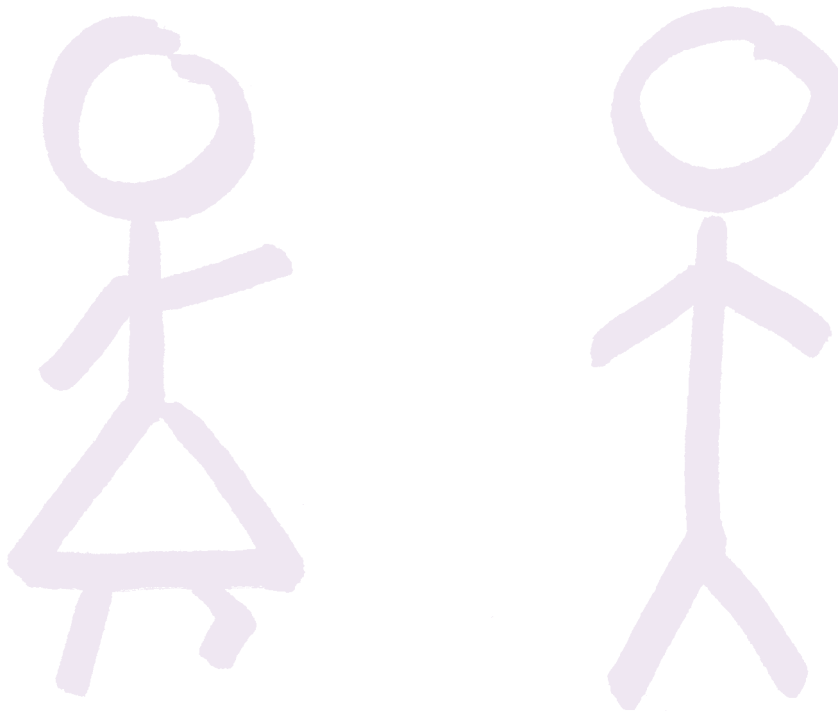
Die Schülerinnen und Schüler nehmen einen Perspektivenwechsel ein. Aus der Rolle ihrer eigenen Eltern reflektieren sie die Vor- und Nachteile ihres Geschlechts.

Erarbeitung 2: Uns nervt an euch

In geschlechtsgetrennten Kleingruppen sammeln die Schülerinnen und Schüler Verhaltensweisen des anderen Geschlechts, die sie als störend empfinden. Im zweiten Schritt werden Wünsche an das Gegengeschlecht formuliert.

Abschluss: Be8en

Bei dieser Übung geht es darum, dass die Schülerinnen und Schüler ihr Gegenüber genau beachten und Veränderungen erkennen und diese benennen können.



Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-6

Einführung

Zunächst teilt sich die Klasse in eine Jungen- und eine Mädchen-Gruppe auf. Alle Schülerinnen und Schüler erhalten die zu ihrem Geschlecht passenden Arbeitsblätter (A7). Auf den Arbeitsblättern befinden sich Satzanfänge zu den Vor- und Nachteilen der beiden Geschlechter.

Nun werden innerhalb der beiden Geschlechtergruppen Tandems gebildet. In den Tandems stellen sich die Schülerinnen und Schüler nun gegenseitig die Vor- und Nachteile vor, indem sie nacheinander die Satzanfänge vervollständigen.

Erarbeitung 1: Rollenspiel – Eltern über ihre Kinder

Alle Mädchen und Jungen teilen sich in mehrere Kleingruppen (max. fünf Personen) ein.

Die Mädchen nehmen die Rolle ihrer eigenen Mutter bei einem Frauenabend ein. Die Jungen nehmen die Rolle ihres eigenen Vaters bei einem Männerabend ein.

Als Mutter bzw. Vater sollen sie über ihre Kinder – also sich selbst – ins Gespräch kommen und über die Vor- und Nachteile einer Tochter bzw. eines Sohnes sprechen.

Sollte der Schüler oder die Schülerin ohne das jeweilige Elternteil aufwachsen, können sie einen Erziehungsberechtigten wählen, dessen Rolle sie einnehmen möchten.

Ein Einstieg könnte folgendermaßen aussehen:

„Also ich bin ja so froh, dass ich eine Tochter bekommen habe, weil aber...“

Erarbeitung 2: Uns nervt an euch

In geschlechtsgetrennten Kleingruppen sammeln die Schülerinnen und Schüler auf Moderationskarten, welche Verhaltensweisen des anderen Geschlechtes nerven. Die Karten werden nach ihrer Wichtigkeit sortiert auf eine Wandzeitung (Flipchart) geklebt.

In einem zweiten Schritt werden neben die Moderationskarten Wünsche an das andere Geschlecht aufgeschrieben. Dazu muss genügend Platz auf den Wandzeitungen gelassen werden.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-6

Auswertung:

Fish-Bowl-Methode

Mit der „Fish-Bowl-Methode“ kann bei heiklen Themen ein lebendiger Austausch entstehen, ohne dass es zu einem Streit ausartet. Hierbei sitzt eine Gruppe in einem Innenkreis und stellt ihre Ergebnisse (das, was auf der Wandzeitung gesammelt wurde) vor. Die zweite Gruppe sitzt im Außenkreis (ggf. mit dem Rücken zum Innenkreis) und hört dem Innenkreis zu, ohne sich an der Diskussion zu beteiligen. In einer zweiten Runde werden die Gruppen getauscht.

Anschließend kommen beide Gruppen im Plenum zusammen:

- Es werden drei Absprachen getroffen, wie man mit dem Thema (das, was am anderen Geschlecht nervt) in Zukunft umgehen möchte.
- Abschließend wird nochmal mit jeder Gruppe näher auf die einzelnen Aussagen der anderen Gruppe eingegangen:
 - Gibt es Aussagen, die ihr von vornherein klar erwartet habt?
 - Gibt es Aussagen, die ihr so nicht erwartet hättet?
 - Kann man Zusammenhänge zwischen einzelnen Aussagen erkennen?

Abschluss: Beßen

Es bilden sich Paare aus jeweils einem Mädchen und einem Jungen, die sich im Abstand von einem Meter gegenüberstehen. Das Mädchen beginnt und betrachtet ihren Gegenüber und prägt sich das Bild genau ein. Dann dreht sie sich um, und der Junge verändert genau drei Positionen (z. B. Hand in die Hosentasche stecken, Kopf schräg neigen, etc.) und gibt dem Mädchen anschließend ein Zeichen zum Umdrehen. Das Mädchen muss jetzt herausfinden, was verändert wurde. Anschließend Rollentausch.

Als Mädchen habe ich viele Vorteile, weil...

Als Mädchen habe ich viele Nachteile, weil...

Als Junge habe ich viele Vorteile, weil...

Als Junge habe ich viele Nachteile, weil...

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 7

Baustein 7: Freundeskreis und Freizeit

Ziele

- Die Schülerinnen und Schüler erkennen den Unterschied zwischen Freunden und Bekannten.
- Die Schülerinnen und Schüler verstehen, wie Eigenschaften, Verhalten und Aktivitäten auf den Freundeskreis wirken.
- Die Schülerinnen und Schüler akzeptieren jede/-n Mitschüler/-in als Individuum.
- Die Schülerinnen und Schüler erhalten Anerkennung von Freunden.
- Die Schülerinnen und Schüler erfahren, welche Bedürfnisse Freundschaften erfüllen können.

Material/ Vorbe- reitung

- Vorlagen (A8) auf Flipchartbögen übertragen
- Flipchartbögen
- Arbeitsblatt A9 für alle kopieren
- verschiedenfarbige Moderationskarten ausreichend bereithalten
- ausreichend Stifte bereithalten
- ggf. Stellwand
- Klebstoff



BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 7

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	Positive Eigenschaften, die zu einer Freundschaft gehören ► Koffer Negative Eigenschaften, die nicht zu einer Freundschaft gehören ► Sack	Plenum	Vorlagen (A8)* Flipcharts Moderationskarten in 2 Farben, Eddings	15 Min.
	Erarbeitung 1	Arbeitsblatt 2 ausfüllen lassen Begriffe für „Freund“ und „Bekannter“ sammeln	Einzelarbeit	(A9)	30 Min.
			Gruppenarbeit	Flipcharts	
			Plenum	Moderationskarten in 2 Farben Eddings	
	Erarbeitung 2	Entwerfen einer Freundschaftsanzeige ► Selbstportrait Vorstellung in Kleingruppen	Einzelarbeit,	Papier, Stifte, Klebstoff	25 Min.
Gruppenarbeit					
Erarbeitung 3	Freundeskreis aufmalen	Einzelarbeit	Stifte, Papier	15 Min.	
Abschluss	Abschlussplenum. Die gemachten Erfahrungen werden gemeinsam reflektiert	Plenum	keine	5 Min.	

*A=Arbeitsblatt

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 7

Einführung: Koffer packen – Sack stopfen

In dieser Übung nennen Schülerinnen und Schüler (positive) Eigenschaften, die sie in eine Freundschaft einbringen, aber auch negative Dinge, die nicht zu einer Freundschaft gehören.

Erarbeitung 1: Freund oder Bekannter?

In dieser Sequenz erarbeiten die Schülerinnen und Schüler, was Freundschaft heißt. Sie lernen Freundschaft von Bekanntschaft zu unterscheiden und diskutieren die Unterschiede.

Erarbeitung 2: Freundschaftsanzeige

In dem nächsten Schritt entwickeln alle Schülerinnen und Schüler eine Freundschaftsanzeige.

Erarbeitung 3: Mein Freundeskreis

Schülerinnen und Schüler malen jeweils ihren Freundeskreis und versuchen dabei auch die Beziehungen, Unterschiede, usw. unter allen „Freunden“ malerisch darzustellen.

Abschluss: Reflektion

In einem Abschlussplenum werden die gemachten Erfahrungen aus den Übungen gemeinsam diskutiert. Zudem wird der Zusammenhang mit den Themen „Drogen“ und „Sucht“ hergestellt.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-7

Einführung

Die vorgegebenen Koffer- und Sacksymbole (A8) auf jeweils einen Flipchartbogen übertragen. Moderationskarten in 2 Farben (eine für Positives und die andere für Negatives) bereithalten.

Die Schülerinnen und Schüler erhalten jeweils mehrere Moderationskarten beider Farben und sollen alles notieren, was ihrer Meinung nach mit in eine Freundschaft gehören oder eben nicht.

Anschließend werden die Karten gesammelt und an die jeweilige Flipchart geklebt.

Erarbeitung 1: Freund oder Bekannter?

Die Schülerinnen und Schüler füllen zunächst das Arbeitsblatt A9 aus. Danach diskutieren sie in Kleingruppen ihre Auswahl und berichten dann im Plenum darüber.

Anschließend werden zwei Flipchartbögen an die Tafel/Wand geklebt und mit „Freund“ bzw. „Bekannter“ beschriftet. Die Schülerinnen und Schüler werden dann zu den Unterschieden befragt und die genannten Aspekte auf das jeweilige Blatt notiert.

Danach wird das Thema durch Inputfragen vertieft:

- Können aus Bekannten auch Freunde werden?
- Kann aus einem Freund/einer Freundin ein ehemaliger Freund/eine ehemalige Freundin werden?
- Unter welchen Bedingungen kann sich so etwas entwickeln?

Die Schülerinnen und Schüler finden heraus, was Menschen zu einem Freund macht. Sie diskutieren, wie Freundschaften unser Leben bereichern und welche Eigenschaften sie selbst als Freund zu bieten haben.

Erarbeitung 2: Freundschaftsanzeige

Die Schülerinnen und Schüler sollen jeweils für sich eine Freundschaftsanzeige entwerfen, in der sie ihre Interessen, Eigenschaften und Aktivitäten beschreiben, die sie gern mit anderen teilen wollen und die aus ihnen eine gute Freundin/einen guten Freund machen.

Die Anzeigen werden in selbst ausgewählten Kleingruppen vorgestellt und besprochen.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-7

Dann werden alle Anzeigen in der Klasse aufgehängt, sodass sich jede/r in einem Rundgang (nicht Teil der Übung) über seine Mitschülerinnen und Mitschüler informieren kann.

Erarbeitung 3: Mein Freundeskreis

Alle Schülerinnen und Schüler erhalten einen Bogen Papier und Stifte aller Art und sollen ihren Freundeskreis zeichnen. Die Schülerinnen und Schüler werden darauf hingewiesen, dass sie die Bilder nur für sich selbst malen und diese den anderen nicht gezeigt werden müssen.

Impulse:

- *Mit wem bist du zurzeit befreundet?*
- *Bist du mit allen gleich gut befreundet?*
- *Kennen sich deine Freunde untereinander?*
- *Sind auch miteinander befreundet oder vielleicht verfeindet?*
- *Sind sie miteinander verwandt?*

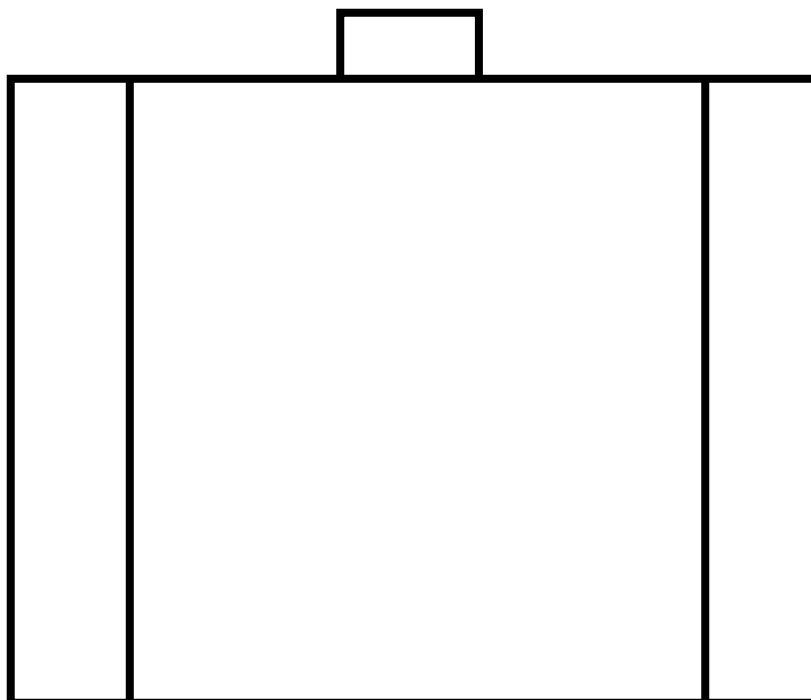
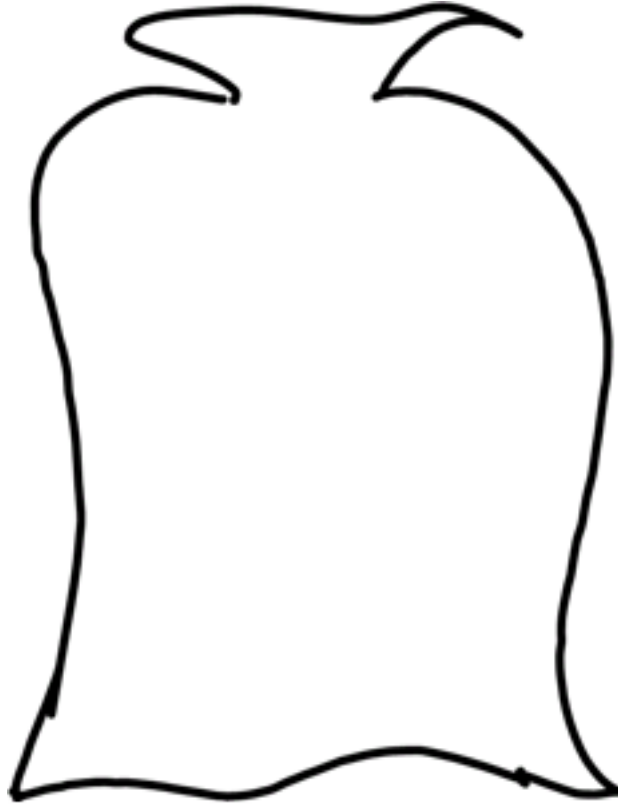
Abschluss:

Im Abschlussplenum werden die Erfahrungen aus den Übungen reflektiert.

Impulsfragen

- *Warum brauchen eurer Meinung nach Menschen Freunde?*
- *Gibt es Menschen, die keine Freunde haben? Was ist mit denen?*
- *Warum sollten wir über Eigenschaften, die wir einem Freund anzubieten haben, nachdenken?*
- *Warum reden manche Menschen nicht gerne über solche Eigenschaften?*
- *Hast du heute etwas gehört, das deine Vorstellungen von Freundschaften ergänzt oder verändert hat?*
- *Was hat Freundschaft mit „Drogen“ oder „Sucht“ zu tun?*

Arbeitsblatt A8 (5/6-7): Koffer und Sack Symbol



Arbeitsblatt A9 (5/6-7): Freundschaft ist...

Freundschaft kann viele Farben haben. Was gehört deiner Meinung nach dazu? Kreuze an.

Freundschaft ist, wenn...

- du nicht schlecht über die oder den anderen sprichst.
- ihr nicht miteinander streitet.
- sie oder er mich deckt, wenn ich etwas angestellt habe.
- ihr einander nett findet.
- ihr gern etwas gemeinsam unternimmt.
- ihr versucht, euch gegenseitig zu helfen.
- ihr kein Geheimnis der oder des anderen weitererzählt
- die oder der andere alles tut, was du gut findest.
- sie oder er dieselben Dinge gut findet wie du.
- sie oder er nicht mit anderen befreundet ist.
- ihr zusammen über alles reden könnt.
- ihr immer für einander da seid.
- sie oder er dich jeden Tag besucht.
- ihr euch bei den Hausaufgaben abschreiben lasst.
- sie oder er nicht sauer ist, wenn du schlecht gelaunt bist.
- ihr euch jederzeit Geld von ihr oder ihm leihen könnt.
- du nicht böse bist, wenn sie oder er sich mit anderen trifft.
- _____
- _____

Unterstreiche den Satz rot, der für dich am wichtigsten ist. Schreibe auf, warum du das am wichtigsten für eine Freundschaft findest:

Unterstreiche einen Satz blau, den du nicht ausgewählt hast. Warum findest du, dass das nicht zu einer Freundschaft gehört?

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 8

Baustein 8: Medien

Ziele

- Die Schülerinnen und Schüler lernen die eigene Mediennutzung zu reflektieren.
- Die Schülerinnen und Schüler lernen die Stadien eines Suchtverlaufs (bezogen auf Medienabhängigkeit) kennen.
- Die Schülerinnen und Schüler erarbeiten Alternativen zum Medienkonsum.
- Die Schülerinnen und Schüler erarbeiten Schutzmechanismen gegen einen übermäßigen Medienkonsum.
- Die Schülerinnen und Schüler übertragen (Lern-)Erfahrungen aus der Computerspielwelt in den Alltag.
- Die Schülerinnen und Schüler vergleichen ihre Fähigkeiten und Moralvorstellungen in der Computerspielwelt und im realen Leben.

Material/ Vorbe- reitung

- Aussagen/Fragen (A10) für Stehogramm bereithalten
- Arbeitsblatt Suchtverlauf Beispiele (A11) fünfmal kopieren und ausschneiden
- Arbeitsblatt Suchtverlauf Tabelle (A12) fünfmal kopieren
- Arbeitsblatt Dragon Slayer (A13) in entsprechender Anzahl kopieren (5er Gruppen)
- Kurzbeschreibung der Genres für die Lehrkraft (A14) ansehen
- Moderationskarten in zwei verschiedenen Farben
- ausreichend Stifte
- ggf. Stellwand
- Flipchartbögen

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 8

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	Reflektion des eigenen Mediennutzungsverhalten	Stuhlkreis	Aussagen (A10)*	10 Min.
	Erarbeitung 1	Erarbeiten eines Suchtverlaufs an Beispielen	Gruppenarbeit und Klassenverband	A11 und A12	15 Min.
	Erarbeitung 2	Sammlung von bekannten Medien und Überlegungen zu Alternativen	Gruppenarbeit und Klassenverband	Flipchart/ Moderationskarten in zwei Farben, Stifte, Wandzeitung	20 Min.
	Erarbeitung 3	Erarbeitung von Schutzmechanismen und Hilfen in Computerspielwelten	Gruppenarbeit und Klassenverband	A13, A14, Flipchart, Wandzeitung, Stifte	40 Min.
	Abschluss	Schülerinnen und Schüler überlegen für sich, wo sie gut geschützt sind und wo sie an ihrem Schutz arbeiten müssen	Paararbeit	Tafel	5 Min.

*A=Arbeitsblatt

BAUSTEINPROGRAMM 5/6 – BAUSTEIN 8

Einführung: Stehogramm

Bei dieser Übung sollen die Schülerinnen und Schüler zunächst das eigene Mediennutzungsverhalten reflektieren und sich zu verschiedenen Aussagen/Fragen zum Thema Mediengebrauch positionieren.

Erarbeitung 1: Suchtverlauf

Diese Übung soll verdeutlichen, dass eine Abhängigkeitserkrankung immer ein Prozess ist und man nicht von heute auf morgen abhängig wird. Zudem verläuft dieser Prozess nicht bei jedem gleich und einzelne Schritte sind miteinander austauschbar. Anhand von Beispielen sollen die abstrakten Schritte verdeutlicht werden.

Erarbeitung 2: Was geht – ohne Netz

Selbstverständlich gehören digitale Medien heutzutage zum Alltag und stellen eine Bereicherung für unsere Lebensgestaltung dar. Jedoch sollte man das reale Leben nicht vernachlässigen.

Die Schülerinnen und Schüler sammeln Beispiele für Medien und suchen gemeinsam nach attraktiven Alternativen zur Mediennutzung.

Erarbeitung 3: Dragon Slayer

Vorab wird im Plenum geschaut welche Spiele die Schülerinnen und Schüler spielen. Hierbei wird deutlich, dass Spiele häufig gemeinsam mit anderen gespielt werden (Multiplayer). In diesen Spielen ist es sinnvoll zusammenzuarbeiten, um die angestrebten Ziele schneller zu erreichen. Wie im realen Leben ist zudem eine gewisse Zielstrebigkeit wichtig.

Gemeinsam wird erarbeitet welche Schutzmechanismen aus Computerspielen ins reale Leben übertragen werden können. Hierzu entwerfen die Schülerinnen und Schüler ein eigenes Spiel.

Abschluss: Meine Schutzrüstung im Alltag

Die Schülerinnen und Schüler überprüfen, auf welche der erarbeiteten Schutzmechanismen sie zurückgreifen können und welche sie noch ausbauen („hochleveln“) können und sollten.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-8

Einführung: Stehogramm¹⁴

Die Lehrkraft trifft laut und gut hörbar eine Aussage (Beispiele siehe A10). Alle Schülerinnen und Schüler überlegen still für sich, ob die Aussage bzgl. des eigenen Mediennutzungsverhaltens mit „ja“ oder „nein“ zu beantworten ist. Trifft die Aussage für den Einzelnen/die Einzelne zu, so stellt er oder sie sich hin. Trifft die Aussage nicht zu, so bleibt er oder sie sitzen. Dies kann beliebig oft wiederholt werden.

Wenn gewünscht, kann sich aus dem „Stehogramm“ auch ein Austausch mit den Schüler/-innen entwickeln, die Lehrkraft kann nachfragen, die Schülerinnen und Schüler können sich zu ihrer „Antwort“ äußern und mit den anderen diskutieren.

Erarbeitung 1: Suchtverlauf¹⁵

Die Schülerinnen und Schüler sollen in fünf Kleingruppen den Suchtverlauf an einem Beispiel entwickeln. Dafür legen sie Sätze (Arbeitsblatt A11, ausschneiden) zu den passenden Begriffen (Arbeitsblatt A12). Hierbei ist zu beachten, dass verschiedene Reihenfolgen richtig sein können. Man kann sich nach der Vorgabe richten (1. Position "ausprobieren/benutzen" usw.), muss dies aber nicht tun. Es könnte auch die positive Grundeinstellung an erster Stelle vor der Nutzung stehen. Bei einer Medienabhängigkeit kann sogar Gewohnheit an erster Stelle stehen, wenn man an die alltägliche Nutzung und Verbreitung denkt. Wichtig ist, dass die Abhängigkeit immer das Ende des Prozesses darstellt. Auch auf Arbeitsblatt A11 bieten sich einige Punkte zur Diskussion an. Am Ende stellt eine Gruppe ihr Ergebnis vor, die anderen schlagen Änderungen vor, über die kurz diskutiert werden kann.

Anschließend werden im Plenum folgende Fragen beantwortet:

- Ab wann hat Finn das Spiel nicht mehr im Griff?
- Wann würdest du sein Verhalten als problematisch ansehen?
- Denkst du, dass Finn am Ende der Geschichte abhängig ist?
- Was würdest du Finn raten?

¹⁴ vgl. Fachverband Medienabhängigkeit e.V (2012). „Let's play – Methoden zur Prävention von Medienabhängigkeit“. Hannover. S.19

¹⁵ vgl. Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Hamburg, SuchtPräventionszentrum; (Hrsg.)(2013): Mediennutzung von Jugendlichen: Chancen und Risiken. Ein Lernarrangement mit Unterrichtswerkstätten für Klasse 7-10

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-8

Erarbeitung 2: Was geht – ohne Netz¹⁶

Um eine einheitliche Vorstellung von Medien zu erzeugen, zählen die Schülerinnen und Schüler alle Medien auf, die ihnen einfallen. Diese werden an der Tafel gesammelt (hier dürfen ruhig auch „alte“ Medien genannt werden).

Anschließend werden attraktive Alternativen zum Medienkonsum gesammelt. Hierzu kommen die Schülerinnen und Schüler in Kleingruppen zusammen und sammeln auf Moderationskarten, was sie mit Freunden, Freundinnen und der Familie ohne digitale Medien unternehmen können. Auf andersfarbige Karten werden Aktivitäten ohne digitale Medien gesammelt, die man auch alleine unternehmen kann.

Die Karten der Schülerinnen und Schüler werden als Wandzeitung gesammelt.

Erarbeitung 3: Dragon Slayer

Die Lehrkraft fragt die Schülerinnen und Schüler, welche Computerspiele sie spielen. Diese werden an der Tafel gesammelt. Wichtig ist es, dass hierbei auch an die Browsergames und Spiele auf dem Smartphone gedacht wird (A14 Lehrkräfteinformation).

Die Klasse wird in Kleingruppen von ca. fünf Schülerinnen und Schülern geteilt. Die Gruppen sollen nun jeweils ein Online-Rollenspiel nach bestimmten Vorgaben entwickeln (siehe A13). Für die Ergebnispräsentation beantworten die Gruppen die Fragen auf dem Arbeitsblatt (A13) und fassen diese auf einer Flipchart zusammen.

Im Anschluss wird im Klassengespräch versucht, die Schutzmechanismen und benötigten Fähigkeiten aus den Spielen in das „reale Leben“ zu übertragen. Als Beispiel kann man die Gefährten/Clanmitglieder oder ähnliches aus den Spielen mit den Freunden gleichsetzen (oftmals sind dies ja auch die gleichen Personen).

Impulsfragen:

¹⁶ vgl. Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Hamburg, SuchtPräventionsZentrum; (Hrsg.)(2013): Mediennutzung von Jugendlichen: Chancen und Risiken. Ein Lernarrangement mit Unterrichtswerkstätten für Klasse 7-10

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 5/6-8

- *Meine Gefährten/Freunde helfen mir im Spiel und geben mir dort Sicherheit und Schutz, wie sieht es hier außerhalb der Spielwelt aus?*
- *Im Spiel habe ich bestimmte Skills, wie sieht es damit im realen Leben aus? Können mir diese auch dort helfen?*
- *Im Spiel muss ich einiges erst erlernen, damit ich ein starker Spieler werde, wie ist das in der Schule? Wo sind die Unterschiede?*
- *Meine Spielerfolge sind messbar, wie ist das mit den Erfolgen im realen Leben?*
- *Beschütze und helfe ich in Spielen schwächeren Spielern/Freunden? Mache ich dies auch außerhalb der Spielwelt?*

Die genannten Schutzmechanismen und Alltagsfähigkeiten werden in einen neuen Bereich der Wandzeitung übertragen.

Abschluss: Meine Schutzzrüstung im Alltag

An der Wandzeitung sollten sich jetzt einige Schutzmechanismen gesammelt haben.

Die Schülerinnen und Schüler überlegen sich nun in Paararbeit, welchen Schutz sie bereits haben, in welchen Bereichen es ihnen wichtig wäre, ihren Schutz zu verbessern und wie ihnen diese Verbesserung gelingen kann.

Hierzu sollen die Tandems folgende Fragen beantworten, die von der Lehrkraft an der Tafel notiert werden.

- „Wo bin ich gut geschützt?“
- „Wo will ich meinen Schutz verbessern?“
- „Wie schaffe ich das?“

Arbeitsblatt A10 (5/6-8): Stehogramm

Aussagen können sein:

- Ich habe ein eigenes Handy/Smartphone.
- Ich spiele am PC/auf dem Smartphone.
- Ich habe einen eigenen PC in meinem Zimmer.
- Ich habe einen Account bei MeinVZ/ facebook/MySpace/Twitter/...
- Ich bezahle meine Handyrechnung selbst.
- Ich nutze WhatsApp oder ähnliche Angebote.
- Ich habe schon mal am PC/Smartphone die Zeit vergessen.
- Ich habe schon mal ein Foto/Video auf mein Handy geschickt bekommen, das ich doof fand.
- Ich habe schon mal ein bescheuertes, aber wie ich fand lustiges Foto von einer Freundin/Freund ins Netz gestellt/bei WhatsApp verschickt.
- Ich habe öfter Verabredungen mit Freunden /Familienmitgliedern abgesagt, weil ich lieber am PC bleibe.
- Ich habe schon mal etwas Negatives in einem Chat erlebt.
- Ich sitze täglich am PC/bin täglich im Netz.
- Ich kläre Probleme mit Freunden über Whats App/facebook/... .
- Du kennst jemanden, der schon mal über das Smartphone oder das Internet fertig gemacht wurde.
- Ich hatte schon mal Ärger, weil ich so viel Zeit am PC /mit meinem Smartphone verbringe.
- Ich habe in Sozialen Netzwerken meinen Vor- und Zunamen, meine Adresse und Fotos oder Videos von mir eingestellt.
- Ich hatte schon mal Stress mit einer Freundin/einem Freund, weil bei WhatsApp/facebook/... meine Nachricht falsch rüber gekommen ist.
- Ich kann auf keinen Fall auf den PC/das Internet/Facebook/chat-ten/Handy verzichten.

Arbeitsblatt A11 (5/6-8): Suchtverlauf Beispiele

An die Abmachung, nur noch eine Stunde am Tag online zu spielen, hält Finn sich nicht mehr. Neulich belog er seine Eltern, er müsste etwas für die Schule im Internet suchen. Letzte Nacht hat er sich dann sogar zurück an den PC geschlichen, als seine Eltern schon schliefen. Und das, obwohl er am nächsten Tag früh aufstehen musste.

Finn ist mit seinem Freund Ferhat verabredet. Ferhat schlägt vor, ein neues Spiel im Internet auszuprobieren. Eigentlich hat Finn sich auf einen Skate-Nachmittag gefreut. Da das Wetter dafür aber ohnehin nicht so toll ist, stimmt er schließlich zu.

Finn spielt das Onlinespiel nun auch zu Hause und freut sich oft schon auf dem Rückweg von der Schule darauf. Manchmal merkt er gar nicht, wie schnell die Zeit beim Spielen vergeht.

Obwohl Finn sich geschworen hat, wieder weniger online zu spielen, sitzt er fast jede Nacht bis 2 Uhr vor dem Computer. Mit Ferhat trifft er sich schon lange nicht mehr und in Mathe und Englisch wird wohl dieses Jahr eine Fünf im Zeugnis stehen. Finn hat aber nur eine einzige Sorge: In dem Ferienhaus seiner Eltern, in dem er den Sommer verbringen wird, gibt es kein Internet.

Finn findet das Onlinespiel total spannend und ist sogar ein Level weitergekommen.

Finn ist mittlerweile jeden Tag online. Er ist Mitglied eines Spielerteams im Internet geworden. Nur der Streit mit seinen Eltern nervt ihn – die finden, er solle doch wieder öfter skaten gehen.

Arbeitsblatt A12 (5/6-8): Suchtverlauf Tabelle

Medium ausprobieren und benutzen	
Positive Einstellung zum Medium	
Medium immer häufiger nutzen	
Medium ist Gewohnheit	
Andere Interessen vernachlässigen, mehr Zeit damit verbringen als man will damit verbringen als man will	
Abhängigkeit: nicht mehr aufhören können	

Arbeitsblatt A13 (5/6-8): „Dragon Slayer“

Entwickelt gemeinsam ein Online Multiplayer-Rollenspiel.

Haltet Euch dabei bitte an folgenden Vorgaben.

1. Das Spiel lässt sich nur im Mehrspielermodus spielen.
2. Ziel des Spiels ist es, einen Drachen zu töten.
3. Auf dem Weg dahin müssen andere Aufgaben (Neben-Quests) erledigt werden, damit eure Helden die Fähigkeiten erlangen (Aufsteigen, Items finden), den Drachen zu töten.
4. Die Aufgaben können nur gemeinsam von Spieler/innen mit unterschiedlichen Fähigkeiten (Tank, Support etc.) gemeistert werden.
5. Auch in den kleineren Aufgaben, bevor ihr den Drachen besiegen könnt, müssen Gefahren überstanden werden.
6. Der Erfolg im Spiel muss auch während des Spielens bereits sichtbar sein.

Um euer Spiel anschließend vorzustellen, notiert bitte die Antworten zu den folgenden Punkten auf einer Flipchart.

1. Welche Gefahren lauern auf dem Weg zum Drachen?
2. Welche Fähigkeiten benötigen wir, um diese zu bestehen?
3. Was können die verschiedenen Klassentypen (Helden) jeweils für die anderen tun?
4. Mit welchen Fähigkeiten (skills) starten eure Helden?
5. Wie müssen diese aufgelevelt werden, um den Drachen zu besiegen?
6. Wie kann man seinen Erfolg auf dem Weg zum Drachen in eurem Spiel erkennen (skills, Punkte, etc.)?
7. Kann man in Eurem Spiel Erfahrungspunkte sammeln, indem man auf dem Weg zum Drachen anderen hilft oder ihnen schadet?

Arbeitsblatt A14 (5/6-8): Kurzbeschreibung der Genres für die Lehrkraft

Strategiespiel

Der Spieler/die Spielerin ist für die Geschicke einer ganzen Nation verantwortlich. Er/sie hat verschiedene Aufgaben, wie die Entwicklung einer florierenden Wirtschaft oder die Erkundung neuer Gebiete.

Bekannte Strategiespiele sind: Civilization IV, Die Siedler, Anno 1701 oder Sim City oder Clash of Clans.

Simulation/ Browsergames

Es gibt verschiedene Arten von Simulationsspielen. In diesen Spielen muss etwas gemanagt werden. Das kann ein Fußballverein sein, eine Freizeitpark oder ein Bauernhof. Besonders beliebt sind Landwirtschaft oder Eisenbahn Simulationen. Meist haben diese Spiele kein klares Ende oder Ziel.

Bekannte Simulationen sind: Farmville, Dorfleben, Rail Nation, Fifa.

Rollenspiele (RPG)

Ein Computer-Rollenspiel ist eine Spielform, in der ein Spieler/eine Spielerin die Kontrolle über eine selbstgestaltete heroische Figur (Avatar/ Charakter) übernimmt. Durch das Erledigen von Aufgaben (Quests) und/oder das Besiegen von Gegnern wird die Heldenfigur zunehmend mächtiger und der Spieler/die Spielerin kann bestimmte Fähigkeiten wie z.B. mächtige Zauber oder effektive Kampftechniken erlernen.

Bekannte RPGs sind: World of Warcraft, The Elder Scrolls – Oblivion, League of Legends.

Hier wurden die wichtigsten Genres aufgeführt. Die Ausführungen sind nicht vollständig und Spiele und Spielgenres verändern sich bzw. entwickeln sich weiter. Es empfiehlt sich, vorher eine eigene kurze Recherche dazu zu machen. Im Netz gibt es viele gute Übersichten.

BAUSTEINPROGRAMM FÜR KLASSE 7/8

GRUNDLAGEN

- | | | |
|----|--|-----|
| 1. | Einführung in das Thema Suchtvorbeugung | 83 |
| 2. | Informationen und Einstellungen zum Thema
Rauchen, Alkohol und Cannabis | 99 |
| 3. | Gefühle wahrnehmen und benennen | 104 |
| 4. | Dazugehören und Standfestigkeit | 111 |

VERTIEFUNG

- | | | |
|----|------------------------|-----|
| 5. | Stress | 116 |
| 6. | Unser Klassenklima | 122 |
| 7. | Medien | 127 |
| 8. | Selbstbild – Fremdbild | 147 |

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 1

Baustein 1: Einführung

Ziele

- Die Schülerinnen und Schüler sind für das Thema sensibilisiert worden.
- Die Schülerinnen und Schüler haben stoffgebundene und stoffungebundene Abhängigkeiten kennen gelernt.
- Die Schülerinnen und Schüler haben eigene Kenntnisse und Erfahrungen über Suchtmittel/Verhaltensweisen eingebracht.
- Die Schülerinnen und Schüler haben reflektiert, welche Funktionen Suchtmittel haben.
- Die Schülerinnen und Schüler können eigene Kraftpotenziale benennen.
- Die Schülerinnen und Schüler können Anzeichen einer Suchterkrankung erkennen.
- Die Schülerinnen und Schüler haben das Suchtphasenmodell kennengelernt.

Material/ Vorbe- reitung

- Suchtkarten (A15) in entsprechender Anzahl zuschneiden, laminieren und bereithalten
- Kreppband bereithalten
- ggf. 6 Phasen des Suchtverlaufs auf 6 DIN A3 Blätter bringen, ausdrucken und laminieren
- Fallbeispiele (A16), falls gewünscht, ausdrucken, ausschneiden und laminieren
- evtl. zwei Blätter mit den Überschriften legal/illegal oder stoffgebunden/stoffungebunden vorbereiten
- Arbeitsblatt A18 in ausreichender Gruppenzahl kopieren und bereithalten
- größere Papierbögen
- Stifte

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 1

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	Mittels Suchtkarten dem Thema annähern	Stuhlkreis Klassengespräch	A15 Metaplankarten 2 Blätter mit Beschriftung	20 Min.
	Erarbeitung 1*	Die Entwicklung einer Sucht diskutieren	Klassengespräch	6 Phasen des Suchtverlaufs (eigene DIN A4-Schilder müssen angefertigt werden!; Begriffe s. S. 78), ggf. A16 und 17	(30 Min.)
	Erarbeitung 2	Mittels Wunderdroge eigene Kraftpotenziale benennen	Gruppe	A18, Packpapier, Stifte	65 Min.
	abschluss	Feedback geben	Klasse	Daumenreflexion	5 Min.

*(Zusatzmethode; falls gewünscht – dann Einführung und Erarbeitung 2 entsprechend kürzen, bzw. Erarbeitung 2 in weiterer Stunde behandeln)

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 1

Einführung: Suchtkartenspiel

Die Schüler und Schülerinnen steigen mit dieser Übung spielerisch in das Thema „Sucht“ ein und werden dazu angeregt, zu einer Sucht Stellung zu beziehen und das eigene Wissen einzubringen.

Erarbeitung 1: Suchtprozess¹⁶

Diese Methode ist als Zusatzmethode gedacht, die durchgeführt werden kann, wenn das Thema Abhängigkeit noch weiter vertieft werden soll. Dann muss Einführung und Erarbeitung 2 entsprechend zeitlich gekürzt bzw. Erarbeitung 2 in einer zusätzlichen Stunde durchgeführt werden.

Die Schüler und Schülerinnen setzen sich in dieser Übung mit der Frage auseinander, wie eine Sucht entstehen kann. Unterschiedliche Begrifflichkeiten müssen von den Schülern und Schülerinnen in eine Reihenfolge gebracht und mit Inhalt gefüllt werden.

Erarbeitung 2: Die Wunderdroge¹⁷

Zu dieser Übung werden die Schüler und Schülerinnen in Kleingruppen eingeteilt. Hier sollen sie gemeinsam eine Wunderdroge entwickeln – mit besonderen Wirkungsweisen, ohne Nebenwirkungen,

Diese Übung soll die Frage klären, warum viele Menschen die persönliche Befindlichkeit durch Suchtmittel beeinflussen anstatt eigene Kräfte dazu zu mobilisieren. Diese eigenen Kraftpotenziale zu benennen, ist das eigentliche Ziel der Übung.

Abschluss: Daumenreflexion

Jede Schülerin und jeder Schüler gibt mit seinem gehobenen oder gesenkten Daumen eine Rückmeldung zur Stunde.

¹⁶ Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung, SuchtPräventionsZentrum: Suchtprävention mit Nikotin-, Alkohol- und Cannabiswerkstatt in Klasse 7-10, Hamburg 2012, S.18.
¹⁷ In Anlehnung an: Robra, Andrea: „Das Sucht-Spiel-Buch“, Seelze (Velper) 1999, S.89f.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-1

Einführung

Die Lehrkraft verteilt an die Schülerinnen und Schüler einen Streifen Kreppband und lässt jeden/jede verdeckt eine Suchtkarte (A15) ziehen. Nun befestigt jeder seine Karte gut sichtbar auf dem Rücken des rechten Sitznachbarn.

Aufgabe der Schülerinnen und Schüler ist es nun, „seine/ihre“ Sucht zu erraten. Jeder Mitschüler/jede Mitschülerin darf dazu befragt werden. Pro Schüler/-in dürfen 3 Fragen gestellt werden. Es darf nur mit Ja oder Nein geantwortet werden. Wer die Sucht erraten hat, klebt sie sich vorne auf die Brust und steht weiterhin für diejenigen, die noch raten müssen, für Fragen zur Verfügung.

Fragedauer: 8-10 Minuten

Anschließend kommen alle wieder im Stuhlkreis zusammen, egal ob die Sucht erraten wurde oder nicht. Jede/r liest seine Sucht vor und erzählt kurz, was er darunter versteht und darüber weiß. Die anderen können ergänzen.

Falls gewünscht, legt die Lehrkraft 2 Zettel mit den Überschriften legal/illegal oder stoffgebunden/stoffungebunden auf dem Boden aus. Die Süchte sollen nun entsprechend zugeordnet werden. Wenn Zweifel bestehen, nicht verbindlich zuordnen, sondern offene Fragen sammeln.

Erarbeitung 1: Der Suchtprozess

Sechs Schüler und Schülerinnen erhalten je ein vorbereitetes Schild mit einer der folgenden Aufschriften.

- Konsum/Genuss
- Positive Einstellung gegenüber einem Mittel/Verhalten
- Gewohnheit
- Verstärkter Konsum
- Missbrauch/riskanter Konsum
- Sucht/Abhängigkeit

Die Schild-Träger stellen sich in beliebiger Reihenfolge vor den anderen Schülerinnen und Schülern auf, wobei die Schilder so gehalten werden, dass jeder sie lesen kann.

Arbeitsauftrag:

- „Bringt auf Zuruf diesen möglichen Suchtprozess in eine richtige Reihenfolge.“
- „Was steht deiner Meinung nach an erster und zweiter Stelle, was an dritter und vierter?“

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-1

- „Bitte begründe deine Meinung immer an einem Beispiel. Z. B. die meisten Menschen rauchen doch zuerst, weil sie das toll finden, obwohl ihnen die erste Zigarette gar nicht schmeckt.“

Dabei ist darauf zu achten, dass es bei dieser Aufgabe kein „richtig“ oder „falsch“ gibt. Wichtig ist die Diskussion bzw. das „Füllen“ der Begriffe: „Wann ist etwas eine Gewohnheit – Immer wenn ich vor dem TV sitze, trinke ich ein Bier, esse ich Chips... immer wenn ich auf eine Party gehe, mich mit Freunden treffe...“

Diese Begriffe können auch mithilfe von Fallbeispielen (A16) genauer geklärt werden. Dazu werden die Beispiele an Schülerinnen und Schüler verteilt, vorgelesen und zugeordnet. Die anderen dürfen umlegen.

Hier sollte vor allem mit der Klasse die Definition einer Abhängigkeit (A17) geklärt werden: Gemeinsam erarbeiten, woran man erkennt, dass jemand abhängig ist.

Alternativ:

Die sechs Karten des Suchtprozesses werden durcheinander in die Mitte des Stuhlkreises gelegt. Es soll eine sinnvolle Reihenfolge erstellt werden. Einer meldet sich freiwillig und ordnet die Begriffe nach seiner Meinung, jeder Schritt muss aber begründet werden. Anschließend dürfen die anderen darüber diskutieren und auch gerne eine neue Reihenfolge legen.

Erarbeitung 2: Die Wunderdroge

Die Lehrkraft leitet die Erarbeitungsphase ein: „Stellt Euch jetzt mal vor, Ihr seid ein Forscherteam auf dem Gebiet der „Sucht“ und sollt eine Wunderdroge zusammenstellen. Die ‚International Drug Design Foundation‘, die IDDF, eine Vereinigung, die an der Entwicklung einer Wunderdroge arbeitet, wendet sich an euch, da die eigenen Forschungslabore der IDDF momentan nichts zuwege bringen. Ihr sollt jetzt eine neue Wunderdroge entwickeln, die genauso wirkt, wie ihr es euch bei der Einnahme wünscht, die überhaupt keine Nebenwirkungen hat, nicht süchtig macht...“

Wird keine Einführungsgeschichte erzählt, muss die Übung erklärt werden.

Die Schülerinnen und Schüler sollen sich in Kleingruppen folgende Fragen genau überlegen und danach das Wunderdrogenbild malen:

- Welche Wirkungen möchte ich genau haben?
- Was passiert nach der Einnahme?

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-1

- Wie soll das Mittel heißen?
- Wann will ich das Mittel nehmen?
- Wie oft will ich es nehmen?
- Wie will ich das Mittel nehmen?
- Wie lange soll es wirken?
- Mit wem und zu welchen Gelegenheiten will ich das Mittel nehmen?

Die Fragen werden als Arbeitsblätter (A18) zur Gedächtnisstütze verteilt.

Die Kleingruppen haben einen großen Bogen Papier und Stifte zur Verfügung. Sie haben 25 Minuten Zeit, um ihre Fantasien aufzuzeichnen bzw. aufzuschreiben und eine gemeinsame Wunderdroge zu entwickeln.

Beim Malen/Aufschreiben sollen sie sich austauschen und erzählen.

Nach dem Erfinden der Wunderdroge stellen die Kleingruppen einander ihre Arbeitsergebnisse vor. Die zentralen Aussagen (positive Wirkungen der Droge) werden an der Tafel festgehalten. Um welche Gefühle geht es? Welche Funktionen sind interessant?

Anschließende Frage an die Klasse: „Da es diese Droge tatsächlich nicht gibt: Durch was könnte man die positiven Wirkungen auch ohne Suchtmittel erreichen?“

Die Schülerinnen und Schüler sollen gemeinsam überlegen und austauschen, wie sie diese positiven Gefühle und Empfindungen auch ohne die Wunderdroge erreichen können. Die Informationen werden an der Tafel festgehalten und diskutiert.

Die Übung soll die Frage klären, warum viele Menschen die persönliche Befindlichkeit durch Suchtmittel beeinflussen anstatt eigene Kräfte dazu zu mobilisieren. Diese eigenen Kraftpotenziale zu benennen, ist das eigentliche Ziel der Übung.

Abschluss:

Jede Schülerinnen und jeder Schüler soll mittels des Daumens ein Feedback zur Stunde geben. Ein gehobener Daumen bedeutet „hat mir super/sehr gut gefallen“, ein nach unten gehaltener Daumen heißt „hat mir überhaupt nicht gefallen“, ein Daumen mittig gehalten bedeutet „geht so“. Wenn noch Zeit ist, kann jeder, der möchte, noch kurz sagen, warum er/sie den Daumen entsprechend angezeigt hat.

Arbeitsblatt A15 (7/8-1): Suchtkarten

Computersucht	Handysucht
Magersucht	Streitsucht
Sexsucht	Putzsucht
Internetsucht	Arbeitssucht
Kaufsucht	Fernsehsucht
Kokainsucht	Haschischsucht

Arbeitsblatt A15 (7/8-1): Suchtkarten

Marihuana- sucht	Koffeinsucht
Nikotinsucht	Süßigkeiten- sucht
Glücksspiel- sucht	Heroinsucht
Medikamenten- sucht	Ecstasysucht
Schnüffelsucht	Alkoholsucht
Computersucht	Ess-Brech- Sucht
Sammelsucht	

**Seit dem Tod ihres
Mannes greift Marlene
(65 Jahre) immer
häufiger zu
Beruhigungstabletten.**

**Gregor (17 Jahre) und Hannes
(18 Jahre) gehen jedes
Wochenende in die Disko, um
endlich eine Freundin kennen zu
lernen. Damit sie sich trauen, ein
Mädchen anzusprechen, trinken
sie sich vorher mit Bier und
Wodka kräftig Mut an.**

**Andrea (25 Jahre)
raucht jeden Tag
eine halbe Schachtel
Zigaretten.**

**Heinz (42 Jahre),
verheiratet, 2 Kinder,
trinkt jeden Abend
nach der Arbeit ein Bier.**

**Alexander (21 Jahre)
klaut seiner Oma Geld,
um sich Drogen
zu besorgen.**

**Frauke trinkt hin und
wieder ein Glas Wein
zum Essen.**

Martin (16 Jahre) trifft sich mit seiner Clique fast jedes Wochenende zum „Kampftrinken“. Er will beweisen, dass er viel verträgt und hört erst auf, wenn er sich übergeben muss.

Michael (18 Jahre) spielt, seitdem er 14 Jahre ist, WOW. Häufig vergisst er dabei die Zeit und ist des Öfteren schon in der Schule eingeschlafen. Das Fußballspielen mit seinen Freunden ist ihm mittlerweile auch nicht mehr wichtig, weil er im Spiel weiterkommen will.

**Für Mareike (18 Jahre)
und Lena (19 Jahre)
gehört Alkohol am
Wochenende dazu.**

**Anna (15 Jahre) ist über
„Whats-App“ ständig mit ihren
Freunden in Kontakt.
Auch nachts muss ihr
Smartphone an sein, da sonst
irgendwas im Chat passieren
könnte, was sie
nicht mitbekommt.**

**Julian (14 Jahre) zockt
gerne mit seinen
Freunden zusammen
an der Playstation.**

**Ohne sein Smartphone
geht Linus (16 Jahre)
nicht aus dem Haus.**

Arbeitsblatt A17 (7/8-1): Definition einer Sucht¹⁸

Sucht wird definiert als unabweisbares Verlangen nach einem bestimmten Gefühls-, Erlebnis- und Bewusstseinszustand.

Von Sucht spricht man, wenn die Kontrolle über den Gebrauch von Suchtmitteln oder süchtigen Verhaltensweisen herabgesetzt oder überhaupt nicht mehr vorhanden ist.

Das Suchtmittel wird auch dann noch missbraucht, wenn sich negative Auswirkungen wie körperliche, psychische oder soziale Beeinträchtigungen zeigen.

Die Sucht bestimmt häufig das gesamte Leben des Betroffenen.

Denken und Handeln sind dann weitgehend auf die Beschaffung des Suchtmittels, die Verhütung von Entzugserscheinungen und die Vertuschung der Sucht ausgerichtet.

¹⁸ nach Werner Gross: Was ist das Süchtige an der Sucht, Geesthacht 1992

Arbeitsblatt A18 (7/8-1): Fragen zur Erstellung der Wunderdroge

Beim Erfinden Eurer Wunderdroge beachtet bitte folgende Dinge:

- Welche Wirkungen möchte ich genau haben?
- Was passiert nach der Einnahme?
- Wie soll das Mittel heißen?
- Wann will ich das Mittel nehmen?
- Wie oft will ich es nehmen?
- Wie will ich das Mittel nehmen?
- Wie lange soll es wirken?
- Mit wem und zu welchen Gelegenheiten will ich das Mittel nehmen?

Arbeitsblatt A18 (7/8-1): Fragen zur Erstellung der Wunderdroge

Beim Erfinden Eurer Wunderdroge beachtet bitte folgende Dinge:

- Welche Wirkungen möchte ich genau haben?
- Was passiert nach der Einnahme?
- Wie soll das Mittel heißen?
- Wann will ich das Mittel nehmen?
- Wie oft will ich es nehmen?
- Wie will ich das Mittel nehmen?
- Wie lange soll es wirken?
- Mit wem und zu welchen Gelegenheiten will ich das Mittel nehmen?

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 2

Baustein 2: Informationen zum Thema Suchtmittel

- Ziele**
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben sich über die wichtigsten Suchtmittel informiert.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben sich mit ihrem persönlichen Konsum auseinandergesetzt.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler sind für Motive, die hinter Suchtmittelkonsum stehen, sensibilisiert worden.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben verstanden, warum Suchtmittel eine Wirkung haben.

- Material/ Vorbereitung**
- ▶ Metaplankarten, Stifte
 - ▶ Wandzeitung, rote und grüne Klebepunkte
 - ▶ Broschüren "Rauchfrei durchs Leben", "Vorsicht Wasserpfeife", "Null Alkohol – voll Power" (je als Klassensatz) – kostenlos bestellbar über www.bzga.de/infomaterialien; Internetseite www.drugcom.de

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	Brainstorming: Welche Mittel und Verhaltensweisen können Suchtprobleme auslösen?	Stuhlkreis	Gespräch Wandzeitung	10 Min.
	Erarbeitung 1	Konsumprofil der Klasse erstellen und Ergebnisreflektion	Klassengespräch	Wandzeitung Klebepunkte	35 Min.
	Erarbeitung 2	Information zu Tabak, Alkohol und Cannabis	Klassengespräch	Wandzeitung Infobroschüren	35 Min.
	Abschluss	Feedback geben	Stuhlkreis	Motorinspektion	10 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 2

Einführung

Mit dieser Übung wird an die Einführungsstunde angeknüpft.

Die Schülerinnen und Schüler sammeln alle Suchtmittel und Suchtverhalten, die sie kennen.

Erarbeitung 1

Mit einem Konsumprofil kann eine beispielhafte Bestandsaufnahme des Konsumverhaltens der jeweiligen Klasse erstellt werden.

Ziel ist es, die tatsächlichen Erfahrungen der Jugendlichen offen zu legen, ohne den Anspruch auf überprüfbare Genauigkeit zu haben. Die Schülerinnen und Schüler werden dazu angeregt, über ihr eigenes Konsumverhalten nachzudenken. Der Umgang mit Sucht- und Rauschmitteln innerhalb der eigenen Lebenswelt steht im Vordergrund, nicht Erlebnisse oder Statistiken aus zweiter Hand.

Gleichzeitig wird so die Gefahr eingegrenzt, Neugierde auf nicht zum Erfahrungshorizont der Jugendlichen gehörende Rauschmittel zu wecken.

Erarbeitung 2

Anschließend an das Konsumprofil werden nun im Klassengespräch die Kenntnisse und das Wissen der Schülerinnen und Schüler über die im Klassenprofil am häufigsten auftauchenden Suchtmittel überprüft und ergänzt. Zudem sollten Vorurteile zu bestimmten Aspekten der Suchtmittel abgebaut werden.

Abschluss

Die Schülerinnen und Schüler geben ein kurzes Feedback zur Stunde.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-2

Einführung

Die Lehrkraft sammelt gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern alle Suchtmittel, die sie kennen. Diese werden auf Metaplankarten festgehalten.

Erarbeitung 1: Konsumprofil der Klasse

Bevor das Profil erstellt wird, sollte die Lehrkraft deutlich machen, dass alles, was nun hier besprochen wird, auch im Raum bleibt und nicht weitergegeben wird.

Die aus der Einführung gesammelten Suchtmittel werden an eine Wandzeitung geheftet.

Hinweis: Das Thema Medien sollte für das Konsumprofil ausgeklammert werden, da es an dieser Stelle den Rahmen sprengen würde. Wenn speziell zu diesem Thema gearbeitet werden möchte, weisen wir auf die Doppelstunde zum Thema „Medien“ hin.

Die Schülerinnen und Schüler werden nun aufgefordert, über ihr eigenes Verhalten/ihren eigenen Konsum der angegebenen Dinge im letzten Monat/in den letzten zwei Wochen nachzudenken.

Alle erhalten nun Klebepunkte und markieren damit einzeln (eventuell auch anonym), wie oft sie welches Mittel/Verhalten im letzten Monat/in den letzten zwei Wochen konsumiert/ausgeübt haben. Vorschlag: gar nicht/1-3mal/4-6mal/6-9mal/ öfter als 9mal. Beispiel:

	gar nicht	1-3mal	4-6mal	7-9mal	öfter
Shisha-Rauchen					
Zigaretten					
Medikamente					
Alkohol					
Bier					
Wein					
Sekt					
Kurze					
Mischgetränke					
Süßigkeiten					
Glücksspiel					
Kaffee					
Cannabis/Joint					
Heroin					
Kokain					
...					

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-2

Es besteht auch die Möglichkeit, rote Klebepunkte für die Mädchen und grüne Klebepunkte für die Jungs zu verwenden, denn so können auch explizit mögliche Unterschiede/Gemeinsamkeiten zwischen Jungen und Mädchen besprochen werden.

Tipps

- Das Suchtmittel Alkohol kann untergliedert werden in Bier/ Wein/ Sekt/Cocktails/Kurze/Mischgetränke/ etc. und dann entsprechend bepunktet werden. So bekommt man einen viel besseren Überblick, welche Getränke genau getrunken werden.
- Wenn die Wasserpfeife (Shisha) nicht genannt wird, führen Sie als Lehrkraft/Schulsozialarbeiterin diese mit auf.

Auswertung des Profils

- Warum wurde möglicherweise nicht ganz ehrlich gepunktet? Wovor schützen wir uns damit?
- Was fällt euch auf?
- Gibt es so etwas wie eine Lieblingsdroge der Klasse? Warum?
- Welchen Stellenwert hat diese „Lieblingsdroge“ für euch?
- Was waren das für Situationen, in denen ihr das genutzt habt? Was für Gründe gibt es, es zu nutzen?
- Habt ihr eure Klasse so eingeschätzt?
- Gibt es ein Ergebnis das euch erstaunt, ihr vielleicht sogar erschreckend oder dramatisch findet? Hättet ihr das erwartet?
- Ist das vielleicht auch ganz normal so? Was heißt denn normal? Und ab wann wäre denn dann der Konsum eurer Meinung nach problematisch?
- Wie bewertet ihr es, wenn jemand hier (beim Alkohol oder bei Zigaretten oder...) gar nicht gepunktet hat?
- Würdet ihr gerne etwas verändern? Wie könnte das gehen?
- Was meint ihr, wie sieht eurer Konsum in 2 Jahren aus?

Bei geschlechtergetrennter Befragung zusätzlich:

- Was gibt es für Unterschiede bei Mädchen und Jungen?
- Warum ist das wohl so?

Erarbeitung 2: Informationen zu Tabak, Alkohol und Cannabis

Tabak, Alkohol und Cannabis (also die im Klassenprofil wahrscheinlich am häufigsten genannten Mittel) sollen nun genauer betrachtet werden.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-2

Im Klassengespräch werden die Kenntnisse und das Wissen der Schülerinnen und Schüler durch die Lehrkraft ergänzt bzw. korrigiert (siehe dazu Kapitel „Kurzinformationen zu den Suchtmitteln“).

Es können dazu Infobroschüren verteilt und gemeinsam besprochen oder die Seiten www.drugcom.de und www.null-alkohol-vollpower.de besucht und gemeinsam recherchiert werden.

Falls Sie sich für allgemeine Prävention interessieren, finden Sie aktuelle repräsentative Studien unter www.bzga.de.

Hinweis: Die Erarbeitung der Informationen wird bewusst offen gestaltet, so dass jede Lehrkraft selbstständig überlegen kann, wie die Informationen vermittelt werden sollen.

Abschluss: Motorinspektion

In die Mitte des Raumes wird ein Gegenstand gelegt, der das Thema der heutigen Stunde symbolisieren soll.

Jede Schülerinnen und jeder Schüler sucht sich im Raum einen Platz, der ausdrücken soll, wie gut ihr/ihm diese Doppelstunde gefallen hat. Je näher ich am Gegenstand stehe, desto besser hat mir die Stunde gefallen, je weiter weg ich stehe, desto weniger gut war die Stunde für mich.

Je nach Zeit kann man entweder das sich Aufstellen als Rückmeldung stehen lassen, oder jede/jeder sagt noch mit einem Satz, wie es ihr/ihm jetzt geht.

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 3

Baustein 3: Gefühle

- Ziele**
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler sind für das Thema sensibilisiert worden.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene Gefühle benennen und einordnen.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler können eigene Gefühlssituationen einschätzen.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene Gefühle durch Körperhaltung, Gestik, Mimik etc. erkennen.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben gelernt, sich in die Gefühlswelt anderer einzufühlen.

- Material/ Vorbereitung**
- ▶ Metaplankarten
 - ▶ Eddings
 - ▶ A19 in ausreichender Anzahl kopieren
 - ▶ Wandzeitungen mit je einem Gefühl (z. B. Freude, Ärger, Trauer, Angst, Wut, Liebe, Ablehnung, Enttäuschung, Sorge) vorbereiten – es können auch Bilder von Personen, die ein Gefühl darstellen, genutzt werden
 - ▶ evtl. Wortkarten mit Gefühlsausdrücken (A20) bereithalten

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	Gefühle benennen	Gruppen Klassengespräch	Gruppenarbeit Meta-plankarten;	10 Min. 15 Min.
	Erarbeitung 1	Eigene Gefühlssituationen einschätzen	Einzelarbeit	A19	20 Min.
	Erarbeitung 2	Gefühle anhand von Sprache, Körperhaltung, Mimik und Gestik erkennen	Stationenlauf Klassengespräch	Wandzeitungen; Eddings; evt. Meta-plankarten	20 Min. 20 Min.
	Abschluss	Gefühle darstellen	Klasse	Standbild; evtl. A20	5 Min.

*A=Arbeitsblatt

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 - BAUSTEIN 3

Einführung: Gefühle benennen

Jungs und Mädchen fällt es oft schwer, unterschiedliche Gefühle klar zu benennen. Mit dieser Übung sollen sie in Kleingruppen möglichst viele Wörter/Begriffe finden und notieren, die unterschiedliche Gefühle beschreiben.

Erarbeitung 1: eigene Gefühlssituationen einschätzen

Gefühle zu benennen ist schwer, aber eigene Gefühlssituationen einschätzen und benennen zu können, ist oft noch wesentlich schwieriger. Diese Übung bietet den Schülern und Schülerinnen die Möglichkeit, eigenen Gefühlen auf die Spur zu kommen.

Erarbeitung 2: Gefühle erkennen

In dieser Übung sollen die Schüler und Schülerinnen an so genannten „Gefühlsstationen“ überlegen, woran man Gefühle bei sich selbst und bei anderen erkennen kann. Mit dieser Übung sollte deutlich werden, dass Gefühle sich ganz unterschiedlich in Körperhaltung, Sprache, Gestik und Mimik ausdrücken, zwei Gefühle sich manchmal durchaus aber auch ganz ähnlich zeigen können. Es ist gut zu wissen, wie sich Gefühle bei einem selber, aber auch bei meinem Gegenüber ausdrücken. Nur dann hat man die Möglichkeit zu reagieren. Bei sich selber muss man gut horchen, was genau denn nun eigentlich los ist. Beim Gegenüber sollte man nachfragen, wenn man sicher sein will, ob das vermutete Gefühl auch das richtige ist.

Abschluss: Gefühlsstandbild

Mit dieser Übung wird das vorher Erarbeitete spielerisch in Form eines Gefühlsstandbildes abgeschlossen.

Bei mehr Zeit für den Abschluss Gefühlspantomime mit A20.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-3

Einführung: Gefühle benennen

Die Schüler und Schülerinnen werden in mehrere Gruppen aufgeteilt und bekommen die Aufgabe, Wörter zu sammeln, die Gefühle beschreiben bzw. sie sollen Wörter sammeln zu der Frage: „Wie kann ich mich fühlen?“ Bearbeitungszeit: 10 Minuten.

Nach der Gruppenarbeit werden die Ergebnisse der Gruppen im Plenum vorgestellt. Gerne kann die Lehrkraft die Gefühle auch nach Gefühlsrichtungen (z. B. gute Gefühle – schlechte Gefühle) oder Gefühlskategorien sortieren lassen (Freude, Ärger, Wut, Liebe, Angst etc.). So wird deutlich, wie unterschiedlich wir fühlen und das ein bestimmtes Gefühl durchaus unterschiedlich benannt werden kann. Impulsfragen können hier sein:

- „Warum fällt es oft so schwer, über Gefühle zu sprechen?“
- „Warum ist es oftmals schwer, ein Gefühl eindeutig zu benennen?“
- „Gibt es Unterschiede bei Jungs und bei Mädchen?“

Erarbeitung 1: Eigene Gefühlssituationen einschätzen

Das Arbeitsblatt A19 wird an alle Schüler und Schülerinnen ausgeteilt und in Stille ausgefüllt.

Die Ergebnisse können die Schüler und Schülerinnen kurz mit ihrem Nachbarn austauschen und eine Rückmeldung an die Lehrkraft geben, ob beim Austausch etwas aufgefallen ist, z. B. Ähnlichkeiten oder Unterschiede der jeweiligen Gefühlssituationen. Hierbei sollte deutlich werden, dass es vollkommen okay ist, unterschiedlich auf Gefühlssituationen zu reagieren, denn jeder fühlt anders und das gilt es zu respektieren.

Erarbeitung 2: Gefühle erkennen

Es werden Wandzeitungen mit verschiedenen Gefühlen (z. B. Freude, Ärger, Trauer, Angst, Wut, Liebe, Ablehnung, Enttäuschung, Sorge, Hass, Ekel, Unsicherheit, Langeweile, Stolz, Hilflosigkeit, Zufriedenheit) vorbereitet. Eine Wandzeitung erhält ein Gefühl. Gerne können auch Bilder von Personen, die ein Gefühl darstellen, genutzt werden.

Je nach Klasse können unterschiedliche Gefühle bearbeitet werden. Bei leistungsschwachen Klassen gibt die Lehrkraft „einfache“ Gefühle (Freude, Ärger, Wut, Trauer) vor, bei leistungsstarken kann auch mit einem breiteren Gefühlsspektrum gearbeitet werden.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-3

Diese Wandzeitungen werden als „Gefühlsstationen“ im Klassenraum verteilt. Jede Wandzeitung sollte unterteilt werden in ICH/BEI MIR und ANDERE/BEI ANDEREN.

Zunächst sollte mit der Klasse geklärt werden, woran man bei sich und anderen Gefühle erkennen kann.

- Ausdrucksverhalten wie Körperhaltung, Gestik und Mimik
- Sprache/Geräusche
- Verhalten

Diese Punkte werden gut sichtbar für alle an der Tafel festgehalten oder auf den Wandzeitungen als unterschiedliche Bereiche zur Bearbeitung aufgeführt.

Die Schülerinnen und Schüler bekommen die Aufgabe zu überlegen, woran man das jeweilige Gefühl bei sich selbst und bei anderen erkennen kann und halten es auf der Wandzeitung fest.

Bei der Wandzeitung Freude könnte folgendes stehen:

- entspannte Körperhaltung
- Lachen
- Mundwinkel sind hochgezogen
- strahlender Blick
- fröhliche Stimme
-

Die Schülerinnen und Schüler haben insgesamt 20 Minuten Zeit, sich zu den einzelnen Gefühlstationen Gedanken zu machen und ihre Ideen auf der Wandzeitung festzuhalten.

Diese Übung kann allein bearbeitet werden, sie können sich auch mit anderen Mitschülern austauschen.

Bei dieser Übung sollte geschaut werden, ob die Klasse klare Vorgaben benötigt, dann kann die Lehrkraft die Stationen an Gruppen verteilen und bearbeiten lassen.

Anschließend werden die Wandzeitungen in der Klasse aufgehängt und von der Lehrkraft kurz zusammengefasst und ggf. von der Klasse ergänzt. Anschließend werden die Ergebnisse besprochen und ggf. diskutiert.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-3

Impulsfragen:

- „Ist es einfach, Gefühle klar zu erkennen? Wenn nein, was macht es so schwierig?“
- „Gibt es einen Unterschied, ob es um mich selbst geht oder um andere?“
- „Können Gefühle auch zu Missverständnissen untereinander führen, wenn man sie nicht klar deuten kann?“
- „Warum ist es gut zu wissen, wie sich Gefühle bei einem selber aber auch bei meinem Gegenüber ausdrücken? Gibt es Situationen, in denen es besonders wichtig ist, die Gefühle genau zu erfassen?“
- „Was hat das mit Sucht zu tun?“

Es sollte deutlich werden, dass Gefühle sich ganz unterschiedlich in Körperhaltung, Sprache, Gestik, Mimik und Verhalten ausdrücken, zwei Gefühle sich manchmal durchaus aber auch ganz ähnlich zeigen können. Es ist gut zu wissen, wie sich Gefühle bei einem selber, aber auch bei meinem Gegenüber ausdrücken. Nur dann hat man die Möglichkeit zu reagieren. Bei sich selber muss man gut horchen, was genau denn nun eigentlich los ist. Beim Gegenüber sollte man nachfragen, wenn man sicher sein will, ob das vermutete Gefühl auch das richtige ist.

Abschluss

Die Klasse bewegt sich durch den Raum. Die Lehrkraft ruft „Stopp“ und die Schüler und Schülerinnen sollen dann spontan als Standbild darstellen, wie sie sich gerade fühlen. Wenn jemand noch etwas sagen möchte, kann er oder sie das noch tun, ansonsten wird damit die Einheit beendet.

Wenn mehr Zeit für den Abschluss zur Verfügung steht, kann die Gefühlspantomime durchgeführt werden:

Die Klasse sitzt im Stuhlkreis. Eine Schülerin oder ein Schüler darf aus den Wortkarten (A20) eine ziehen und hat nun die Aufgabe, dieses Gefühl den Mitschülern pantomimisch dazustellen. Die anderen raten, um welches Gefühl es sich handelt. Derjenige/diejenige, der/die das Gefühl als erstes erraten hat, darf eine neue Wortkarte ziehen und mimt nun das Gefühl. Wiederholungen erwünscht.

Arbeitsblatt A19 (7/8-3): Gefühlen auf die Spur kommen

Gefühlen auf die Spur kommen

Bei fast allem, was wir tun, sind auch Gefühle dabei.
Bei manchen Gefühlen ist uns behaglich zumute, bei anderen wird uns mulmig. Vervollständige die folgenden Sätze, um deinen Gefühlen auf die Spur zu kommen.



Am meisten ärgert es mich, wenn _____

Traurig bin ich, wenn _____

Ich freue mich riesig, wenn _____

Als _____ war ich völlig überrascht.

Angst spüre ich, wenn _____

Fröhlich bin ich, wenn _____

Ich werde wütend, wenn _____

Ich bin stolz darauf, dass _____

Ich bin neidisch, wenn _____

Ich fühle mich unsicher, wenn _____

Ich fühle mich mutig, wenn _____

Schüchtern werde ich, wenn _____

Ich bin aufgeregt, wenn _____

Ich fühle mich hilflos, wenn _____

Ich bin enttäuscht, wenn _____

Ich bin begeistert, wenn _____

Ich hasse es, wenn _____

Arbeitsblatt A20 (7/8-3): Wortkarten mit Gefühlsausdrücken

glücklich**traurig****wütend****ängstlich****enttäuscht****frustriert****gekränkt****gelangweilt****verliebt****zufrieden****besorgt****hilflos****stolz****unsicher**

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 4

Baustein 4: Dazugehören und Standfestigkeit

- Ziele**
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben Strategien zur Integration in eine Clique kennen gelernt
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben Cliquenverhalten wahrgenommen und gelernt, sich dagegen zu behaupten
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben verstanden, warum Suchtmittel eine Wirkung haben
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben die Konsequenzen des eigenen Verhaltens bewusst ausgehalten
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben ihre eigene Entscheidungsfähigkeit gestärkt und (spielerisch) Position bezogen

- Material/ Vorbereitung**
- ▶ gegebenenfalls Rollenspielvorschläge (A21) bereithalten

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	„Außenseiter“ versucht, zu einer Gruppe Zugang zu finden	Stuhlkreis	Interaktionsübung „Einbrechen“	15 Min.
Erarbeitung 1	Rollenspiel	Gruppenarbeit	Evtl. A21	20 Min.
		Offener Stuhlkreis „Bühne“		40 Min.
abschluss	Sich zu einer Aussage positionieren unabhängig der Meinung anderer	Aktion im Raum	Übung „Entweder-Oder“	15 Min.

*A=Arbeitsblatt

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 4

Einführung: Interaktionsübung Einbrechen

Durch die Interaktionsübung „Einbrechen“ wird die Situation, dass sich eine Person einer Gruppe nicht zugehörig fühlt, aber gerne dazugehören möchte, in eine sinnlich erfahrbare Handlung umgesetzt.

Erarbeitung 1: Rollenspiele zur Thematik Standfestigkeit

Mit dieser Übung werden die Schülerinnen und Schüler dazu aufgefordert, sich in eine Situation zu versetzen, die von ihnen Standfestigkeit gegenüber einer Gruppe verlangt. Mittels Rollenspiele bringen sich die Jugendlichen aktiv ein, hierbei stehen Erfahrungen innerhalb der eigenen Lebenswelt im Vordergrund. Gerade Situationen, die ihrer Lebenswelt entsprechen, bieten viel Potenzial für Diskussionen und Austausch.

Abschluss: Entweder-Oder

Bei dieser Abschlussübung entscheiden sich die Schülerinnen und Schüler für eine bestimmte Position zu einer Fragestellung. In diesem Spiel wird viel Energie freigesetzt, da die Schülerinnen und Schüler den anderen ihre Entscheidung für die jeweilige Position erklären möchten. Durch die Variation kommt es bei der Entscheidung für eine Position zur Kontaktaufnahme der Schülerinnen und Schüler untereinander. Die einzelnen Positionen sprengen immer wieder die herkömmlichen Cliquenstrukturen. Es ist erlaubt und erwünscht, unabhängig von der Gruppenerwartung, eigene Wege zu gehen – eine wichtige suchtpräventive Fähigkeit kann eingeübt werden.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-4

Einführung: Interaktionsübung „Einbrechen“

Die Klasse bildet einen dichten Kreis. Die Schülerinnen und Schüler haken sich unter und schauen nach innen. Eine freiwillige Person steht außerhalb des Kreises. Die Klasse darf während des Spiels nicht sprechen.

Hinweis: Bei der Auswahl von Freiwilligen muss darauf geachtet werden, dass keine Personen, deren Situation in der Klasse sowie so schon schwierig ist, die Außenseiterposition übernehmen. Durch das Spiel könnte ihre Position noch verschlechtert werden.

Die Aufgabe des „Außenseiters“ liegt darin, durch irgendeine Strategie in den Kreis zu gelangen und sich zwischen zwei Teilnehmer zu stellen, so dass er ein Teil des Kreises wird.

Körperlicher Einsatz ist eine von verschiedenen möglichen Strategien, um in eine Gruppe hineinzukommen. Auf die Einhaltung von Regeln und Grenzen (z.B. keine Gewalttätigkeit) ist dabei zu achten.

Spezielle Auswertungsfragen für diese Übung können sein:

- War der/die ausgeschlossene Teilnehmer/-in passiv, oder kämpfte er/sie aktiv um den Platz in der Gruppe?
- Welche Strategie wurde gewählt (z.B. körperlicher Einsatz, Schmeicheln, Überreden, Überzeugen)?
- Wie erlebte der/die Außenseiter/-in seine/ihre Bemühungen, in die Gruppe zu kommen?
- Wie verlief der Prozess der Integration (Spielte Mitleid eine Rolle? Drängte sich der/die Außenseiter/-in hinein)?

Erarbeitung 1: Rollenspiele zur Thematik Standfestigkeit

Die Klasse wird in vier Gruppen eingeteilt. Je zwei Gruppen überlegen sich eine Situation, in der eine Person von den anderen überredet bzw. überzeugt werden soll, mit zu rauchen bzw. Alkohol mit zu trinken.

Die Gruppen überlegen sich dazu ein kleines Rollenspiel, welches sie dann den anderen Gruppen vorstellen. Dabei soll darauf geachtet werden, dass die Situationen und die Möglichkeiten, Nein zu sagen und bei seiner Meinung zu bleiben, möglichst realistisch sein sollen. Gegebenenfalls wird der Arbeitsblatt A21 verteilt, um den Schülerinnen und Schülern Argumentationshilfen zu liefern.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-4

Die Besprechung erfolgt in Anschluss an das jeweilige Rollenspiel. Dabei sollten zunächst immer die Akteure befragt werden, wie sie sich in ihrer jeweiligen Rolle gefühlt haben, und dann erst danach, was den Zuschauer/-innen aufgefallen ist.

Wichtig: Es sollte hier vor allem diskutiert werden, warum es oft so schwer ist, standfest zu bleiben. Stichwort Gruppendruck – und welche Möglichkeiten es gibt, damit umzugehen.

Abschluss

Der Raum wird durch eine Mittellinie in zwei Hälften geteilt.

Lehrkraft: „Wenn ich jetzt zwei Begriffe nenne, dann entscheidet euch bitte ohne großes Nachdenken für einen Begriff, und stellt euch in die jeweils angezeigte Hälfte. Jeder für sich, ohne sich mit anderen abzusprechen.“

Strand oder Berge
Weiße oder dunkle Schokolade
Geben oder Nehmen
Sommer oder Winter
schnell oder langsam
Cola oder Fanta
Pizza oder Pasta
Bunt oder einfarbig
Weihnachten oder Geburtstag
Geld oder Liebe
Eis oder Pudding
Hund oder Katze
Horror- oder Aktionfilm

Es dürfen natürlich auch eigene Gegensätze eingebracht werden.

Wenn genügend Zeit für die Übung vorhanden ist, können sich die Gruppenmitglieder über ihre Entscheidung austauschen.

Arbeitsblatt A21 (7/8-4): Argumentationshilfen Rollenspiele

Überreden:

- Es rauchen/trinken doch alle.
- Einmal ist keinmal.
- Sei doch kein Feigling.
- Das ist doch total cool.
- Das ist voll lustig.
- Das entspannt total.

Standhalten:

- Einfach nein sagen.
- Nach dem Warum fragen.
- Zeit nehmen, für gute eigene Argumente (ungesund, schlechter Geruch, verboten ...).
- Gegenvorschläge machen.
- Weggehen.

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 5

Baustein 5: Stress

Ziele

- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben sich Stress-Situationen bewusst gemacht
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben erkannt, dass erst durch die persönliche Wertung eine Situation als Stress erlebt wird oder nicht.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben Anzeichen von Stress erkannt und benannt.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben ihren eigenen Umgang mit Stress kritisch durchleuchtet.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben mögliche Bewältigungsstrategien kennengelernt und ausprobiert.

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ Situationskarten (A22) und Spielunterlagen für die Stressbewertung (A23) im Klassensatz erstellen
- ▶ Wandzeitung mit Überschriften analog Spielunterlage (A23) für die Zuordnung versehen
- ▶ Metaplankarten für die Sammlung der Anzeichen bereithalten
- ▶ Wandzeitung mit den vier Kategorien (s.u.) vorbereiten
- ▶ Text für Fantasiereise lesen und bereithalten (A24)

Unterrichts- skizze

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	Brainstorming: Was ist Stress? Wann habe ich Stress?	Stuhlkreis	Vortrag Gespräch	5 Min.
Erarbeitung 1	Bewertung von Stresssituationen	Gruppenarbeit Klassengespräch	A22, A23 Wandzeitung	25 Min.
Erarbeitung 2	Warnsignale von Stress erkennen	Einzelarbeit Klassengespräch	Metaplankarten Wandzeitung	25 Min.
Erarbeitung 3	Möglichkeiten, mit Stress umzugehen	Klassengespräch	Tafel/Wandzeitung	25 Min.
Abschluss	Entspannungsübung	Stuhlkreis	Text Fantasiereise A24	10 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 5

Einführung

Mit einem Brainstorming zu der Fragestellung „Was ist Stress“ werden die Schülerinnen und Schüler thematisch eingestimmt und erarbeiten eine Definition von Stress.

Erarbeitung 1: Stresssituationen bewerten

Diese Übung fordert die Schülerinnen und Schüler dazu auf, Situationen nach eigenem Ermessen als stressig oder stressfrei einzuordnen, sich also mit seinem eigenen Stressverhalten auseinanderzusetzen und anschließend mit anderen auszutauschen.

Mit dieser Übung sollte deutlich werden, dass jeder Stress kennt, aber Stresssituationen von Person zu Person unterschiedlich eingeschätzt und bewertet werden und das auch vollkommen in Ordnung ist.

Erarbeitung 2: Warnsignale von Stress erkennen

In dieser Übung sollen die Schülerinnen und Schüler überlegen, wie oder woran sie erkennen, dass sie in Stress geraten. Es ist gut zu wissen, welche Warnsignale für Stress es gibt, gerade auch mit Blick auf die eigene Person, denn nur dann hat man auch die Möglichkeit zu reagieren.

Erarbeitung 3: Möglichkeiten mit Stress umzugehen

Diese Übung schließt an die vorangegangene an und thematisiert die Fragestellung, wie reagiert werden kann, wenn Stress entsteht. Viele Mädchen und Jungen haben für sich durchaus gute Alternativen, die hier benannt und anderen als Anregung dienen können. Aber oftmals fehlen auch gute Alternativen zum Umgang mit Stress, so dass die Jugendlichen durch diese Übung viele Möglichkeiten kennenlernen.

Abschluss: Entspannungsübung

Als Abschluss probieren die Schülerinnen und Schüler eine Möglichkeit, mit Stress umzugehen, aus.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8 – 5

Einführung

Die Lehrkraft erörtert im gemeinsamen Gespräch mit den Schülerinnen und Schülern die Frage „Was ist Stress“.

Erarbeitung 1: Stresssituationen bewerten

Jede Schülerin und jeder Schüler erhält die Spielunterlage (A23) sowie einige der Situationskarten (A22) und sortiert für sich die Karten nach folgenden Kriterien auf der Spielunterlage:

- Macht mir Stress
- Macht mir wenig Stress
- Macht mir keinen Stress

Anschließend kommen die Schülerinnen und Schüler in Vierergruppen zusammen und tauschen sich über ihre Stressbewertung aus. Auf einer vorbereiteten Wandzeitung werden die Karten dann nach denselben Kriterien zugeordnet und aufgeklebt. In einem kurzen Klassengespräch sollte deutlich werden, dass Situationen, die Stress auslösen, sehr unterschiedlich sein können und verschieden bewertet werden.

Erarbeitung 2: Warnsignale von Stress erkennen

Jede Schülerin und jeder Schüler notiert für sich, woran sie/er erkennt, dass sie/er in Stress gerät (pro Karte ein Anzeichen). Anschließend werden alle Erkennungszeichen gesammelt und an der Wandzeitung folgenden vier Kategorien zugeordnet: Gedanken, Gefühle, Körper, Taten.

Reflexionsgespräch zu der Frage: Warum ist es gut zu wissen, wie sich Stress bei einer Person äußert?

Erarbeitung 3: Sammlung von Möglichkeiten, mit Stress umzugehen

Die Schülerinnen und Schüler erzählen von ihren Möglichkeiten, mit Stress umzugehen.

Sammlung an der Tafel (oder Wandzeitung).

Hier sollte zwischen gefährlichen (z.B. Tabak, Süßigkeiten) und ungefährlichen (z.B. Sport, Gespräch) Stresskillern unterschieden werden und durchaus auch thematisiert werden, warum bestimmte Alternativen gefährlich sind.

Abschluss: Entspannungsübung (Fantasiereise)

Die Lehrkraft liest den Text der Fantasiereise (A24) vor.

Arbeitsblatt A22 (7/8-5): Situationskarten

Du streitest dich mit deinem Freund/ deiner Freundin.	Du musst vor der Klasse ein Referat halten.	Du hast eine 5 in der Mathearbeit geschrieben.
Du hast die Englischhausaufgabe vergessen.	Du wirst zur Schulleitung bestellt.	Dein Partner/deine Partnerin verlässt dich.
Du bist in der Klassenarbeit beim Mogeln erwischt worden.	Du bist zu spät zum Unterricht gekommen.	Du ziehst in eine andere Stadt/Ort.
Du stehst ohne Geld an der Supermarktkasse.	Du rauchst heimlich.	Deine Clique verhält sich dir gegenüber abwesend.
Dein Taschengeld reicht nicht aus.	Du kannst das geliehene Geld nicht zurückzahlen.	Im Kino klingelt dein Handy.
Du hast verschlafen.	Du hast den Elfmeter daneben gesetzt.	Du kommst betrunken nach Hause.
Weihnachtsgeschenke kaufen	Du musst einen fremden Menschen um Auskunft bitten.	Deine Freunde lästern über deinen neuen Partner.
Deine Freunde lachen über dich.	Es fängt an zu regnen und du hast keinen Schirm.	Du hast den Hosenstall auf und wirst darauf angesprochen.
Deine Eltern sind sehr streng mit dir.	Du hast zu wenig Schlaf bekommen.	Du bist zu spät nach Hause gekommen.
Jemand beschmutzt deine neue Jacke.	Die Lehrerin/ der Lehrer lobt dich vor der Klasse.	Unangekündigter Besuch steht vor der Tür.

Stress

kein Stress

wenig Stress

Arbeitsblatt A24 (7/8-5): Fantasiereise

Tropischer Regenwald

(Die Schülerinnen und Schüler legen oder setzen sich hin und schließen die Augen.)

Stell dir vor, es ist ein warmer Sommertag und Du machst mit einigen Menschen, mit denen du gerne zusammen bist, eine Reise durch die Urwaldlandschaft, weit weg in einem fernen Land. Ihr treibt mit einem großen Floß auf einem breiten Fluss. Das Floß wird von Einheimischen sicher gelenkt. Das Wasser schimmert grünlich und ist klar. Der Grund ist über und über mit Wasserpflanzen bedeckt. Rechts und links am Ufer stehen riesige Bäume. Sie haben meterlange Äste, die sich immer mehr verzweigen, und einige Wurzeln ragen mächtig aus dem Boden. Blickst du nach oben, hast du den Eindruck, dass die Baumkronen dieser Bäume über dem Fluss wie ein Pflanzenhimmel zusammengewachsen sind. Die Stämme sind teilweise mit Moos bewachsen. Von den Ästen hängen lange Lianen und andere Baumgewächse herab, die sich sanft im leichten Wind hin- und her bewegen... Am Boden des Urwalds wachsen zwischen den Bäumen hohe Farne und Sträucher, die alle höher sind als Du. An manchen Bäumen und Pflanzen hängen große Orchideen, die in allen Farben blühen. Ihr Duft dringt auf das Floß. Die Luft ist feuchtwarm, und der sanfte Wind wirkt angenehm kühlend. Das Floß treibt gemütlich weiter den Strom hinab und auf einen großen See zu... Auf dem See angelangt siehst du links einen Wasserfall von hohen Felsen hinabstürzen. Du hörst sein Brausen und Tosen und spürst den warmen Sprühregen, den der Wind herüberweht. Am Ufer sonnen sich friedlich einige Krokodile. Sie machen faul ein Auge auf und schielen träge zum Floß herüber, sind neugierig, was sich da auf dem Wasser bewegt. Dann schließen sie wieder ihre Augen und schlafen weiter. In der Ferne kreischen einige Papageien, ansonsten ist nur das Plätschern des Wassers um Dich herum zu hören. Du suchst dir nun auf dem Floß ein gemütliches Plätzchen zum Hinlegen und Dösen. Du schließt die Augen, spürst die Wärme der Sonne, und dein ganzer Körper ist angenehm warm. Um Dich herum ist Ruhe, die auch in dich einkehrt...Mit jedem Atemzug wirst du ruhiger und ruhiger... und Dein Körper träger und schwerer... Das sanfte Schaukeln des Floßes auf dem See und das leise Plätschern des Wassers wirken einschläfernd. Du genießt die Ruhe und döst eine Weile.

(Nach zwei bis drei Minuten kommt nun jede/r in Ihrer/seiner Geschwindigkeit wieder aus der Entspannung zurück. Das kann langsamer oder schneller sein, so wie es angenehm ist. Und wer dann wach ist, öffnet die Augen, atmet tief durch und dehnt und streckt sich kräftig.)

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 6

Baustein 6: Klassenklima

Ziele

- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben das Klima in der Klasse wahrgenommen.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben beurteilt, was daran positiv und was daran negativ ist.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben Vorschläge zur Verbesserung des Klassenklimas gesammelt.

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ Skala für das Stimmungsbarometer von 1 bis 10 auf den Fußboden legen oder kleben
- ▶ Arbeitsblatt A25 als Klassensatz kopieren
- ▶ Zwei Wandzeitungen (positiv/negativ) vorbereiten
- ▶ Wandzeitung für die Sammlung der Verbesserungsvorschläge vorbereiten

	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Unterrichts- skizze	Einführung	Die Klasse positioniert sich zu der Frage, wie wohl sie sich in der Klasse fühlen	Stuhlkreis Zuordnung zur Skala im Raum	Übung Stimmungs- barometer Gespräch	20 Min.
	Erarbeitung 1	Bearbeitung des Arbeitsbogens	Einzelarbeit Klassengespräch	A25 Wandzeitung	10 + 20 Min.
	Erarbeitung 2	Vorschläge zur Verbesserung des Klassenklimas sammeln und diskutieren, einen Vorschlag auswählen	Klassengespräch	Wandzeitung	20 Min.
	Abchluss	Übung zur Kooperation, Anpassung und das Einlassen auf andere	Getümmel	Übung „Klassenknäuel“	20 Min.

*A=Arbeitsblatt

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 6

Einführung

Wohlbefinden kann sich im Klassenverband nur dort entwickeln, wo ein Klima herrscht, das von Vertrauen, gegenseitiger Akzeptanz und Unterstützung geprägt ist. Und nur, wenn sich jeder/jede wohlfühlt, kann produktiv gearbeitet werden. Um herauszufinden, wie sich jede/-r einzelne in der Klasse fühlt, wird die Übung „Stimmungsbarometer“ durchgeführt.

Erarbeitung 1: Aussagen über Klassenklima tätigen und bewerten

Diese Übung schließt sich der vorangegangenen an. Das Klima in der Klasse wird nun gezielt durch einen Fragebogen von jeder Schülerin und jedem Schüler reflektiert und bewertet. So soll ein möglichst differenziertes Bild des Klassenverbandes entstehen.

Erarbeitung 2: Vorschläge zur Verbesserung des Klassenklimas sammeln

Diese Übung fordert die Schülerinnen und Schüler dazu auf, Vorschläge zur Verbesserung des Klassenklimas zu diskutieren und einen Vorschlag zur Verbesserung auszuwählen, der von der gesamten Klasse umgesetzt werden soll.

Abschluss

Die Übung bietet die Möglichkeit, Kooperation und Anpassung und das Einlassen auf die anderen in der Klasse zu erproben.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-6

Einführung: Stimmungsbarometer

Der Klassenraum wird so hergerichtet, dass genügend Platz entsteht, um allen Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit zu geben, sich ihren Standort auf einer Skala von 1 – 10 zu suchen.

1 = „Ich fühle mich in der Klasse gar nicht wohl.“

10 = „Ich fühle mich in der Klasse sehr wohl.“

Nachdem die Aufgabe erklärt worden ist, sollte die Entscheidung der Schülerinnen und Schüler für ihre Beurteilung relativ schnell fallen. Nach der Zuordnung dürfen sich alle im Raum umschaun, wer wo steht bzw. wo jemand selbst im Verhältnis zu anderen steht. Kurze Statements zur eigenen Position können gegeben werden, ohne dass sie von den anderen kommentiert werden.

Hinweis: Wenn Sie das Ergebnis schriftlich festhalten und die Übung gelegentlich wiederholen, können so Stimmungsveränderungen insgesamt oder bei einzelnen Schülerinnen und Schülern festgestellt werden.

Erarbeitung 1: Aussagen über Klassenklima tätigen und bewerten

Jede Schülerin und jeder Schüler erhält das Arbeitsblatt A25.

Die Schülerinnen und Schüler kreuzen die Aussagen an, von denen sie meinen, dass sie auf die Klasse zutreffen. Eigene Aussagen können hinzugefügt werden.

Im Anschluss werden die Ergebnisse abgefragt, zusammengefasst und bewertet. Auf einer Wandzeitung werden Aussagen gesammelt, die überwiegend positiv bewertet werden, auf einer anderen diejenigen, die von dem meisten Schülerinnen und Schülern negativ gesehen werden.

Erarbeitung 2: Vorschläge zur Verbesserung des Klassenklimas sammeln

Die Klasse diskutiert auf Grundlage der vorher erarbeiteten Aussagen Vorschläge zur Verbesserung des Klassenklimas, die Lehrkraft sammelt diese auf einer Wandzeitung. Zum Schluss wird ein Vorschlag ausgewählt, der in den folgenden Wochen von der gesamten Klasse umgesetzt werden soll.

Der Vorschlag wird schriftlich festgehalten und in der Klasse aufgehängt.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-6

Abschluss: Interaktionsübung „Klassenknäuel“

Die Schülerinnen und Schüler drängen sich zu einem engen Haufen zusammen. Sie schließen die Augen, strecken ihre rechte Hand vor und fassen eine andere Hand.

Danach wird das Ganze mit der linken Hand wiederholt. Die erfassten Hände bleiben festgehalten. Jetzt werden die Augen geöffnet. Nun versuchen die Schülerinnen und Schüler, das verhedderte Knäuel wieder aufzulösen, so dass ein Kreis oder mehrere Kreise entstehen. Dazu muss über Arme gestiegen und unter ihnen hindurch gekrochen werden. Das sollte mit Ruhe und Überlegung geschehen.

Arbeitsblatt A25 (7/8-6): Fragebogen

Kreuze bitte von den folgenden Aussagen die an, die Deiner Meinung nach besonders auf Deine Klasse zutreffen. Du kannst auch eigene Aussagen hinzufügen.

- Ich kann mit vielen meiner Klassenkameraden/-innen auch nach der Schule etwas anfangen.
- In unserer Klasse streiten wir uns häufig.
- Wir verbünden uns häufig gegen einen oder mehrere Mitschüler/-innen.
- In unserer Klasse halten alle zusammen.
- Fast alle hören zu, wenn ein/-e Mitschüler/-in etwas sagt oder einen Vorschlag macht.
- Wir lachen oft, wenn jemand eine falsche Antwort gibt.
- Manchmal können wir etwas gemeinsam planen und führen es dann auch durch.
- Für einige Mitschüler/-innen ist es in unserer Klasse ungemütlich, sie fühlen sich hier nicht wohl.
- In unserer Klasse gibt es Mitschüler/-innen, die normalerweise von gemeinsamen Dingen ausgeschlossen werden.
- Die meisten Schüler/-innen in unserer Klasse versuchen, mit den anderen gut auszukommen.
- In unsere Klasse gibt es Cliques, die sich gegenseitig nicht mögen.
- In unserer Klasse gibt es Mitschüler/-innen, die alles bestimmen wollen und sich selbst nichts sagen lassen.

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 7

Baustein 7: Medien

Ziele

- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben sich mit persönlichen Erfahrungen und Überzeugungen zur Mediennutzung positioniert.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben Gründe für den Mediengebrauch reflektiert.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler können die kurzfristig erhofften Wirkungen und die langfristig negativen Auswirkungen /Gefahren vom Medienkonsum benennen.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben Regeln für einen maßvollen Umgang mit den Medien reflektiert/erarbeitet.

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ Statements (A26) ausschneiden und laminieren
- ▶ 3 Karten mit den Überschriften Gründe, (erwünschte) Wirkung und (unerwünschte) Folgen vorbereiten
- ▶ Metaplankarten in weißer, grüner und roter Farbe und Stifte für die Sammlung von Gründen, Wirkungen und Folgen bereithalten
- ▶ ggf. Stellwand
- ▶ Arbeitsblatt „Die 10 goldenen Regeln“ (A27) als Klassensatz kopieren
- ▶ alternativ Metaplankarten bereithalten
- ▶ Wandzeitung bereithalten

Unterrichts- skizze

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	Selbsteinschätzung und Positionierung der eigenen Mediennutzung	Stuhlkreis	A26	15 Min.
Erarbeitung 1	Erarbeitung von Gründen, Wirkungen und Folgen der Mediennutzung	Gruppe Klassengespräch	Metaplankarten, Eddings	30-45 Min.
Erarbeitung 2	Regeln zur Mediennutzung reflektieren/erarbeiten	Klassengespräch oder Gruppe	A27 oder Metaplankarten	10-30 Min.
Abschluss	Klassenverpflichtung	Klassengespräch	Wandzeitung; Regeln aus voriger Erarbeitung	10 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 7

Einführung: Statements zur Mediennutzung¹⁹

Diese Übung eignet sich gut, das Thema "jugendliche Mediennutzung" mit den unterschiedlichen Aspekten ganz allgemein anzusprechen. Die Schüler und Schülerinnen werden durch verschiedene Statements herausgefordert, sich mit persönlichen Erfahrungen und Überzeugungen zu positionieren.

Erarbeitung 1: Gründe, Wirkung, Folgen²⁰

In dieser Übung beschäftigt sich die Klasse in Kleingruppen mit Gründen, Wirkungen und Folgen der Mediennutzung und stellt sie anschließend der Klasse vor. Die Übung macht deutlich, dass es durchaus Situationen gibt, in denen die Mediennutzung in Ordnung ist. Nämlich dann, solange Medien nicht eingesetzt werden, um bestimmten Gefühlen oder Situationen auszuweichen. Denn dann kann eine riskante Entwicklung eingeleitet werden, die möglicherweise in einer Abhängigkeit endet.

Erarbeitung 3: Was mich schützt²¹

Diese Übung geht der Frage nach, was wir tun können, um uns vor den negativen Folgen der Mediennutzung zu schützen. Gemeinsam werden Regeln besprochen bzw. die Klasse erarbeitet eigene Regeln.

Abschluss: Klassenverpflichtung

Als Abschluss werden diese Regeln als eine Art Klassenverpflichtung von allen unterschrieben.

Möchten Sie das Thema Medien über diese Stunde hinaus bearbeiten, empfehlen wir „Mediennutzung von Jugendlichen: Chancen und Risiken. Ein Lernarrangement mit Unterrichtswerkstatt“. Nähere Informationen bei Ihrer örtlichen Fachstelle oder der Niedersächsischen Landesstelle für Suchtfragen (NLS).

¹⁹ return Fachstelle Mediensucht: Fit for Love? Praxisbuch zur Prävention von Internet-Pornographie-Konsum, Hannover 2013, S.48f

²⁰ Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Abteilung Prävention, Intervention und Beratung u.a.: Mediennutzung von Jugendlichen: Chancen und Risiken. Ein Lernarrangement mit Unterrichtswerkstatt, Hamburg; Kiel 2013, S.41f.

²¹ Mit freundlicher Genehmigung von Space-Limit, Medienkompetenzwerkstatt des Caritasverbandes Osnabrück.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-7

Einführung: Statements zur Mediennutzung

In die Mitte des Stuhlkreises werden die Karten mit den Statements (A26) ausgelegt. Die Schüler und Schülerinnen werden aufgefordert, sich davon eine Karte mit einem Statement auszuwählen; diese soll zu ihrer Mediennutzung passen, eine ihnen bekannte Erfahrung beschreiben oder auch eine Aussage beinhalten, die auf sie überhaupt nicht zutrifft bzw. die sie ablehnen.

Wenn alle eine Karte ausgewählt haben, liest jeder/jede seine/ihre Karte vor und begründet die Auswahl. Diese kann von den anderen bzw. der Lehrkraft kurz kommentiert werden. Eine tiefergehende Diskussion wird vermieden, um möglichst vielen die Möglichkeit zu geben, ihr Statement vorzulesen.

Erarbeitung 1: Gründe, Wirkung, Folgen

Die Lehrkraft erklärt, dass es in der folgenden Übung um Gründe, Wirkungen und Folgen des Umgangs mit dem PC und dem Internet geht. Die Klasse wird in drei Gruppen eingeteilt.

Eine Gruppe erhält weiße Karten mit folgendem Auftrag:

„Besprecht, aus welchen Gründen ihr oder andere Personen den PC/das Internet benutzen (z. B. Neugier, Spaß). Schreibt mögliche Gründe auf Karten (pro Karte ein Grund).“

Eine Gruppe erhält grüne Karten mit folgendem Auftrag:

„Besprecht, welche Wirkungen ihr oder andere Personen sich wünschen, wenn sie den PC oder das Internet benutzen (z. B. Information, Kontakt). Schreibt die erwünschten Wirkungen auf Karten (pro Karte ein Grund).“

Eine Gruppe erhält rote Karten mit folgendem Auftrag:

„Besprecht, welche unerwünschten Folgen es haben kann, wenn jemand den PC/das Internet benutzt (z.B. Einsamkeit, Ärger). Schreibt mögliche Folgen auf (pro Karte ein Grund). Ordnet sie nach kurz-, mittel- oder langfristigen Folgen.“ Das Ordnen kann je nach Lerngruppe wegfallen.

Wenn alle Gruppen fertig sind, stellen die Gruppen nacheinander ihre Karten im Plenum vor und heften sie dabei in Säulen mit den drei Überschriften an die Stellwand oder legen sie entsprechend auf den Boden.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-7

Mögliches Bild²²:

Gründe	Wirkungen	Folgen
Neugier	Freunde finden	dick sein
Langeweile	Spaß	Einsamkeit
Interesse	Erfolgslebnisse	Ärger
...

Auswertung im Gespräch:

- Was fällt auf?
- Weshalb wurden diese Farben für die Karten gewählt?
- Wie verhält sich weiß zu grün (z. B. vieles entspricht sich – Karten zuordnen lassen!)?
- Was ist dann mit den roten Karten? Wie kann es dazu kommen?

Gründe und Wirkungen entsprechen sich häufig. Erwachsene argumentieren gern mit den möglichen negativen Folgen, die häufig eher langfristig sind. Kinder und Jugendliche machen ihre Erfahrungen vornehmlich im „weißen“ und „grünen“ Bereich. Insbesondere die langfristigen Folgen haben für diese Altersgruppe wenig Bedeutung (deshalb ist die Aufklärung darüber in dieser Altersgruppe so wenig erfolgreich).

Es ist wichtig, den Blick stark auf den „weißen“ und „grünen“ Bereich zu richten und den Jugendlichen deutlich zu machen, dass die Bereiche durchaus in Ordnung sein können, wenn man sich an Regeln hält. Diese Regeln gilt es in einem weiteren Schritt auch zu erarbeiten.

²² Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Hamburg, SuchtPräventionsZentrum; Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein (Hrsg.)(2013) Mediennutzung von Jugendlichen: Chancen und Risiken. Übungen im Klassenverband

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-7

Weitere Punkte zur Erarbeitung:

- Es wird deutlich, dass sich vieles, was bei den Gründen zu finden ist (z. B. Einsamkeit, Probleme...), bei den negativen Folgen wieder auftaucht. Es kann ein „Teufelskreis“ entstehen.
- Nicht alle Verhaltensweisen und Medien haben dieselben schädlichen Folgen. Es ist gut, genau über die Risiken Bescheid zu wissen.
- Die meisten Medien werden zunächst aus Neugierde/Spaß benutzt, und es werden positive Erfahrungen gemacht, bevor sie möglicherweise eingesetzt werden, um schwierige Gefühle wie Einsamkeit oder Unsicherheit zu kompensieren. Damit kann eine riskante Entwicklung eingeleitet werden, wenn Gefahrensignale übersehen werden.
- Ein Kernbegriff ist das „ausweichende Verhalten“: Wenn ich Medien nutze, um bestimmten Aufgaben oder Problemen auszuweichen, ist die Gefahr groß, dass dadurch meine Probleme immer weniger gelöst und damit immer größer werden. Dann brauche ich die Medien noch mehr, um immer weiter auszuweichen. Die Gefahr, eine Abhängigkeit zu entwickeln, ist jetzt besonders groß!
- Auf die Menge, Häufigkeit und die Gründe des Mediengebrauchs achten (nicht zu viel, nicht zu oft, ausweichendes Verhalten)!

Erarbeitung 2: Was mich schützt

Die Lehrkraft gibt das Arbeitsblatt A27 aus und bespricht es mit der Klasse. Ein besonderer Blick sollte hier auf die Regeln 3 und 7 gelegt und gemeinsam erörtert werden, warum gerade diese Aspekte wichtig sind, wenn es um den Schutz vor einer Abhängigkeit geht. Wenn ich mir persönlich viele Alternativen zur Erfüllung meiner Bedürfnisse schaffe, brauche ich nicht den PC/das Internet dafür, und das Risiko, eine Abhängigkeit zu entwickeln, ist geringer.

Alternativ können bei noch ausreichender Zeit gemeinsam 10 Regeln erarbeitet werden. Dazu werden in Gruppen jeweils 10 Regeln benannt. Diese werden anschließend im Klassengespräch einander vorgestellt. Gemeinsam einigt man sich nun auf die 10 Regeln, die den Schülerinnen und Schülern am wichtigsten sind .

Abschluss:

Die aus Erarbeitung 2 vorgegebenen oder erarbeiteten 10 Regeln werden auf eine Wandzeitung geschrieben und von allen Schülerinnen und Schülern unterschrieben – als eine Art Klassenverpflichtung.

**Wenn mir langweilig
ist, schalte ich oft den
Fernseher an.**

**Manchmal nervt es
mich, ständig auf
Nachrichten
reagieren zu müssen.**

**Wenn ich mein
Smartphone nicht bei
mir habe, komme ich
überhaupt nicht klar.**

**Ich lerne total gerne
neue Leute im Netz
kennen.**

**Manchmal wird
mir etwas unheimlich,
wenn ich mir vorstelle,
was alles von mir im
Internet gespeichert ist.**

**Im Netz versuche
ich mich immer von
meiner besten Seite
zu zeigen.**

**Computerspiele sind
meine Top-Freizeit-
beschäftigung.**

**Ich denke, es würde
mir nicht schaden,
meine Online-Zeit
zu reduzieren.**

**Das Internet hat
unsere Gesellschaft
total verändert.**

**Ich lasse mich bei
den Hausaufgaben
gerne von
neuen Nachrichten
ablenken.**

**WhatsApp ist die
beste Erfindung
seit Nutella.**

**Ich bin online schon
öfters richtig versackt.**

**Ich nutze die Medien,
um die Probleme
unserer Zeit zu lösen.**

**Lügen ist „online“
leichter als
„face-to-face“.**

**Wenn ich aus der
Schule komme,
ist meiner erster
Gang zum PC.**

**Manchmal frage ich
mich, ob das Internet
uns auf Dauer vielleicht
mehr schadet als nützt.**

**Das Internet kann
süchtig machen.**

**Ohne
Computer/Smartphone
kann ich mir ein Leben
nicht vorstellen.**

**Ich hatte schon mal Stress mit
einer Freundin/einem Freund,
weil bei Whats App/facebook ...
meine Nachricht falsch rüber
gekommen ist.**

**Ich gehe öfters online,
einfach so, ohne ein
klares Ziel.**

**Dass es so viele Pornos
im Internet gibt,
finde ich scheiße.**

**Im Internet wird sehr
viel gelogen.**

**Eine Woche Urlaub
ohne Smartphone
und PC würde ich
nicht aushalten.**

**Die Vorteile
des Internets
überwiegen die
Nachteile bei weitem.**

**Das Internet ist
ein Tummelplatz für
Abzocker und andere
miese Typen.**

**Ich achte bewusst
darauf, was über mich
im Internet zu
finden ist.**

**Ich finde es toll,
dass ich jederzeit
online sein kann,
wenn ich will.**

Arbeitsblatt A27 (7/8-7): „Die 10 goldenen Regeln für die Mediennutzung“

1. Ich setze mir ein Zeitlimit und spiele/chatte nicht mehr als 25 Stunden in der Woche!
2. Ich lade mir nicht illegal Musik/ Bilder runter!
3. Ich vernachlässige meine Freunde und meine Hobbies nicht, weil ich lieber am PC/vor dem Smartphone sitze!
4. Ich lasse den PC/die Konsole/das Smartphone nachts aus!
5. Ich habe öfters spielfreie Tage!
6. Ich mache keine Schulden durch die PC-Nutzung!
7. Ich spiele nicht, um Aggressionen los zu werden, Stress abzubauen oder Probleme zu vergessen!
8. Ich mobbe niemanden über das Netz und werde aktiv, wenn ich von Mobbing erfahre! (z. B. die „Mobber“ oder die gemobbte Person melden; etwas Positives über das Mobbingopfer schreiben)
9. Ich gebe keine Auskunft über mich im Profil!
10. Ich gebe keine Daten/Fotos anderer unerwünscht im Netz weiter!

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 8

Baustein 8: Selbstbild – Fremdbild

- Ziele**
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben positives Feedback gegeben und erhalten.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben eigene Stärken benannt.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben sich selbst und die eigenen Fähigkeiten und Stärken eingeschätzt.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben Unterschiede zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung aufgezeigt.
 - ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben etwas Gutes über sich erfahren/ anderen etwas Gutes getan.

- Material/ Vorbereitung**
- ▶ eine Metaplankarte pro Schülerinnen und Schüler
 - ▶ ein Pappteller pro Schülerinnen und Schüler
 - ▶ Befestigungsmaterial
 - ▶ ein Filzstift pro Schülerinnen und Schüler
 - ▶ Liste mit positiven Eigenschaften (A28) kopieren bzw. mit Overhead oder PC an die Wand werfen
 - ▶ vier Wandzeitungen vorbereiten
 - ▶ Klebstoff für die Befestigung der Fotos und Pappteller auf die Wandzeitungen

Unterrichtsskizze

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	Einführung geben	Stuhlkreis	Vortrag	5 Min.
Erarbeitung 1	Drei positive Eigenschaften von sich selbst benennen	Einzelarbeit	Metaplankarten, Stifte A28	10 Min.
Erarbeitung 2	Anderen positives Feedback geben	Durch den Raum gehen Stuhlkreis (Gruppenarbeit)	Pappteller Stifte A28	20+ 40 Min.
abschluss	Wandzeitungen bearbeiten, aufhängen und betrachten	Gruppenarbeit Gespräch	Wandzeitungen Klebstoff	15 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 7/8 – BAUSTEIN 8

Einführung

Mittels eines kurzen Vortrags führt die Lehrkraft in die Doppelstunde ein.

Erarbeitung 1: Drei positive Eigenschaften

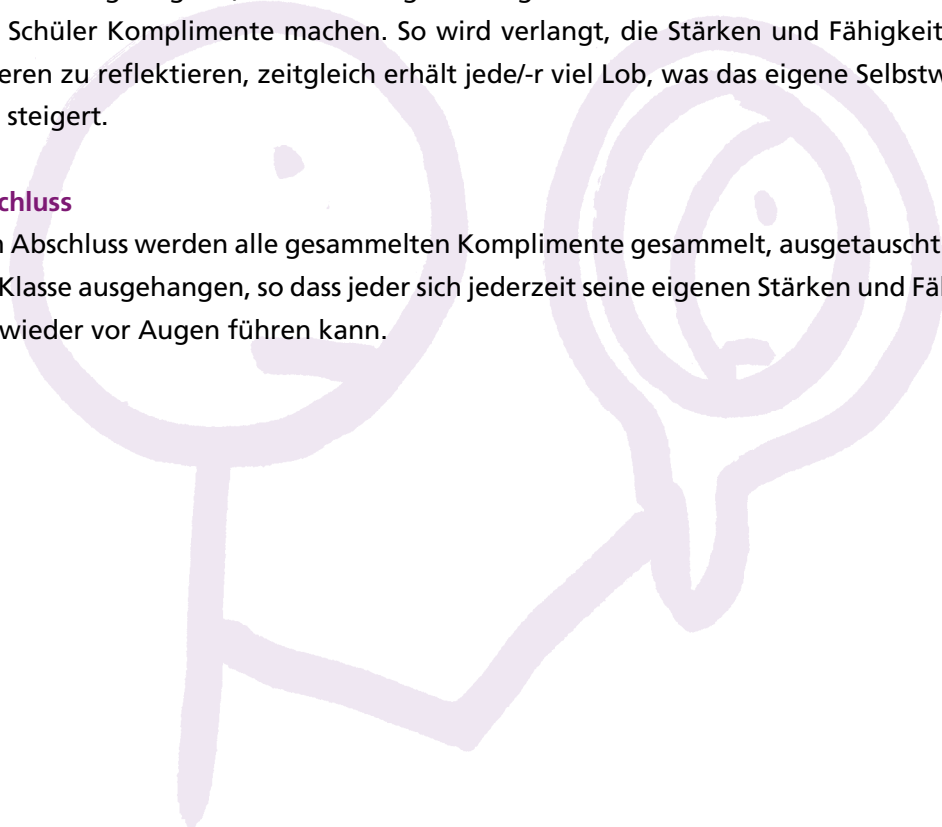
Jungen und Mädchen fällt es oft schwer, sich selbst einzuschätzen. Positive Eigenschaften von sich zu benennen, ist oft noch wesentlich schwerer. Diese Übung bietet den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, positiven Aspekten ihrer Persönlichkeit auf die Spur zu kommen. Denn das Wissen um eigene Stärken und Fähigkeiten stärkt das Selbstwertgefühl und gibt mehr Vertrauen in die eigene Person. Dieses Vertrauen schützt vor ausweichendem Verhalten und somit vor der Entstehung einer Abhängigkeit.

Erarbeitung 2: Komplimente machen

Diese Übung fordert die Schülerinnen und Schüler dazu auf, anderen ein positives Feedback zu geben. Im Alltag wird schnell Kritik an unseren Mitmenschen geäußert, das Lob fällt oftmals gering aus, bzw. es wird gar nicht gelobt. Hier nun müssen die Schülerinnen und Schüler Komplimente machen. So wird verlangt, die Stärken und Fähigkeiten der anderen zu reflektieren, zeitgleich erhält jede/-r viel Lob, was das eigene Selbstwertgefühl steigert.

Abschluss

Zum Abschluss werden alle gesammelten Komplimente gesammelt, ausgetauscht und in der Klasse ausgehängen, so dass jeder sich jederzeit seine eigenen Stärken und Fähigkeiten wieder vor Augen führen kann.



Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-8

Einführung

„In der heutigen Stunde geht es darum, was ich im positiven Sinn von mir und von anderen halte. Mit Kritik sind wir meistens schnell bei der Hand, bei anderen, aber auch bei uns selbst. Darüber vergessen wir oft, uns und andere zu loben, obwohl wir alle wissen, wie wichtig und wohltuend es ist, über die eigenen Stärken und Fähigkeiten Bescheid zu wissen. Denn nur, wenn man mit sich selbst zufrieden ist, kann man auch selbstsicher auf andere zugehen. Zudem sind wir so weniger anfällig, auf Suchtmittel zurückzugreifen, um uns besser zu fühlen und dadurch in die Gefahr einer Abhängigkeitsentwicklung zu geraten. Deshalb wollen wir genau diese Fähigkeit – sich selbst und andere loben – heute üben.“

Erarbeitung 1: Drei positive Eigenschaften

Jede Schülerin und jeder Schüler erhalten eine Metaplankarte, auf der sie drei positive Eigenschaften von sich notieren. Als Hilfe dient das Arbeitsblatt A28.

Hinweis: Manchen Jugendlichen fällt diese Übung zunächst schwer, weil es für sie ungewohnt ist, sich selbst einzuschätzen. Positive Aspekte von sich selbst zu nennen, ist oftmals noch schwieriger. Daher neigen einige zur Übertreibung. Andere benötigen Hilfe, um überhaupt drei positive Eigenschaften bei sich zu entdecken. Wenn die Karten geschrieben sind, behält jede und jeder die Karte verdeckt bei sich.

Erarbeitung 2: Komplimente machen

Jede Schülerin und jeder Schüler bekommt einen Pappteller auf dem Rücken befestigt und einen Stift. Nun gehen alle durch den Raum und schreiben (jeder Person) eine positive Eigenschaft, von der sie meinen, dass sich typisch für diese Person ist, als Kompliment auf den Pappteller. Nach 20 Minuten setzen sich alle wieder in den Stuhlkreis. Die Schülerinnen und Schüler lesen sich nacheinander ihre Komplimente vor, vergleichen sie mit den auf der Metaplankarte selbst genannten positiven Eigenschaften und betrachten das Ergebnis. Für jede Person stehen je nach Gruppengröße ca. zwei Minuten zur Verfügung. Alternativ wird die Gruppe in Kleingruppen unterteilt, sodass mehr Zeit für die einzelne Person bleibt.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 7/8-8

Abschluss: Wandzeitungen bearbeiten

Die Gruppe wird in vier Kleingruppen unterteilt (bzw. bleibt in den Kleingruppen). Die Pappteller werden mit Namen versehen und auf die Wandzeitung geklebt.

Die vier Wandzeitungen werden dann nebeneinander an der Wand befestigt. Nun können alle Schülerinnen und Schüler die gesamten Ergebnisse dieser Unterrichtsstunde begutachten und sich austauschen.

Die Zeitungen bleiben in der Klasse hängen, damit jeder jederzeit die Möglichkeit hat, sich die eigenen Stärken und Fähigkeiten wieder ins Bewusstsein zu holen.

Arbeitsblatt A28 (7/8-8): Liste mit positiven Eigenschaften

anpassungsfähig, tapfer, strebsam, wissbegierig, wachsam, standhaft, zurückhaltend, geduldig, beständig, naturverbunden, ausdauernd, hilfsbereit, natürlich, warmherzig, verspielt, genießerisch, unbestechlich, witzig, sorgsam, nachsichtig, leidenschaftlich, selbstbewusst, tatkräftig, kontaktfreudig, opferbereit, verständnisvoll, weise, redlich, flexibel, häuslich, vertrauenswürdig, gefühlsbetont, scharfsinnig, fröhlich, unkompliziert, unterhaltsam, selbständig, heimatverbunden, aufgeschlossen, begeisterungsfähig, beharrlich, nachdenklich, lebhaft, akkurat, geradlinig, informiert, ausgeglichen, temperamentvoll, heiter, herzlich, zärtlich, geschäftstüchtig, begehrenswert, begabt, bescheiden, friedfertig, pfiffig, anziehend, eifrig, freiheitsliebend, musisch, reiselustig, phantasievoll, reiselustig, abenteuerlustig, bedächtig, höflich, liebenswert, lässig, schlagfertig, großzügig, pflichtbewusst, offenherzig, taktvoll, sanft, kreativ, gütig, unaufdringlich, zäh, realistisch, gewitzt, spontan, modern, funky, widerstandsfähig, gesellig, intelligent, pünktlich, spendabel, genial, anspruchslos, energiegeladen, engagiert, dynamisch, mitfühlend, tolerant, familiär, korrekt, diskret, treu, anschmiegsam, fleißig, direkt, schweigsam, wortgewandt, ehrlich, aufmerksam, charmant, tierlieb, behutsam, vorsichtig, zielgerichtet, raffiniert, ordentlich, sparsam, verträumt, fürsorglich, gastfreundlich, kinderfreundlich, vorbildlich

BAUSTEINPROGRAMM FÜR KLASSE 9/10

HINWEISE ZUR DURCHFÜHRUNG DER BAUSTEINE

PARTYKOMPETENZ UND RISIKOKOMPETENZ 153

GRUNDLAGEN

1.	Partykompetenz	155
2.	Risikokompetenz/Risikokompetenz plus	172
3.	Sucht und Abhängigkeit	207

VERTIEFUNG

4.	Cannabis	218
5.	Let's talk about Medien	231
6.	Medien (Internetpornographie)	240

BAUSTEINPROGRAMM 9/10

Hinweise zur Durchführung der Bausteine 1 und 2 Partykompetenz und Risikokompetenz

In unserer Gesellschaft ist Alkohol ein Kulturgut, das in viele Lebensbereiche integriert ist. Deshalb muss alkoholpräventive Arbeit von dem Ziel einer allgemeinen Abstinenz absehen und seinen Fokus auf einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol legen.

Es ist unrealistisch anzunehmen, dass Jugendliche gar keinen Alkohol trinken oder nicht beginnen, mit Alkohol zu experimentieren. Es muss also darum gehen, Jugendliche für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol fit zu machen. In der 10. Klasse, also in einem Alter von ca. 16 Jahren, haben Jugendliche in Familie und im Freundeskreis bereits regelmäßig Kontakt zu Alkohol. Im Freizeitbereich wird Alkoholkonsum als selbstverständlich empfunden. Der erste Alkoholkonsum findet laut BZgA-Studie²³ im Alter von ca. 14,5 Jahre statt. Mit 16 Jahren haben viele Jugendliche bereits ihren ersten Rausch erlebt.

Deshalb beschäftigt sich der erste Baustein von „Rausch und Risiko“ mit der Partykompetenz: „Was macht eine gute Party aus?“, „Welche Rolle spielt der Alkohol auf Partys?“, „Was sind die Risiken von Alkoholkonsum und wie kann ich damit umgehen?“. Das sind die Themen dieses Bausteins, mit denen sich die Jugendlichen interaktiv auseinandersetzen.

Im darauf folgenden Baustein „Risikokompetenz“ bzw. „Risikokompetenz plus“ werden Risiken des Alkoholkonsums intensiv behandelt. Da in einer Klasse des 10. Jahrgangs mit Jungen und Mädchen um die 16 Jahre - auch was den Umgang mit Alkohol betrifft - vielfältige Umgangsweisen und Erfahrungen bestehen, wird an dieser Stelle gezielt auf die jeweilige Erfahrungssituation der Jugendlichen eingegangen: Haben sie schon Erfahrungen mit Alkohol? Trinken sie an den Wochenenden mehr oder weniger regelmäßig oder ist Alkohol für sie gar kein Thema?

Um bedarfsgerecht mit den Schüler/innen zu arbeiten, wird eine Binnendifferenzierung vorgenommen und die Klasse in zwei Gruppen aufgeteilt, die eine Gruppe hat bereits Erfahrungen mit Alkohol, die andere Gruppe hat wenig bis keine Erfahrung mit Alkohol.

²³ Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2014): Der Alkoholkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland 2012.

BAUSTEINPROGRAMM 9/10

Für die Durchführung dieser Bausteine erhalten Sie von einer professionellen Präventionsfachkraft Unterstützung. Diese wird mit Ihren Schüler/-innen den Selbsttest „Check Dein Risiko“ durchführen, der nur wenige Minuten in Anspruch nimmt. Da der Test sensible Fragen beinhaltet, wird der Test von den Schüler/-innen selbstständig ausgewertet und einbehalten. Die Schülerinnen und Schüler, **die bei den ersten beiden Fragen** mindestens ein rotes Kästchen angekreuzt haben und damit Alkohol mehr oder weniger regelmäßig konsumieren, nehmen am Baustein **„Risikokompetenz plus“** teil, der von der Präventionsfachkraft geleitet wird. Diejenigen, die bei den ersten beiden Fragen kein rotes Kästchen angekreuzt haben, arbeiten in der Gruppe **„Risikokompetenz“** mit der Lehrkraft. Die weiteren Fragen in dem Selbsttest dienen der Reflektion des eigenen Alkoholkonsums und haben keine Bedeutung für die Aufteilung der Gruppen.

Für die Durchführung des Bausteins Risikokompetenz und Risikokompetenz plus benötigen Sie folglich einen zweiten Raum, damit beide Gruppen effektiv arbeiten können. Es wurden Pretests durchgeführt, die gezeigt haben, dass der Selbsttest mit den Schüler/innen gut funktioniert und die Klasse in der Regel in ein Drittel (Risikokompetenz plus) zu zwei Dritteln (Risikokompetenz) aufteilt.

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 1

Baustein 1: Partykompetenz

Ziele

- ▶ Die Schülerinnen und Schüler reflektieren die Vor- und Nachteile von Alkoholkonsum auf einer Party.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler können Risiken im Zusammenhang mit Alkohol benennen und reflektieren.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben gelernt, sich in die Gefühlswelt anderer auf einer Party einzufühlen.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler können Alternativen zum Alkoholkonsum benennen und einschätzen.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler reflektieren ihren eigenen Alkoholkonsum.

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ „Informationen zum Alkoholkonsum“ und „Alkohol und Risiken“ (Arbeitsblätter A29 und A30) lesen
- ▶ Die Impulssätze (A31) auf Flipcharts kleben
- ▶ Ausreichend Stifte bereithalten
- ▶ Vier Gruppentische bilden
- ▶ Die „7 Party-Tipps“ (A32) in vierfacher Ausführung bereithalten. Ggf. zur weiteren Verwendung laminieren

Unterrichts- skizze

Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
Einführung	Woche im Vergleich zum Wochenende reflektieren, Übergang zum Partyverhalten herstellen	Rundgang Klassengespräch	4 Flipcharts mit Impulssätzen (A31)* Stifte	20 Min.
Erarbeitung 1	Notwendige Aspekte einer „guten Party“ sammeln und auf fünf Hauptaspekte eingehen. Wirkungen und Folgen von Alkoholkonsum diskutieren.	Gruppenarbeit	Moderationkarten,	10 Min.
		Klassengespräch	Stifte	30 Min.
Erarbeitung 2	Tipps zu einem risikoarmen Umgang mit Alkohol überprüfen.	Gruppenarbeit Klassengespräch	„7 Party-Tipps“ (A32)	10 Min. 10 Min.
abschluss	Weitere umsetzbare Tipps diskutieren	Klassengespräch	–	10 Min.

*A=Arbeitsblatt

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 1

Einführung

Bei dieser Übung reflektieren die Schülerinnen und Schüler die Woche im Vergleich zum Wochenende. Wovon ist die Woche geprägt, was zeichnet demgegenüber das Wochenende aus? Was will ich am Wochenende machen? Mit der Behandlung dieser und ähnlicher Fragen wird dann ein Übergang zum Partyverhalten hergestellt, das dann im Anschluss bearbeitet wird.

Erarbeitung 1: Eine gute Party

Die Schülerinnen und Schüler erarbeiten an Gruppentischen in 2 Phasen, wie für sie eine gute Party aussehen muss, was Kriterien für eine gute Party sind und welche Rolle dabei Alkohol spielt oder spielen kann.

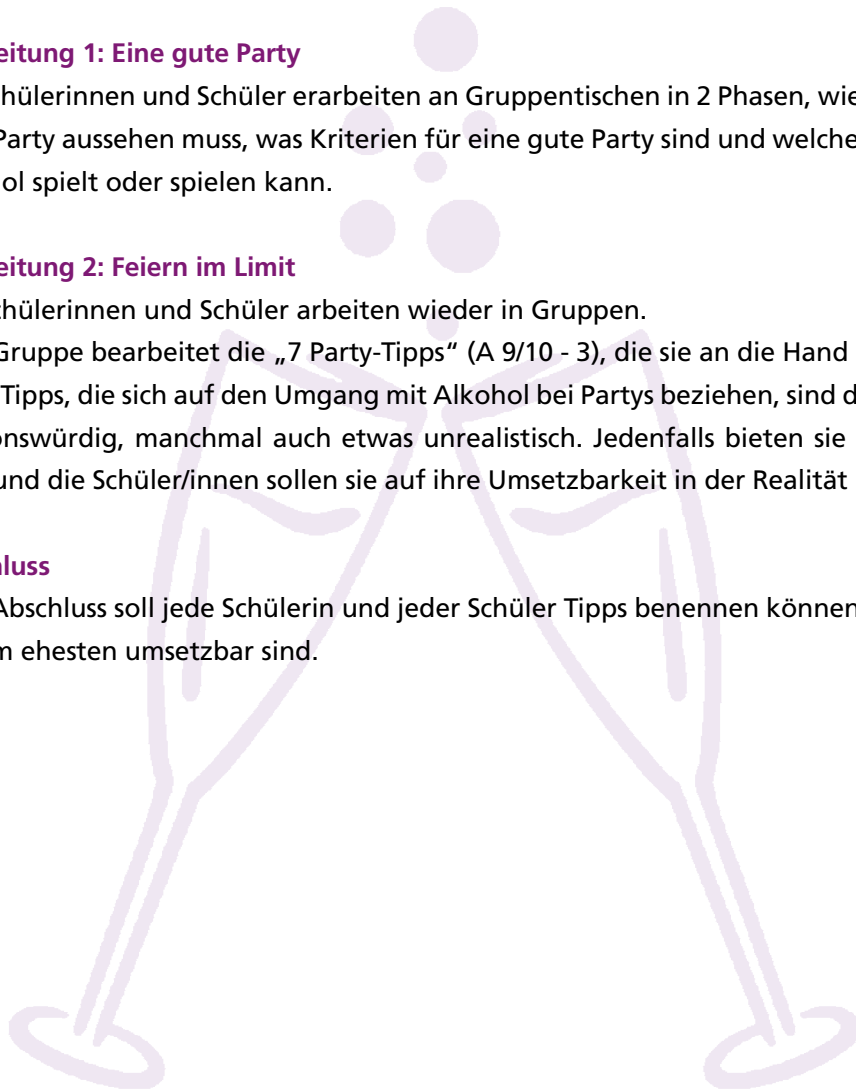
Erarbeitung 2: Feiern im Limit

Die Schülerinnen und Schüler arbeiten wieder in Gruppen.

Jede Gruppe bearbeitet die „7 Party-Tipps“ (A 9/10 - 3), die sie an die Hand bekommen. Diese Tipps, die sich auf den Umgang mit Alkohol bei Partys beziehen, sind durchaus diskussionswürdig, manchmal auch etwas unrealistisch. Jedenfalls bieten sie Diskussionsstoff und die Schüler/innen sollen sie auf ihre Umsetzbarkeit in der Realität überprüfen.

Abschluss

Zum Abschluss soll jede Schülerin und jeder Schüler Tipps benennen können, die für sie/ihn am ehesten umsetzbar sind.



Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-1

Einführung

Die Lehrkraft klebt die Impulssätze (A31)

- „Die Woche ist für mich...“,
- „Am Wochenende kann ich...“,
- „Das Wochenende brauche ich...“ und
- „Ohne Wochenende würde ich...“

jeweils auf eine Flipchart und verteilt diese auf den vier Gruppentischen.

Die Schülerinnen und Schüler haben nun den Auftrag, die Sätze zu vervollständigen. Hierbei sollen sich die Schülerinnen und Schüler frei bewegen und können an jedem Gruppentisch ihre Statements auf den Flipcharts notieren. Die Flipcharts werden nun nebeneinander aufgehängt und im Plenum besprochen. Über die Diskussion soll der Unterschied vom Wochenende zu den Werktagen reflektiert werden. Insbesondere wird das Bedürfnis von „Party“ und „Feiern“ bzw. das Bedürfnis nach „Rausch“ in der Freizeit offensichtlich.

Erarbeitung 1: Eine gute Party²⁴

Phase 1:

Die Schülerinnen und Schüler finden sich an den Gruppentischen zusammen. In Gruppenarbeit werden folgende Fragen erarbeitet: „Was gehört für Euch zu einer guten Party?“ bzw. „Was trägt dazu bei, dass Ihr Euch auf einer Party gut fühlt?“

Für die nachfolgende Ergebnispräsentation wird jeder erarbeitete Aspekt auf einer Moderationskarte festgehalten. (Z. B.: Musik, Räumlichkeiten, Essen, Alkohol etc.)

Anschließend werden die Ergebnisse im Plenum vorgestellt.

Phase 2:

Im nächsten Schritt sollen sich die Schülerinnen und Schüler im Plenum auf die fünf wichtigsten der zuvor vorgestellten Aspekte einigen, die notwendig sind, damit die Party gut wird.

Im Anschluss werden diese fünf Aspekte im Hinblick auf folgende Impulsfragen diskutiert:

- Warum sind diese fünf Dinge unerlässlich?
- Welche Bedürfnisse erfüllen sie?

²⁴ Sucht Info Schweiz: Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung, Heft 4: Jugendliche und Alkohol, Lausanne 2011, S.8.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-1

- Auf welche der anderen Dinge kann man gut verzichten?
- Bei welchen war es schwieriger, sie auszuschließen?

Wenn Alkohol nicht unter den fünf Aspekten auftaucht, werden die Gründe dafür gesammelt und diskutiert, warum offensichtlich gut auf Alkohol verzichtet werden kann.

Wenn unter diesen fünf Aspekten Alkohol dabei ist, werden die Wirkung und Folgen von Alkoholkonsum diskutiert siehe auch „Informationen zum Alkoholkonsum“ A29 und A30:

Impulsfragen:

- *Wie wirkt Alkohol (Unterschied: Männer/Frauen)?*
- *Was will man mit Alkoholkonsum bezwecken? Gibt es dafür auch Alternativen, diese Ziele zu erreichen?*
- *Wie wirkt Alkoholkonsum auf Leute, die nicht so viel trinken/gar nicht trinken?*
- *Welche Vorteile/Nachteile/Risiken hat der Alkoholkonsum auf einer Party?*
- *Gehört ein ordentliches Vorglühen zu einer guten Party dazu?*
- *Wieso wird häufig übermäßig viel Alkohol getrunken?*
- *Wann kann die Stimmung der Party durch Alkoholkonsum kippen?*
- *Warum ist es für einige so schwierig, ihren Alkoholkonsum auf Partys in Maßen zu halten? Was hält sie davon ab?*
- *Wie kann man sinnvoll mit Freunden umgehen, die offensichtlich zu viel Alkohol trinken?*
- *Was sagt das Jugendschutzgesetz zum Alkoholkonsum?*

Erarbeitung 2: Feiern im Limit²⁵

Die Gruppen aus der Übung „Eine gute Party“ finden sich wieder zusammen.

Jede Gruppe erhält die „7 Party-Tipps“ (A32). Die Arbeitsblätter werden in DIN A5 kopiert und ausgeschnitten.

Bei diesen Tipps handelt es sich um Tipps zum Umgang mit Alkohol auf Partys, die für sich genommen sinnvoll sind, jedoch zum Teil an der Lebensrealität der Jugendlichen vorbeigehen.

Die Gruppen sollen die Tipps nun auf ihre Umsetzbarkeit hin überprüfen und die Tipps in eine Reihenfolge bringen (von: „am ehesten umsetzbar“ bis „am schwierigsten umsetzbar“).

²⁵ <http://www.kenn-dein-limit.info/7-tipps.html>

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-1

Anschließend werden die erarbeiteten Rangordnungen im Plenum vorgestellt und vergleichend diskutiert.

Mögliche Impulsfragen:

- *Was haben die Rangfolgen gemeinsam?*
- *Wo gibt es Unterschiede?*
- *Was war einfach einzuordnen was nicht?*
- *Gibt es bereits eigene Erfahrungen mit diesen Tipps? Wenn ja, wie waren/sind diese Erfahrungen?*
- *Welche Tipps gibt es noch, die hier nicht genannt wurden?*

Zum Schluss nennt jede/-r den Tipp, den er oder sie für sich selbst am ehesten umsetzen kann. Diesen Tipp kann man gut in den kommenden Wochen auf anstehenden Partys ausprobieren.

Abschluss

Zum Schluss nennt jeder den Tipp, den er/sie für sich selbst am ehesten umsetzen kann. Es können die Tipps aus Erarbeitung 2 dafür genutzt werden, es dürfen natürlich auch Tipps genannt werden, mit denen die Schüler/-innen bereits gute Erfahrungen gemacht haben. Diesen Tipp soll jeder/jede nun in den kommenden Wochen auf anstehenden Partys ausprobieren.

Alternativ: Bei weniger Zeit erstellt man gemeinsam im Klassenplenum eine Rangfolge.

Wirkung und Risiken von Alkohol²⁶

Alkohol ist ein starkes Zellgift und ein Suchtmittel mit starker Wirkung auf den Körper. Bereits ab 0,2 Promille Blutalkohol verändert sich das subjektive Erleben, wie z.B. die Wahrnehmung, Orientierung und Konzentrationsfähigkeit und das persönliche Verhalten. Müdigkeit und ein leerer Magen verstärken die Wirkung.

Die erlebte Wirkung von Alkohol hängt dabei in erster Linie von der getrunkenen Menge ab, aber auch vom Trinktempo, dem Gewicht, der körperlichen und seelischen Verfassung sowie der Gewöhnung. Der Rauschzustand kann daher bei identischer Blutalkoholkonzentration durchaus variieren.

Mädchen merken die Wirkung (oftmals) schneller. Der Grund dafür ist, dass sie prozentual weniger Körperflüssigkeit (Wasser), einen höheren Körperfett-Anteil und ein geringeres Gewicht im Vergleich zu Jungen haben. Da der Alkohol über weniger Körperflüssigkeit verteilt wird, entsteht schneller eine höhere Blutalkoholkonzentration: Mädchen haben bei gleicher Menge Alkohol einen höheren Promillewert.

Die auf der nächsten Seite angegebenen Promilleangaben gelten für Erwachsene. Alkoholkonsum beeinträchtigt den Körper von Jugendlichen generell sehr viel stärker. Die Wirkungen des Alkoholkonsums können bei Jugendlichen schon bei geringeren Mengen auftreten und auch extremer ausfallen. Das liegt daran, dass die Entwicklung der Organe noch nicht abgeschlossen ist – die vollständige Reifung des Gehirns kann bis zum 20. Lebensjahr andauern.

²⁶ Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): KlarSicht Praxisleitfaden zum Einsatz des BZgA KlarSicht-Koffers zur Tabak- und Alkoholprävention, Köln 2012; Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS): Factsheet Alkohol und Jugendliche, Hamm 2010

Arbeitsblatt A30 (9/10-1): Alkohol und Risiken

Veränderungen Körper und Verhalten Promille

Wirkung

ab 0,1	<ul style="list-style-type: none">• enthemmende Wirkung von Alkohol wird spürbar, Kontaktfreudigkeit nimmt zu• oft gelöste Stimmung• Entfernungen werden bereits falsch eingestellt
ab 0,3	<ul style="list-style-type: none">• leichte Verminderung der Sehleistung• Nachlassen von Aufmerksamkeit, Konzentration, Kritik- und Urteilsfähigkeit sowie Reaktionsvermögen• Anstieg der Risikobereitschaft
ab 0,8	<ul style="list-style-type: none">• ausgeprägte Konzentrationsschwäche• Einschränkung des Gesichtsfelds um 25% (Tunnelblick) und verminderte Sehfähigkeit• Reaktionsfähigkeit um 30 bis 50% verlängert• Euphorie, zunehmende Enthemmung, Selbstüberschätzung• Gleichgewichtsstörungen
1,0 bis 2,0	<ul style="list-style-type: none">• weitere Verschlechterung der Sehfähigkeit und des räumlichen Sehens
Rausch- stadium	<ul style="list-style-type: none">• gesteigerte Enthemmung und Verlust der Kritikfähigkeit• Reaktionsfähigkeit erheblich gestört• Gleichgewichtsstörungen• Verwirrtheit, Sprechstörungen• Orientierungsstörungen
2,0 bis 3,0	<ul style="list-style-type: none">• starke Gleichgewichts- und Konzentrationsstörungen• Gedächtnis- und Bewusstseinsstörungen
Betäu- bungs- stadium	<ul style="list-style-type: none">• kaum noch Reaktionsvermögen, Muskeler schlaffung• Verwirrtheit• Erbrechen
ab 3,0	<ul style="list-style-type: none">• Bewusstlosigkeit• Gedächtnisverlust• Schwache Atmung• Unterkühlung• Reflexionslosigkeit
ab 4,0	<ul style="list-style-type: none">• Lähmungen• Koma mit Reflexionslosigkeit• Unkontrollierte Ausscheidungen• Atemstillstand und Tod

Arbeitsblatt A30 (9/10-1): Alkohol und Risiken

Gesundheitliche Folgen²⁷

Akute Gefahren wie Unfälle und Verletzungen, Bewusstlosigkeit und Atemstillstand können beim Konsum von Alkohol auftreten.

Der regelmäßige Konsum kann chronische Krankheiten auslösen, dauerhaft Organe schädigen und in eine körperliche Abhängigkeit führen. Über 60 verschiedene Krankheiten können durch Alkohol ausgelöst werden und nahezu jedes Körperorgan kann durch Alkoholkonsum dauerhaften Schaden nehmen.

In der Jugendphase finden wichtige Entwicklungsprozesse im Gehirn statt, die durch Alkoholkonsum beeinträchtigt werden. Insbesondere Hirnregionen die an Lernprozessen beteiligt sind, werden durch Alkoholkonsum geschädigt. Jugendliche sind für Langzeitschädigungen des Gehirns anfälliger als Erwachsene. Dazu zählen z.B. Schädigungen kognitiver Fähigkeiten und des Erinnerungsvermögens.

Da Jugendliche aufgrund ihrer altersbedingten körperlichen Entwicklung meist noch ein geringeres Körpergewicht als Erwachsene haben, sind für sie schon geringere Mengen Alkohols gefährlich. Die gleiche Menge aufgenommenen Alkohols verteilt sich auf geringere Körpermasse und führt somit zu einer höheren Blutalkoholkonzentration. Außerdem sind bei Jugendlichen die Enzyme für den Abbau des Alkohols noch nicht entwickelt.

Alkohol und Sex

Alkoholkonsum hängt in besonderem Maße mit riskantem Sexualverhalten zusammen. Wer getrunken hat, verliert Hemmungen und unvorsichtiger, ungeschützter Geschlechtsverkehr kann eine Folge sein. Das Risiko einer ungewollten Schwangerschaft, ein Kind zu zeugen, HIV/Aids oder sexuell übertragbare Infektionen zu bekommen, wächst.

Bei Mädchen erhöht Alkohol den Testosteronspiegel. Die Lust auf Sex wächst. Übermäßiger Alkoholkonsum kann Menstruationsstörungen verursachen.

Bei Jungen senkt Alkohol den Testosteronspiegel. Es wird schwieriger, eine Erektion oder einen Orgasmus zu bekommen. Etwa jeder zehnte alkoholranke Mann leidet unter Impotenz.

²⁷ Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): KlarSicht Praxisleitfaden zum Einsatz des BZgA KlarSicht-Koffers zur Tabak- und Alkoholprävention, Köln 2012; Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS): Factsheet Alkohol und Jugendliche, Hamm 2010

Arbeitsblatt A30 (9/10-1): Alkohol und Risiken

Alkohol und Gewalt²⁸

Die Wirkung von Alkohol führt dazu, dass es bei Auseinandersetzungen häufiger zu Gewaltausübung kommt – die Hemmschwelle ist herabgesetzt, die Reizbarkeit steigt. Bei etwa einem Drittel aller Gewalttaten steht der Sender unter Alkoholeinfluss. Alkoholkonsum erhöht die Wahrscheinlichkeit, selbst Täter oder Opfer von Gewalttaten zu werden.

Insgesamt sind männliche Jugendliche häufiger in Gewaltverhalten verwickelt als weibliche, sowohl als Opfer als auch als Täter. Jugendliche mit problematischem Alkoholkonsum neigen stärker zu Gewaltdelikten als Jugendliche ohne problematischen Konsum. Neben Gewaltdelikten stehen eine Reihe weiterer Gesetzesverstöße häufig in Zusammenhang mit Alkoholkonsum Jugendlicher, wie z.B. Beleidigungen, Diebstahl, Raub und Sachbeschädigung.

Alkohol und Straßenverkehr

Bereits das erste Glas Alkohol erhöht das Unfallrisiko. Wahrnehmungs- und Reaktionsvermögen werden vermindert, das Sehfeld wird eingeschränkt. Bereits ab 0,2 Promille lassen das Sehvermögen, besonders in der Dämmerung und die Bewegungskoordination nach. Die Reaktionszeit wird verlängert und erhöht die Bereitschaft zu riskantem Fahren. Bei etwa 0,8 Promille sind alle Reaktionen deutlich verlangsamt. Typische Fahrfehler alkoholisierter Fahrzeugführer sind unter anderem überhöhte Geschwindigkeit, Fahren in Schlangenlinien, riskante Überholmanöver oder auch die Mitnahme von zu vielen Personen. Bei 1,1 Promille liegt der Grenzwert für die absolute Fahruntüchtigkeit. Das Risiko, in einen Unfall verwickelt zu werden, ist jetzt 10 Mal so hoch wie in nüchternem Zustand.

²⁸ Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) (2009), Factsheet Alkohol und Straßenverkehr.

Arbeitsblatt A30 (9/10-1): Alkohol und Risiken

Folgende Reaktionen lassen sich feststellen²⁹:

Körperliche Reaktionen	Psychische Reaktionen
Verlängerung der Reaktionszeit und Abnahme der Reaktionssicherheit	gesteigerter Antrieb
Störungen der Bewegungskoordination, überschießende Bewegungen	gesteigerter Antrieb
gestörter Gleichgewichtssinn	erhöhte Reizbarkeit bis zur Aggressivität
gestörtes Lage- und Raumgefühl mangelnde Orientierung	Einschränkung des Kritikvermögens, Selbstüberschätzung, erhöhte Risikobereitschaft
Sehvermögen: <ul style="list-style-type: none"> • Einschränkung von Sehschärfe, räumlichem Sehen und Dämmerungssehschärfe • erhöhte Blendempfindlichkeit • Gesichtsfeldeinschränkungen (Tunnelblick) • Funktionsstörungen bis zum Doppeltsehen 	Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen
Wachheits-/Vigilanzstörungen	eingeschränkte Erfassung, Verarbeitung und Bewältigung komplexer Situationen

Jugendliche und junge Erwachsene sind von alkoholbedingten Straßenverkehrsunfällen am stärksten betroffen. Der Grund ist häufig eine Überschätzung der eigenen Fahrfähigkeiten und eine hohe Risikobereitschaft. Beide Faktoren werden durch Alkoholkonsum verstärkt.

In deutlich höherem Ausmaß sind es alkoholisierte junge Männer, die an Straßenverkehrsunfällen beteiligt sind. Bei Unfällen mit Personenschaden wird ein Großteil der Unfälle durch männliche, alkoholisierte Fahrer verursacht. Am höchsten ist der Anteil bei den 21 bis 24-Jährigen, gefolgt von den 18 bis 20-Jährigen. Alkoholunfälle ereignen sich häufig an Wochenenden und in den Nachtstunden. In dieser Zeit sind Alkoholunfälle mit Personenschaden am häufigsten, was mit dem Trinkverhalten der meisten Menschen – an Wochenendabenden, in der Freizeit, in Kneipen, Diskos, auf Partys etc. – korreliert.

²⁹ Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), Factsheet Alkohol und Straßenverkehr, Hamm 2009

Arbeitsblatt A30 (9/10-1): Alkohol und Risiken

Während die Anwesenheit von Beifahrer/innen normalerweise das Unfallrisiko im Straßenverkehr senkt, zeigt sich, dass dies bei jungen Autofahrern ins Gegenteil gekehrt wird. Insbesondere durch alkoholisierte Beifahrer/innen wird das Unfallrisiko noch erhöht.

Das Gesetz ist hinsichtlich Alkohol am Steuer eindeutig: Die Grenze liegt bei 0,5 Promille Alkohol im Blut (bereits ab 0,3 Promille kann sich jemand strafbar machen, wenn eine Fahrunsicherheit vorliegt oder ein Unfall verursacht wird). In der Probezeit sowie für Personen unter 21 Jahren ist Alkohol am Steuer verboten. Wer unter Alkoholeinfluss am Verkehr teilnimmt, macht sich strafbar und kann seinen Führerschein verlieren. Egal ob mit Fahrrad, Mofa, Roller, Motorrad oder mit dem Auto.

Bei einem Unfall unter Alkoholeinfluss hat jede oder jeder Beteiligte – ob Verursacherin, Verursacher oder nicht – eine Mitschuld.

**Am Wochenende
kann ich ...**

**Die Woche
ist für mich ...**

**Das Wochenende
brauche ich ...**

**Ohne Wochenende
würde ich ...**

Zwischendurch Wasser trinken

Durst nicht mit alkoholischen Getränken löschen

Nicht schnell hintereinander trinken

Trinkspiele meiden

Ein Trink-Limit setzen und sich daran halten

An „Wenig-Trinkern“ orientieren

Nichts Hochprozentiges trinken (Schnaps, Kurze oder Wodka)

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 2A

Baustein 2a: Risikokompetenz

Ziele

- ▶ Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass die Bereitschaft Risiken einzugehen, individuell ist.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler lernen verschiedene Umgangsweisen mit Risiken kennen.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler ordnen sich einem Risikotyp zu und reflektieren ihren eigenen Risikobereitschaft und ihre Haltung zum riskanten Verhalten.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler stellen den Zusammenhang zwischen „riskantem Verhalten“ und Alkoholkonsum her.

Material/ Vorbereitung

- ▶ Selbsttest „Check Dein Risiko“ (A33) als Klassensatz bereithalten (farbig ausdrucken!)
- ▶ Impulsbegriffe (A34)
- ▶ 2 Polkarten für den Einstieg (A35)
- ▶ Arbeitsblätter (A36 bis A39) je einmal kopieren
- ▶ 4 Flipcharts und Stifte
- ▶ Kreppband

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 2A

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Begrüßung / Aufteilung der Arbeitsgruppen	Einteilung der Gruppen über den Selbsttest „Check Dein Risiko“	Einzelarbeit	Selbstcheck „Check Dein Risiko“ A33	10 Min.
	Einführung	Impulsbegriffe werden nach ihrem Risikopotential überprüft und bewertet.	Klassengespräch	Impulsbegriffe (A34) 2 Polkarten A 35	20 Min.
	Erarbeitung	Vier Risiko-Typen werden hinsichtlich ihrer unterschiedlichen Bedürfnisse und Haltungen untersucht. Die Vor- und Nachteile der Risiko-Typen werden auch in Bezug auf Alkoholkonsum diskutiert.	Kleingruppen	Arbeitsblätter A36 - A39 Stifte	20 Min.
			Klassengespräch		25 Min.
Abschluss	Risikobereitschaft testen	Partnerarbeit Klassengespräch	Übung „Fallen lassen“	15 Min.	

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 2A

Einteilung der Lerngruppen (mit der gesamten Klasse)

Die Lehrkraft verteilt den Selbsttest zum Alkoholkonsum „Check Dein Risiko“ (A33) an die Klasse. Dieser Test dient zum einen zur Selbstreflexion des Alkoholkonsums und wird zum anderen zur Einteilung der Klasse in die beiden Gruppen „Risikokompetenz“ und „Risikokompetenz+“ verwendet, die im nächsten Baustein getrennt geschult werden.

Einführung: Risiko

Ab jetzt ist die Klasse geteilt. Hier beginnt die Durchführung des Bausteins Risikokompetenz.

In dieser Übung setzen sich die Schüler/-innen mit dem Thema „Risiko“ auseinander. Warum sind bestimmte Dinge riskant, kann man diese Risiken eingehen oder besser nicht?

Erarbeitung: Risikotypen

Die Schüler/-innen setzen sich in Arbeitsgruppen mit vier verschiedenen Risikotypen auseinander. Dabei werden bestimmte Parameter dieser vier Risikotypen erarbeitet: Was braucht der jeweilige Risiko-Typ, was sind Vorteile, was Nachteile des jeweiligen Verhaltens? Alle Ergebnisse werden dann im Hinblick auf die Frage: "Wie geht dieser Risikotyp mit Alkohol um?" diskutiert.

Abschluss: Risikobereitschaft

In dieser Übung soll die Risikobereitschaft der einzelnen Schüler/-innen „getestet“ werden. In der Diskussion zu der Übung wird dann Bezug genommen auf die verschiedenen Risikotypen.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2a

Der Selbsttest Check Dein Risiko

Bitte kopieren Sie den folgenden Test in ausreichender Zahl in Farbe. Sie können auch mit der Präventionsfachkraft absprechen, dass sie den Test in ausreichender Anzahl mitbringt.

Die Lehrkraft verteilt den Selbsttest zum Alkoholkonsum „Check Dein Risiko“ an die Klasse. Dieser Test dient zur Selbstreflexion des Alkoholkonsums und wird zur Einteilung der Klasse in die beiden Gruppen „Risikokompetenz“ und „Risikokompetenz+“ verwendet. Im Alter von 16 – 17 Jahren haben die meisten Jugendlichen bereits Erfahrungen mit Alkohol gesammelt. Einige trinken bereits regelmäßig, andere trinken eher selten oder gar keinen Alkohol. Der Baustein „Risikokompetenz plus“ ist für diejenigen konzipiert, die Erfahrungen mit Alkohol haben, während der Baustein „Risikokompetenz“ für diejenigen ausgelegt ist, die gar nicht oder eher selten konsumieren. Die Einteilung der Gruppen erfolgt folglich aufgrund der unterschiedlichen ERFAHRUNGEN mit Alkoholkonsum in dieser Altersklasse und nicht aufgrund eines unterschiedlichen RISIKOPO-TENTIALS.

Die Auswertung des Tests

Die Schülerinnen und Schüler, die bei den **ersten beiden Fragen** mindestens ein rotes Kästchen angekreuzt haben und damit Alkohol mehr oder weniger regelmäßig konsumieren, nehmen am Baustein **„Risikokompetenz plus“** teil, der von der Präventionsfachkraft geleitet wird. Diejenigen, die bei den ersten beiden Fragen kein rotes Kästchen angekreuzt haben, arbeiten in der Gruppe **„Risikokompetenz“** mit der Lehrkraft.

Die Schüler/-innen füllen den Test aus und behalten ihn auch. Die Lehrkraft kommunizieren die Einteilung entsprechend mit den Schüler/-innen: „Diejenigen, die bei der Frage eins oder bei der Frage zwei oder bei beiden das rote Kästchen angekreuzt haben, gehen jetzt bitte mit Herrn/Frau XY zum Baustein Risikokompetenz plus in den Raum“

Die anderen gehen mit mir“

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2a

Wenn es organisatorisch möglich ist, kann der Selbsttest auch von diesem Baustein getrennt werden und vorher (an einem anderen Tag) durchgeführt werden. Dadurch wird Zeit gewonnen und es bleiben für die Durchführung von Risikokompetenz und Risikokompetenz plus die vollen 90 Minuten. Der Baustein Risikokompetenz würde dann mit der Einführung beginnen.

Falls Sie den Test vor der Durchführung der Bausteine machen, teilen Sie an dieser Stelle die Termine für die Durchführung der Bausteine mit.

Einführung: Risiko

Ab hier hat sich die Klasse geteilt. Hier beginnt die Durchführung des Bausteins Risikokompetenz

Die Übungsleitung wählt einige Impulsbegriffe (A34) aus und liest diese nacheinander vor. Nach jedem genannten Begriff positionieren sich die Schülerinnen und Schüler nun auf einer gedachten Linie zwischen zwei Polen (A35): die Pole bilden „Finde ich gut!“ und „Mag ich nicht!“).

Das Thema „Risiko“ wird nun eingeführt, indem einzelne Schülerinnen und Schüler auf der gedachten Linie und an den Polen befragt werden, warum sie sich so positioniert haben. Dabei sollte der Fokus dieser Vertiefung auf den Fragen „Warum ist das riskant?“ und „Kann man dieses Risiko eingehen?“ liegen.

Erarbeitung: Risikotypen³⁰

Es werden vier Arbeitsgruppen gebildet, die sich jeweils mit einem der vier Risikotypen beschäftigen sollen:

Typ 1: Risiko vermeidend – Sicherheit ist wichtig (A36)

Typ 2: Über Risiken wird nicht nachgedacht (A37)

Typ 3: Risiken nach Abwägung dosiert eingehen (A38)

Typ 4: Risiken (mit ungewissem Ausgang) suchend (A39)

³⁰ Diese Übung wurde mit freundlicher Genehmigung der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin aus dem Programm „Prev@WORK - Suchtprävention in der Ausbildung“, hg. von der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin, 2011, entnommen.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2a

Jede Gruppe erhält das passende Arbeitsblatt (A36-A39) mit folgenden Fragestellungen:

- Was sind Merkmale/Charaktereigenschaften dieses Risiko-Typs?
- Was braucht dieser Risiko-Typ?
- Was sind Vorteile dieses Verhaltens?
- Welche Nachteile können damit verbunden sein?
- Was könnte man diesem Typ empfehlen?
- Wie geht dieser Typ mit Alkohol um?

Die Gruppen bearbeiten das Arbeitsblatt und tragen die Ergebnisse auf einer Flipchart zusammen.

Im Anschluss werden die Ergebnisse von den einzelnen Gruppen vorgetragen. Im Anschluss wird gemeinsam ein vergleichender Überblick der vier Risiko-Typen hergestellt und die Ergebnisse im Hinblick auf die letzte Frage „Wie geht dieser Typ mit Alkohol um?“ diskutiert.

Abschluss: Risikobereitschaft

Die Schülerinnen und Schüler bilden Tandems. Eine Person soll sich in dem Abstand zur Wand stellen, von dem sie der Meinung ist, dass sie sich, wenn sie sich nach vorne fallen lässt, mit den Händen noch abstützen könne, ohne hinzufallen. Die andere Person soll bei Gefahr eingreifen. Dann wird getauscht.

Die gewählten Abstände und die Einschätzung des Risikos, vielleicht „auf die Nase zu fallen“ werden unterschiedlich ausfallen und bieten die Grundlage für eine mögliche Abschlussdiskussion. In der Diskussion sollte der Bezug zu den vier Risikotypen hergestellt werden.

Arbeitsblatt A33 (9/10-2a): Der Selbsttest "Check Dein Risiko"

Wie ihr alle wisst, gibt es eine Vielzahl von Risiken, die mit Alkoholkonsum in Verbindung stehen. Heute wollen wir mit euch zu dem Thema „Risikokompetenz“ arbeiten.

Wir möchten, dass ihr selbst entscheiden könnt, wann, ob oder wie viel Alkohol ihr trinken wollt. Häufig wird Alkohol getrunken ohne darüber nachzudenken. So betrinken sich zum Beispiel einige, weil nach dem Bier halt das nächste Bier da steht.

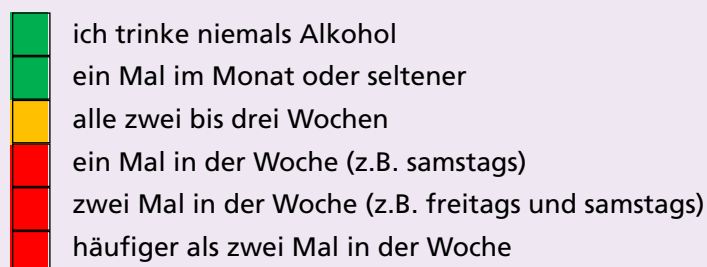
Damit wir zielgenau auf Deinen Umgang mit Alkohol eingehen können, dient der Test auch dazu, Deine Klasse in zwei Gruppen einzuteilen. In welcher Gruppe du zum Thema Alkohol und Risiko arbeiten wirst, erfährst Du nach dem Test.

Mit diesem Selbsttest kannst du sehen, wie es um Deinen aktuellen Alkoholkonsum steht. Ist alles im grünen Bereich? Oder ist Dein Konsum riskant oder gar grenzwertig?

Anhand der Ampelfarben kannst Du erkennen, wie wir Dein Konsumverhalten einschätzen.








Wie oft trinkst du alkoholische Getränke (Konsumtage)?



Arbeitsblatt A33 (9/10-2a): Der Selbsttest "Check Dein Risiko"

Wenn du alkoholische Getränke trinkst, wie viel trinkst du dann typischerweise an einem Tag?

Ein alkoholisches Getränk (auch Standardglas Alkohol genannt) ist z. B. ein mittelgroßes Glas oder eine Flasche Bier, ein kleines Glas Wein oder Sekt, ein einfacher Schnaps oder ein Glas Likör. Wenn Du Cocktails oder Longdrinks trinkst, überlege Dir, wie viele Schnäpse ungefähr darin enthalten sind. Ein Cocktail, der einen Schnaps enthält, wäre dann ein Standardglas.







-  1 oder 2 Standardgläser
-  3 oder 4 Standardgläser
-  5 oder 6 Standardgläser
-  7 bis 9 Standardgläser
-  10 oder mehr Standardgläser

An wie viel Tagen hast Du in den letzten 2 Wochen wie viel Alkohol getrunken?

Mache ein Kreuz bei den Wochentagen, an denen Du getrunken hast und notiere darunter die ungefähre Anzahl der Standardgläser, die Du an diesem Tag getrunken hast. An dieser Stelle werden die Ampelfarben nicht zugeordnet. Du erhältst jedoch einen Überblick zu Deinem Konsumverhalten und kannst nun selbst überlegen, wie Du Dein Verhalten einschätzt.

Tage	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Anzahl der Standardgläser														

Wie oft trinkst du 5 oder mehr Gläser Alkohol bei einer Gelegenheit?

-  ich trinke niemals Alkohol
-  ein Mal im Monat oder seltener
-  alle zwei bis drei Wochen
-  ein Mal in der Woche (z.B. samstags)
-  zwei Mal in der Woche (z.B. freitags und samstags)
-  häufiger als zwei Mal in der Woche

Arbeitsblatt A33 (9/10-2a): Der Selbsttest "Check Dein Risiko"

Wenn du an deinen Alkoholkonsum der letzten 7 Tage denkst, aus welchen Gründen hast du da Alkohol getrunken?

Ich habe in den letzten 7 Tagen keinen Alkohol getrunken.

Ich habe Alkohol getrunken, ...

- weil es Spaß macht.
- weil mir langweilig war.
- weil man dann leichter mit anderen in Kontakt kommt.
- weil er mir schmeckt.
- weil ich mal so richtig die Sau rauslassen wollte.
- weil es im Freundeskreis einfach dazu gehört.
- weil ich mich nicht so gut gefühlt habe.
- weil ich Stress mit meinem Freund/meiner Freundin hatte.
- weil es zum Essen passte.
- Keiner der aufgeführten Gründe passt.

Bist Du schon mal unter Alkoholeinfluss oder mit Restalkohol vom Vorabend zur Schule, zur Arbeit oder zum Sport gegangen?

- ja
- nein

Bist Du schon einmal unter Alkoholeinfluss Auto gefahren oder bei jemandem mitgefahren, der Alkohol getrunken hat?

- ja
- nein

Trinkst du, um Dich zu entspannen, Dich besser zu fühlen oder damit Du Dich unter Freunden/Bekanntem wohler fühlst?

- ja
- nein

Arbeitsblatt A33 (9/10-2a): Der Selbsttest "Check Dein Risiko"

Trinkst Du Alkohol, wenn Du alleine bist?

- ja
 nein
-

Haben Dir Familienangehörige oder Freunde schon mal geraten, weniger zu trinken?

- ja
 nein
-

Hast Du schon mal vergessen, was Du gemacht hast, weil Du vorher Alkohol getrunken hast (Blackout)?

- ja
 nein
-

Hast du schon mal Ärger mit anderen bekommen, weil Du Alkohol getrunken hast?

- ja
 nein
-

Arbeitsblatt A34 (9/10-2a): Impulsbegriffe

Süßigkeiten	Einkaufszentrum
Alleine im Tiefschnee Snowboard fahren	Hantel
Fallschirmspringen	Motorrad fahren
Demonstrieren bei Polizeiaufgebot	Marathonlauf
Schminken	Test / Prüfung
Mountainbike fahren im freien Gelände	Bergsteigen / auf einem Gipfel stehen

Arbeitsblatt A34 (9/10-2a): Impulsbegriffe

Handy	Zweikampf im Fußball
Wildwasser – Kanufahrt	Computer- maus
Hund ausführen	Alkohol trinken
Spaziergang im Park	Skateboard fahren
Tanz in der Disco	Referat halten
Mit dem Flugzeug fliegen	Liebespaar bei Sonnen- untergang

**Finde ich
gut!**

**Mag ich
nicht!**

Arbeitsblatt A36 (9/10-2a): Mit Risiken umgehen – Typ 1

Risiko vermeidend – Sicherheit ist wichtig

Bitte beantwortet folgende Fragen und haltet die Ergebnisse auf dem Flipchart fest

• **Was sind Merkmale / Charaktereigenschaften dieses Risiko – Typs?** (z. B.: *schüchtern, extrovertiert, zuvorkommend, selbstsüchtig, emphatisch, liebevoll, charismatisch, angesehen...*)

• **Was braucht dieser Risiko-Typ?** (z. B.: *Harmonie, Bewegung, den Kick, Sicherheit, Geborgenheit, Rausch, Gefahr, Ruhe, Spaß...*)

• **Was sind die Vorteile des Verhaltens?**

• **Welche Nachteile können damit verbunden sein?**

• **Was könnte man diesem Typ empfehlen?**

• **Wie geht dieser Typ mit Suchtmitteln um?**

Arbeitsblatt A37 (9/10-2a): Mit Risiken umgehen – Typ 2

Über Risiken wird nicht nachgedacht

Bitte beantwortet folgende Fragen und haltet die Ergebnisse auf dem Flipchart fest

• **Was sind Merkmale / Charaktereigenschaften dieses Risiko – Typs?** (z. B.: *schüchtern, extrovertiert, zuvorkommend, selbstsüchtig, emphatisch, liebevoll, charismatisch, angesehen...*)

• **Was braucht dieser Risiko-Typ?** (z. B.: *Harmonie, Bewegung, den Kick, Sicherheit, Geborgenheit, Rausch, Gefahr, Ruhe, Spaß...*)

• **Was sind die Vorteile des Verhaltens?**

• **Welche Nachteile können damit verbunden sein?**

• **Was könnte man diesem Typ empfehlen?**

• **Wie geht dieser Typ mit Suchtmitteln um?**

Arbeitsblatt A38 (9/10-2a): Mit Risiken umgehen – Typ 3

Risiken nach Abwägung dosiert eingehen

Bitte beantwortet folgende Fragen und haltet die Ergebnisse auf dem Flipchart fest

• **Was sind Merkmale / Charaktereigenschaften dieses Risiko – Typs?** (z. B.: *schüchtern, extrovertiert, zuvorkommend, selbstsüchtig, emphatisch, liebevoll, charismatisch, angesehen...*)

• **Was braucht dieser Risiko-Typ?** (z. B.: *Harmonie, Bewegung, den Kick, Sicherheit, Geborgenheit, Rausch, Gefahr, Ruhe, Spaß...*)

• **Was sind die Vorteile des Verhaltens?**

• **Welche Nachteile können damit verbunden sein?**

• **Was könnte man diesem Typ empfehlen?**

• **Wie geht dieser Typ mit Suchtmitteln um?**

Arbeitsblatt A39 (9/10-2a): Mit Risiken umgehen – Typ 4

Risiken (mit ungewissem Ausgang) suchend

Bitte beantwortet folgende Fragen und haltet die Ergebnisse auf dem Flipchart fest

• **Was sind Merkmale / Charaktereigenschaften dieses Risiko – Typs?** (z. B.: *schüchtern, extrovertiert, zuvorkommend, selbstsüchtig, emphatisch, liebevoll, charismatisch, angesehen...*)

• **Was braucht dieser Risiko-Typ?** (z. B.: *Harmonie, Bewegung, den Kick, Sicherheit, Geborgenheit, Rausch, Gefahr, Ruhe, Spaß...*)

• **Was sind die Vorteile des Verhaltens?**

• **Welche Nachteile können damit verbunden sein?**

• **Was könnte man diesem Typ empfehlen?**

• **Wie geht dieser Typ mit Suchtmitteln um?**

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 2B

Baustein 2b: Risikokompetenz plus

Ziele

- Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass die Bereitschaft Risiken einzugehen, individuell ist.
- Die Schülerinnen und Schüler lernen verschiedene Umgangsweisen mit Risiken kennen.
- Die Schülerinnen und Schüler ordnen sich einem Risikotyp zu und reflektieren ihren eigene Risikobereitschaft und ihre Haltung zum riskanten Verhalten.
- Die Schülerinnen und Schüler stellen den Zusammenhang zwischen „riskantem Verhalten“ und Alkoholkonsum her.
- Die Schülerinnen und Schüler werden sich der Verantwortung für das eigene Handeln bewusst.
- Die Schülerinnen und Schüler erkennen die Notwendigkeit, eigene Entscheidungen zu treffen.
- Die Schülerinnen und Schüler erlernen sich selbst zu regulieren (Acht-samkeit).

Material/ Vorbereitung

- Impulsbegriffe (A40)
- 2 Polkarten für den Einstieg (A41)
- Arbeitsblätter (A42 – A45) als Gruppensatz kopieren
- Stifte
- Arbeitsblatt A46 (Statements zum Risiko-Typ) kopieren

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 2B

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Begrüßung	Präventionsfachkraft stellt sich vor und erklärt die Ziele der Suchtprävention	Stuhlkreis		5 Min.
	Einführung	Impulsbegriffe (Alkohol ist in jedem Fall dabei) werden nach ihrem Risikopotential überprüft und bewertet.	Stuhlkreis Klassengespräch	Impulsbegriffe (A40)* 2 Polkarten (A41)	30 Min.
	Erarbeitung 1	Risikotypen - Die Teilnehmenden ordnen sich einem der vier Risiko-Typen zu. Die Vor- und Nachteile der Risiko-Typen werden insbesondere in Bezug auf Alkoholkonsum diskutiert.	Einzelarbeit Stuhlkreis Klassengespräch	Arbeitsblätter A42 – A45	35 Min.
	Erarbeitung 2	Entscheidungen treffen – verantwortlich handeln	Stuhlkreis Klassengespräch	Ggf. Arbeitsblatt A46	15 Min.
	Abschluss	Achtsamkeit erfahren	Einzelarbeit	Arbeitshinweise zu Abschluss Achtsamkeitsübungen	5 Min.

*A=Arbeitsblatt

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 2B

Begrüßung: Warum Suchtprävention in der 10. Klasse

Der Baustein Risikokompetenz plus wird von der Präventionsfachkraft durchgeführt. Diese stellt sich zunächst der Gruppe vor. Dabei weist sie darauf hin, dass es ihr darum geht, mit den Schüler/-innen über ihre Erfahrungen mit Alkoholkonsum ins Gespräch zu kommen und darüber, wie sie mit Risiken umgehen.

Einführung: Risiko

In dieser Übung setzen sich die Schüler/-innen mit dem Thema „Risiko“ auseinander. Warum sind bestimmte Dinge riskant, kann man diese Risiken eingehen oder besser nicht?

Das Risikopotenzial von Alkohol wird dann vertiefend diskutiert, wobei sich die Diskussion nah an der Lebenssituation der Jugendlichen bewegen soll.

Erarbeitung 1: Welcher Risikotyp bin ich?

Die Schülerinnen und Schüler wählen einen Risikotyp aus, der ihrer Meinung nach am ehesten auf sie zutrifft. Sie setzen sich dann mit „ihrem“ Risiko-Typ intensiv auseinander.

Erarbeitung 2: Entscheidungen treffen – Verantwortlich handeln

Riskantes Verhalten steht in engem Zusammenhang mit dem Erwachsen werden. Hierbei ist – wie über die Risikotypen verdeutlicht wurde – die Neigung, Risiken einzugehen unter den Jugendlichen ebenso unterschiedlich wie die Selbsteinschätzung und die damit verbundene Risikokompetenz.

In dieser Erarbeitungsphase soll den Jugendlichen klar werden, dass selbst **entscheiden** sollten, wann und welches Risiko sie **bewusst** eingehen wollen.

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 2B

Abschluss: Achtsamkeit

Das Leben gerade von Jugendlichen ist oft schnell und hektisch, die digitale Welt, in der sie sich ganz selbstverständlich bewegen, bietet eine große Informationsflut, die ständig Entscheidungen abfordert. Dies bedeutet oft Stress und große innere Unruhe, die Konzentration auf eine Sache ist schwierig.

Gegen dieses Zeitphänomen, das oft im burn-out endet, wird im therapeutischen Setting u.a. mit Achtsamkeitsübungen gearbeitet. Sie sind aber für jeden Menschen gewinnbringend einsetzbar. Achtsam sein bedeutet konkret, im Jetzt zu bleiben und den Moment umfassend zu erleben und im Idealfall zu genießen. Achtsam sein heißt In-sich-hineinhorchen, beobachten, entschleunigen. Jede kleine **Achtsamkeitsübung** gönnt der Psyche eine Auszeit.

Wirklich im Hier und Jetzt zu sein reduziert nachhaltig Stress. Der Gedankenstrom wird langsamer und man wird nicht mehr von Gedanken und Gefühlen mitgerissen. Auf diese Weise lassen sich sogar heftige Gefühle wie Panik, Angst, Wut und Aggression mildern. Bei den Arbeitsmaterialien werden einige Übungen aufgeführt, von denen Sie eine als Abschluss mit den Schülerinnen und Schülern durchführen können.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2b

Begrüßung: Warum Suchtprävention in der 10. Klasse

Die Präventionsfachkraft stellt sich und die Ziele der Suchtprävention vor. Um den Zugang zu den Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, soll insbesondere deutlich werden, dass die Suchtprävention hauptsächlich erreichen möchte, dass die Jugendlichen „vernünftig“ mit Alkohol umgehen. „Vernünftiger Umgang“ bedeutet im Zusammenhang mit dem Projekt „Rausch und Risiko“ nicht notwendiger Weise Abstinenz, sondern möglichst risikoarm zu konsumieren, sodass keine Probleme entstehen.

Zudem ist es wichtig, darauf hinzuweisen, dass die Einteilung der Gruppen auf den unterschiedlichen ERFAHRUNGEN mit Alkoholkonsum in dieser Altersklasse beruht.

Einführung: Risiko

Die Übungsleitung wählt einige Impulsbegriffe (A40) aus und liest diese nacheinander vor. Nach jedem genannten Begriff positionieren sich die Schülerinnen und Schüler nun auf einer gedachten Linie zwischen zwei Polen (A41: die Pole bilden „*Finde ich gut!*“ und „*Mag ich nicht!*“).

Das Thema „Risiko“ wird nun eingeführt, indem einzelne Schülerinnen und Schüler auf der gedachten Linie und an den Polen befragt werden, warum Sie sich so positioniert haben. Dabei sollte der Fokus dieser Vertiefung auf den Fragen „*Warum ist das riskant?*“ und „*Kann man dieses Risiko eingehen?*“ liegen.

Das Risikopotential von Alkohol wird an dieser Stelle vertiefend diskutiert. Hierbei ist es sinnvoll auf die kurzfristigen Risiken des Alkoholkonsums einzugehen, da diese näher an der Lebensrealität der Jugendlichen liegen.

Themenvorschläge:

- Alkohol im Zusammenhang mit negativen Gefühlen
- Alkoholvergiftung
- Alkohol und Straßenverkehr
- Alkohol und Gewalt
- Alkohol und Sex

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2b

Die Themenvorschläge dienen als Orientierung. Um nah an der Lebensrealität der Jugendlichen zu bleiben, empfiehlt es sich, auf den tatsächlichen Erfahrungen der Jugendlichen aufzubauen und diese zu ermuntern von ihren Erlebnissen zu berichten.

Erarbeitung 1: Welcher Risikotyp bin ich?³¹

Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit eines aus vier Arbeitsblättern zu den folgenden vier Risikotypen zu wählen. Hierbei ist es wichtig darauf hinzuweisen, dass kein Risikotyp per se besser ist als der andere und es in jeder Schulklasse alle vier Typen vertreten sind.

Typ 1: Risiko vermeidend – Sicherheit ist wichtig (A42)

Typ 2: Über Risiken wird nicht nachgedacht (A43)

Typ 3: Risiken nach Abwägung dosiert eingehen (A44)

Typ 4: Risiken (mit ungewissem Ausgang) suchend (A45)

Die Schülerinnen und Schüler suchen sich den Risiko-Typen aus, der am besten zu ihnen passt. Nach der Wahl des passenden Risikotyps finden sich die Schülerinnen und Schüler mit den anderen Teilnehmenden zusammen, die denselben Typen gewählt haben. In diesen Kleingruppen (bzw. in Einzelarbeit) werden die Arbeitsblätter (A42 – A45) bearbeitet.

- Welche Merkmale/Charaktereigenschaften von mir (dieses Risiko-Typs) kann ich benennen?
- Was ist mir als dieser Risiko-Typ wichtig, was brauche ich?
- Welche Vorteile sehe ich für mich bei diesem Risikoverhalten?
- Welche Nachteile können mit diesem Risikoverhalten verbunden sein?
- Gibt es Dinge, die ich beachten sollte?
- Wie gehe ich als dieser Risiko-Typ mit Alkohol um?

Anschließend kommen alle im Stuhlkreis zusammen. Die Schülerinnen und Schüler berichten, welchem Risikotypen sie sich zugeordnet haben und stellen diesen anhand der erstellten Notizen vor.

³¹ Diese Übung basiert auf der Übung zu Risikotypen aus dem Programm „Prev@WORK - Suchtprävention in der Ausbildung“, hg. von der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin, 2011

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2b

Um später Zeit zu sparen, können während dieser Gruppenarbeit von der Übungsleitung folgende Satzanfänge an die Tafel geschrieben, die als Grundlage für die abschließende Diskussion der gesamten Einheit dienen. Alternativ kann am Ende Arbeitsblatt (A46) verteilt werden.

- Ich bin mit meinem Risikotyp zufrieden/unzufrieden, weil...
- Ich finde meinen Umgang mit Risiken OK/nicht OK, weil...
- Ich finde meinen Umgang mit Alkohol OK/nicht OK, weil...
- Ich möchte nichts verändern/Ich möchte folgendes verändern und zwar...
- Für meine Freunde bin ich wichtig, weil ich...

Erarbeitung 2: Entscheidungen treffen – Verantwortlich handeln

Bevor die Sätze an der Tafel (s.o.) von den Schülerinnen und Schülern mündlich vervollständigt werden, werden die Risikotypen in Verbindung mit Entscheidungen und Verantwortung für sich selbst und andere gebracht.

Impulsfrage:

„Welcher Risikotyp sollte auf einer guten Party vertreten sein?“

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2b

Die Schülerinnen bemerken, dass jeder Risikotyp auf einer guten Party wichtig ist. Typ 4 braucht eine Party um Stimmung zu machen und riskante, aber spaßige Aktionen zu starten, Typ 2 macht mit, Typ 3 und Typ 1 achten darauf, dass die Party nicht ausartet.

Gemeinsam wird diskutiert, wie riskantes Verhalten mit Entscheidungen und Verantwortung im Zusammenhang stehen. Insbesondere wird erarbeitet, welchen Auftrag der jeweilige Risikotyp auf einer Party übernehmen kann, damit die Party nicht aus dem Ruder läuft.

Abschließend werden die Satzanfänge (s.o.) von den Schülerinnen und Schülern vervollständigt.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2b

Allgemeine Hinweise zu Risiko, Entscheidung und Verantwortung

Risikotyp	Entscheidungen	Verantwortung	Auftrag
Risikotyp 1	Trifft grundsätzlich die Entscheidung riskantes Verhalten zu vermeiden, auch wenn die Gefahr besteht etwas zu verpassen.	Hat ein Gespür für Gefahren und übernimmt Verantwortung für sich selbst.	Die andern auf die möglichen Gefahren aufmerksam machen.
Risikotyp 2	Trifft in Bezug auf Risiken keine Entscheidung und lässt sich vom Spaß lenken.	Tritt die Verantwortung für sich selbst ab und verlässt sich auf andere.	Mehr Verantwortung für sich selbst übernehmen. Die anderen können nicht immer aufpassen.
Risikotyp 3	Lässt sich von Typ 4 inspirieren und entscheidet sich teilweise nach Abwägung für riskantes Verhalten.	Besitzt eine hohe Risiko-kompetenz und übernimmt Verantwortung für sich selbst.	Hat Verantwortung für Typ 2-Jugendliche, die ihnen häufig nacheifern, sich selbst aber nicht so gut einschätzen können.
Risikotyp 4	Kennt in der Regel das Risiko und entscheidet sich bewusst dafür es einzugehen.	Können sich in der Regel sehr gut einschätzen, übernehmen aber wenig Verantwortung für sich selbst und andere. Hat einen großen Einfluss auf Typ 2 und motiviert diese bewusst oder unbewusst Risiken einzugehen, die diese selbst nicht so gut einschätzen können.	Hat Verantwortung für Typ 2-Jugendliche, die ihnen häufig nacheifern, aber sich selbst nicht so gut einschätzen können.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-2b

Abschluss: Achtsamkeit

Es gibt eine Vielzahl von Übungen zur Achtsamkeit.³²

Suchen Sie sich eine der Achtsamkeitsübungen aus und führen Sie sie mit der Gruppe durch.

Einen Apfel essen

Nehmt den Apfel in die Hand. Schaut ihn euch an, als ob ihr zum ersten Mal einen Apfel seht: Wie fühlt er sich an? Wie riecht er?

Beißt in den Apfel. Wie schmeckt er? Ist er saftig, sauer, süß? ...

Den Atem spüren - Kontakt zum eigenen Körper bekommen
Setzt Euch bequem auf eurem Stuhl. Denkt „lass“ beim Ein- und „los“ beim Ausatmen. Gedanken, die sich sonst noch einstellen, wie Wolken vorbeiziehen lassen, ohne daran festzuhalten. Versucht zu spüren, wohin der Atem im Körper fließt.

Die Reise durch den Körper

Legt Euch flach mit dem Rücken auf den Boden. Die Augen schließen. Den ganzen Körper anspannen, zwei Minuten halten, dann loslassen.

Langsam tief ein- und genauso lange ausatmen. Sich von unten nach oben in den Körper hineinspüren: von den Zehen über den Bauchnabel bis zu den Augenhöhlen. Versucht, jeden Körperteil, die Gelenke, Knochen und Organe auf der Reise durch den Körper einzeln zu entspannen. Wie fühlt sich der Körper danach an?

³² Kaltwasser, V. Achtsamkeit in der Schule: Stille-Inseln im Unterricht: Entspannung und Konzentration. Weinheim und Basel. 2008

Arbeitsblatt A40 (9/10-2b): Impulsbegriffe

Süßigkeiten	Einkaufs- zentrum
Alleine im Tief- schnee Snow- board fahren	Hantel
Fallschirm- springen	Motorrad fahren
Demonstrieren bei Polizei- aufgebot	Marathonlauf
Schminken	Test / Prüfung
Mountainbike fahren im freien Gelände	Bergsteigen / auf einem Gipfel stehen

Arbeitsblatt A40 (9/10-2b): Impulsbegriffe

Handy	Zweikampf im Fußball
Wildwasser – Kanufahrt	Computer- maus
Hund ausführen	Alkohol trinken
Spaziergang im Park	Skateboard fahren
Tanz in der Disco	Referat halten
Mit dem Flugzeug fliegen	Liebespaar bei Sonnen- untergang

**Finde ich
gut!**

**Mag ich
nicht!**

Arbeitsblatt A42 (9/10-2b): Mit Risiken umgehen – Typ 1

Risiko vermeidend – Sicherheit ist wichtig

Bitte beantwortet folgende Fragen und haltet die Ergebnisse auf dem Flipchart fest

<ul style="list-style-type: none"> • Welche Merkmale/Charaktereigenschaften von mir (als dieser Risiko-Typ) kann ich benennen? (z. B.: <i>schüchtern, extrovertiert, zuvorkommend, selbstsüchtig, emphatisch, liebevoll, charismatisch, angesehen...</i>)
<ul style="list-style-type: none"> • Was ist mir als dieser Risiko-Typ wichtig, was brauche ich? (z. B.: <i>Harmonie, Bewegung, den Kick, Sicherheit, Geborgenheit, Rausch, Gefahr, Ruhe, Spaß...</i>)
<ul style="list-style-type: none"> • Welche Vorteile sehe ich für mich bei diesem Risikoverhalten?
<ul style="list-style-type: none"> • Welche Nachteile können mit diesem Risikoverhalten verbunden sein?
<ul style="list-style-type: none"> • Gibt es Dinge, die ich beachten sollte?
<ul style="list-style-type: none"> • Wie gehe ich als dieser Risiko-Typ mit Alkohol um?

Arbeitsblatt A43 (9/10-2b): Mit Risiken umgehen – Typ 2

Über Risiken wird nicht nachgedacht

Bitte beantwortet folgende Fragen und haltet die Ergebnisse auf dem Flipchart fest

• **Welche Merkmale/Charaktereigenschaften von mir (als dieser Risiko-Typ) kann ich benennen?** (z. B.: *schüchtern, extrovertiert, zuvorkommend, selbstsüchtig, emphatisch, liebevoll, charismatisch, angesehen...*)

• **Was ist mir als dieser Risiko-Typ wichtig, was brauche ich?** (z. B.: *Harmonie, Bewegung, den Kick, Sicherheit, Geborgenheit, Rausch, Gefahr, Ruhe, Spaß...*)

• **Welche Vorteile sehe ich für mich bei diesem Risikoverhalten?**

• **Welche Nachteile können mit diesem Risikoverhalten verbunden sein?**

• **Gibt es Dinge, die ich beachten sollte?**

• **Wie gehe ich als dieser Risiko-Typ mit Alkohol um?**

Arbeitsblatt A44 (9/10-2b): Mit Risiken umgehen – Typ 3

Risiken nach Abwägung dosiert eingehen

Bitte beantwortet folgende Fragen und haltet die Ergebnisse auf dem Flipchart fest

• **Welche Merkmale/Charaktereigenschaften von mir (als dieser Risiko-Typ) kann ich benennen?** (z. B.: *schüchtern, extrovertiert, zuvorkommend, selbstsüchtig, emphatisch, liebevoll, charismatisch, angesehen...*)

• **Was ist mir als dieser Risiko-Typ wichtig, was brauche ich?** (z. B.: *Harmonie, Bewegung, den Kick, Sicherheit, Geborgenheit, Rausch, Gefahr, Ruhe, Spaß...*)

• **Welche Vorteile sehe ich für mich bei diesem Risikoverhalten?**

• **Welche Nachteile können mit diesem Risikoverhalten verbunden sein?**

• **Gibt es Dinge, die ich beachten sollte?**

• **Wie gehe ich als dieser Risiko-Typ mit Alkohol um?**

Arbeitsblatt A45 (9/10-2b): Mit Risiken umgehen – Typ 4

Risiken (mit ungewissem Ausgang) suchend

Bitte beantwortet folgende Fragen und haltet die Ergebnisse auf dem Flipchart fest

• **Welche Merkmale/Charaktereigenschaften von mir (als dieser Risiko-Typ) kann ich benennen?** (z. B.: *schüchtern, extrovertiert, zuvorkommend, selbstsüchtig, emphatisch, liebevoll, charismatisch, angesehen...*)

• **Was ist mir als dieser Risiko-Typ wichtig, was brauche ich?** (z. B.: *Harmonie, Bewegung, den Kick, Sicherheit, Geborgenheit, Rausch, Gefahr, Ruhe, Spaß...*)

• **Welche Vorteile sehe ich für mich bei diesem Risikoverhalten?**

• **Welche Nachteile können mit diesem Risikoverhalten verbunden sein?**

• **Gibt es Dinge, die ich beachten sollte?**

• **Wie gehe ich als dieser Risiko-Typ mit Alkohol um?**

**Ich bin mit dem Risikotyp,
für den ich mich entschieden
habe, zufrieden/nicht zufriede-
den.**

**Ich finde meinen Umgang mit
Risiken okay/nicht okay.**

**Ich finde meinen Umgang mit
Alkohol okay/nicht okay.**

**Ich möchte nichts verändern/
Ich möchte folgendes verän-
dern...**

**Für meine Freunde bin ich
wichtig, weil ...**

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 3

Baustein 3: Sucht und Abhängigkeit

Ziele

- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben die Institution Beratungsstelle kennen gelernt und Antworten auf ihre Fragen bekommen.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler sind für das Thema sensibilisiert worden.
- ▶ Hemmungen in Bezug auf Sucht, Betroffene und Institutionen der Suchthilfe sind reduziert worden.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben ein Erklärungsmodell zur Suchtentstehung kennen gelernt.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben sich mit dem Verlauf, der Dynamik und Komplexität einer Suchtentwicklung auseinandergesetzt.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben regionale und bundesweite Hilfsangebote kennengelernt.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler haben eigene Fähigkeiten entdeckt und können diese benennen.

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ Die örtliche Beratungsstelle kontaktieren und einen Termin für einen Besuch in der Einrichtung oder in der Klasse vereinbaren.
- ▶ Zur Vorbereitung auf den Besuch sammeln die Schülerinnen und Schüler Fragen, die sie dem/der Referenten/Referentin stellen möchten.

Materialien für die Alternative (Thema in der Schule bearbeiten)

- ▶ großes Plakat mit der Aufschrift „Sucht“ bereithalten; Eddings
- ▶ einen Papiertank erstellen
- ▶ Metaplankarten und Eddings in ausreichender Anzahl bereithalten
- ▶ gegebenenfalls eine Pinnwand bereithalten
- ▶ Fähigkeiten Kärtchen (Arbeitsblatt A47) einlaminiert bzw. einige Fähigkeiten für die Tafel auswählen
- ▶ ggf. leere Kärtchen und Stifte
- ▶ Flyer regionaler Hilfsangebote bereithalten

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 3

Unterrichtsskizze:

Besuch in einer örtlichen Suchtberatungsstelle oder Besuch einer Mitarbeiterin/eines Mitarbeiters einer örtlichen Suchtberatungsstelle in der Klasse

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	In das Tankmodell einführen	Stuhlkreis	Siehe Umsetzung und Arbeitshinweise	5 Min.
	Erarbeitung 1	Erklärungsmodell zur Suchtentstehung/Schutzfaktoren benennen	Stuhlkreis Klassengespräch Gruppe	Siehe Umsetzung und Arbeitshinweise „Tank“ und Metaplankarten, Eddings	35 Min.
	Erarbeitung 2	Regionale und allgemeine Hilfsangebote besprechen	Klassengespräch/ Gruppe	Siehe Umsetzung und Arbeitshinweise Internet/Flyer	30 Min.
	abschluss	Sich mit eigenen positiven Eigenschaften auseinandersetzen	Klassengespräch	A47	20 Min.

Alternative:

Soll den Fähigkeiten und positiven Eigenschaften mehr Raum gelassen werden, wird A47 mit Zusatz durchgeführt, die Hilfsangebote werden dann als Hausaufgabenrecherche verteilt und in einer zusätzlichen Stunde besprochen.

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 3

Besuch in einer örtlichen Suchtberatungsstelle oder Besuch einer Mitarbeiterin/eines Mitarbeiters einer örtlichen Suchtberatungsstelle in der Klasse

Die Klasse besucht eine örtliche Suchtberatungsstelle. Ein Mitarbeiter der örtlichen Beratungsstelle bereitet diesen Termin in Absprache mit der Lehrkraft vor und führt durch die Einheit.

Ist der Besuch in der Beratungsstelle nicht möglich, kommt alternativ ein Mitarbeiter/eine Mitarbeiterin in die Klasse und führt die Einheit dort durch.

Die Schüler und Schülerinnen sammeln im Vorfeld gemeinsam mit der Lehrkraft Fragen, die sie an die Referentin/den Referenten stellen möchten.

Ist es auch nicht möglich, jemand Externen für diese Einheit zu bekommen, wird der folgende Unterrichtsablauf durchgeführt.

Umsetzung in der Schule:

Einführung und Erarbeitung 1: Das Tankmodell

Die Übung „Tankmodell“ soll den Schülern und Schülerinnen helfen, die Entstehung einer Sucht besser nachvollziehen zu können. Das Tankmodell versucht einerseits, die Dynamik und Komplexität bei der Entstehung süchtigen Verhaltens zu beschreiben, andererseits Möglichkeiten aufzuzeigen, die den Weg in eine Sucht verhindern sollen.

Erarbeitung 2: Hilfsangebote

Es werden regionale und bundesweite Hilfsangebote recherchiert und besprochen.

Abschluss: Meine Fähigkeiten – positive Eigenschaften

Diese Übung wirft gemeinsam mit den Schülern und Schülerinnen einen Blick auf eigene, bereits vorhandene Fähigkeiten bzw. positiven Eigenschaften. Das Wissen um eigene Fähigkeiten und positive Eigenschaften stärkt das Selbstwertgefühl und gibt mehr Vertrauen in die eigene Person. Dieses Vertrauen schützt vor ausweichendem Verhalten und somit vor der Entstehung einer Abhängigkeit.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-3

Einführung und Erarbeitung 1: Das Tankmodell³¹

Mit dieser sehr anschaulichen Methode wird das Thema Sucht und Abhängigkeit für die Schüler und Schülerinnen leicht erfahrbar und nachvollziehbar gemacht.

Die Lehrkraft liest den Text und entnimmt ihm die Anweisungen für den Unterricht.

Ein Tank in Form eines Ballons mit einer kleinen Öffnung in der Mitte wird in die Mitte des Stuhlkreises gelegt.

Einführung

„In dieser Doppelstunde wollen wir uns mit der Frage beschäftigen, warum jemand abhängig wird.“ Die Lehrkraft legt den Tank in die Mitte des Raumes führt fort:

„Das Tankmodell geht davon aus, dass wir einen sog. „Seelentank“ besitzen, eine innere Kraftquelle. So wie ein Auto nur mit gefülltem Tank fahren kann, so braucht unser „Seelentank“ viele verschiedene „Treibstoffe“ (Immaterielles), also Tankinhalte (ähnlich wie das Auto Benzin, Öl, Wasser usw. braucht) damit wir uns wohl fühlen, damit wir im Alltag gut zurechtkommen.“

1. Frage an die Schüler und Schülerinnen: „Was brauche ich, um mich wohl zu fühlen? Was muss in meinen persönlichen Seelentank?“ (z. B. Spaß, Anerkennung, Liebe, Sinn, Abenteuer, Geborgenheit, Freizeit, Verständnis, Vertrauen, Zufriedenheit, Gesundheit, Ausgeglichenheit, Genussfähigkeit, Ruhe, Zeit, Freude, Selbstwertgefühl). Wichtig: Den Schülern und Schülerinnen muss deutlich gemacht werden, dass es um Gefühle geht, um etwas, das man in sich spürt. Es geht nicht um etwas, das sich außerhalb von einem selbst befindet wie Freunde, Hobbies etc.

Jede/-r schreibt ihre/seine Antworten auf Metaplankarten (pro Begriff eine Karte) und legt diese in den Tank.

2. „Wenn wir unser Leben betrachten, bemerken wir, dass unser Tank nicht immer gleich voll bzw. gleich leer ist. Abhängig von äußeren Faktoren haben wir manchmal einen vollen Tank – d.h. wir fühlen uns wohl, es geht uns gut. Manchmal ist er nur halbvoll und manchmal ist er aufgrund von Problemen und Schwierigkeiten ziemlich leer und wir fühlen uns schlecht. Um unseren Tank zu füllen, brauchen wir Tankstellen, die uns die Tankinhalte liefern.“

³¹ in Anlehnung an Christoph Lagemann, Leiter des Instituts für Suchtprävention, Linz, Österreich)

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-3

„Bitte voll tanken“ wie bei einem Autotank gibt es bei uns nicht. Wir müssen uns selber um die Tankstellen kümmern.“

Frage an die Schüler und Schülerinnen: „ Was für Tankstellen habt ihr? Also wo bekommt ihr die guten Gefühle, die in eurem Tank liegen, her?“

(Beispiele: Familie, Freunde, Schule/Beruf, Sport, Hobbies, Natur, Glaube, Tiere, Partner, Musik etc.)

Jede/r schreibt seine Tankstellen auf Metaplankarten (pro Begriff eine Karte) und legt diese um den Tank herum.

Ergänzende Fragen an die Schüler und Schülerinnen – sofern gewünscht: „Welche Tankstellen brauche ich für welchen Tankinhalt?“ – Tankinhalt den entsprechenden Tankstellen zuordnen.

„Welche Einflüsse (innere und äußere) können die Dynamik deines Tankes beeinflussen?“

3. Die Lehrkraft nimmt nun eine Tankstelle weg. Dabei sollte es sich um eine Tankstelle handeln, welche viele Auswirkungen auf die Seelentankfüllung und Tankstellen hat (wie z.B. Schule, Freunde oder ähnliches).

Frage an die Schüler und Schülerinnen: „Was passiert im Tank, wenn nun diese eine Tankstelle verstopft ist und ausfällt?“ Die entsprechenden nun fehlenden Gefühle aus dem Tank nehmen.

In der Regel stellen die Schüler und Schülerinnen fest, dass weitere Tankstellen dadurch versiegen und vor allem die Tankfüllung weniger wird. (z. B. „Eine Freundschaft zerbricht. Darunter leidet die Schule und die Leistungen sinken. Das wiederum stört die Eltern. Diese bestehen auf mehr Lernen und schränken den Ausgang mit Freunden ein.“)

Mit weiteren Tankstellen kann gleich verfahren werden, bis der Tank fast leer ist.

Wenn sich eine negative Entwicklung auf diese Weise hochschaukelt, steigt die Gefahr der Ersatzbefriedigung durch Suchtstoffe.

„Auftanken ist nicht immer einfach. Die Verlockung, zu Ersatzstoffen oder Ersatzhandlungen zu greifen, ist groß und wird vielfältig praktiziert. Diese wirken wie Stopper auf unserem Tank und verhindern, dass der Zugang zu den Tankstellen frei bleibt. Ich fülle also nicht mehr auf, sondern verschließe ihn und decke Defizite zu. Nur das Suchtmittel verschafft einem dann noch ein halbwegs erträgliches Gefühl bzw. lässt mich nicht mehr spüren, dass ich traurig

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-3

bin, dass ich einsam bin, dass mir Freunde fehlen, dass ich Ruhe und Entspannung brauche etc. Der Stopper funktioniert als Ersatztank und wird zum Mittelpunkt des Interesses. Stopper gibt es viele in unserer Gesellschaft – sie sind sozusagen alltäglich. Es gibt billige, teure, legale, illegale Stopper.“

Frage an die Schüler und Schülerinnen: „Was kann als Stopper benutzt werden? Habt ihr schon mal etwas als Stopper benutzt?“

„Der Stopper hilft mir unangenehme Gefühle, Unzulänglichkeiten nicht an die Oberfläche kommen zu lassen. Ich kann auch sagen, ich weiche unangenehmen Gefühlen oder Konflikten aus.“

So entsteht modellhaft Sucht.

Hinter jeder Sucht steht der Versuch der Selbstheilung. Der Stopper ist das Symptom für eine Störung im Tank. Es gibt nicht die „guten Tankstellen“ und die „bösen Stopper“. Vieles, das manchen von uns als Tankstelle dient, dient anderen als Stopper. Mehr oder weniger können alle Tankstellen – missbräuchlich verwendet – zum Stopper werden. Umgekehrt kann das meiste als Tankstelle dienen. (Beispiel: Arbeit stellt für viele Menschen eine wichtige Tankstelle dar, für den „Workaholic“ ist sie zum Stopper geworden, auf den er nur schwer verzichten kann.)

In der Behandlung Süchtiger ist es unbedingt nötig, nach Entfernen des Stoppers (Entzug) großes Augenmerk auf Tank und Tankstellen zu legen (man muss über unterschiedliche Tankstellen verfügen – alte Tankstellen wieder zugänglich machen, neue suchen und anzapfen – und dafür sorgen, dass diese auch „offen“ sind. Das bedeutet, z. B. den Anforderungen des Lebens nicht auszuweichen, sondern den Streit mit der Freundin zu klären).

In der Prävention setzt man sich ebenso mit dem Tank und Tankstellen auseinander. Niemand ist der Dynamik des Tanks ausgeliefert, wir können sie zu einem wesentlichen Teil mitgestalten. Wie tanke ich selber auf? Kümmere ich mich darum, dass die Zugänge zu meinen Tankstellen nicht verstopfen? Versuche ich neue Tankstellen zu finden und anzuzapfen?

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-3

Erarbeitung 2: Hilfeangebote

Die Lehrkraft verschafft sich mit der Klasse ein Bild über regionale wie auch bundesweite Hilfsangebote sowohl für Betroffene wie auch für Angehörige zu verschiedenen Suchtmitteln (Alkohol, Nikotin, Cannabis, Medien, Glücksspiel).

Erste Möglichkeit: Mittels Flyer verschafft sich die Klasse einen Überblick über regionale Angebote (z. B. Suchtberatungsstellen, Erziehungsberatungsstellen, Selbsthilfegruppen). Diese sollten im Vorfeld der Stunde von der Lehrkraft angeschafft werden. Hier kann die örtliche Suchtberatungsstelle unterstützen.

Zweite Möglichkeit: Über das Internet werden verschiedene Online-Angebote von der Klasse genauer betrachtet. Es kann auch geschaut werden, ob regionale Angebote für Betroffene und Angehörige im Netz vertreten sind. Oftmals geben auch die bundesweiten Seiten Links zu regionalen Angeboten.

Recherchefragen zu den Seiten: Wie findet ihr die Auftritte? Was wird dort angeboten?

Online-Angebote zu Alkohol:

www.null-alkohol-voll-power.de	Kampagne für Jugendliche von 12-16 Jahre
www.kenn-dein-limit.info	Kampagne für Jugendliche und junge Erwachsene
www.kenn-dein-limit.de	Kampagne für Erwachsene
www.elterninfo-alkohol.de	Informationsseite für Eltern
www.change-your-drinking	

Online-Angebote zu Tabak:

www.rauchfrei-info.de	Kampagne für Erwachsene
www.rauch-frei.info	Kampagne für Jugendliche

Online-Angebote zu Medien:

www.ins-netz-gehen.de	Kampagne für Jugendliche
www.computersuchthilfe.info	Informations- und Beratungsseite für Betroffene und Angehörige
www.onlinesucht.de	Informationsseite für Angehörige

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-3

Online-Angebote zu Glücksspiel:

www.check-dein-spiel.de	Informationsseite für Interessierte, Betroffene, Angehörige
www.spielen-mit-verantwortung.de	Kampagne für junge Erwachsene und Erwachsene

Online -Angebote zu Cannabis und anderen Drogen:

www.mindzone.info	Informations- und Beratungsseite
www.quit-the-shit.net	Hilfsangebot für Cannabiskonsumenten
www.realize-it.org	Hilfsangebot für Cannabiskonsumenten
www.stark-statt-breit.de	Informationsmaterial zu Cannabiskonsum aus NRW

Allgemein:

www.drugcom.de	Informationsseite der BzGA zu legalen und illegalen Drogen sowie Beratungsangebot
www.elternberatung-sucht.de	Onlineberatungsangebot für Eltern

Abschluss: „Meine Fähigkeiten – positive Eigenschaften“³²

In der Mitte wird auf dem Boden eine Fülle von Kärtchen (A47) ausgelegt, auf denen je eine Fähigkeit steht. Es sollten auch leere Kärtchen und Stifte bereit liegen, damit die Schüler und Schülerinnen eigene Ideen ergänzen können.

Alternativ werden einige von der Lehrkraft ausgewählte Fähigkeiten an die Tafel geschrieben bzw. mittels Whiteboard an die Wand gebracht.

Die Lehrkraft sollte die Übung kurz einführen, etwa mit folgendem Hintergrund: Das Wissen um eigene Fähigkeiten und um positive Eigenschaften stärkt das Selbstwertgefühl und gibt mehr Vertrauen in die eigene Person. Dieses Vertrauen schützt vor ausweichendem Verhalten und somit vor der Entstehung einer Abhängigkeit. Des-

³² Aktion Jugendschutz Landesarbeitsstelle Bayern e.V.: Es muss nicht immer Wodka sein... . Ideenbuch zur Suchtprävention mit jugendlichen Spätaussiedlern, München 2004, S.83ff

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-3

halb soll sich in dieser Abschlussübung mit den eigenen Fähigkeiten auseinandergesetzt werden.

Die Schüler und Schülerinnen können sich die Kärtchen ansehen und eine oder zwei Kärtchen auswählen, für Fähigkeiten, die sie haben oder die typisch für sie ist. Der Reihe nach lesen sie ihre ausgewählten Kärtchen vor und begründen, warum sie diese/s Kärtchen gewählt haben.

Zusatz (benötigt mehr Zeit):

Nachdem die Schüler und Schülerinnen in einer ersten Runde einen Blick auf eigene, bereits vorhandene Fähigkeiten bzw. positiven Eigenschaften geworfen haben, blicken sie nun auf Fähigkeiten bzw. Eigenschaften, die noch angestrebt werden und die, die sie an Mitschülerinnen und Mitschülern schätzen bzw. ihnen wünschen.

Anschließend stellen die Jugendlichen ihre Wahl der Gruppe vor. Hier kann die Lehrkraft weiterführende Fragen stellen, die zum Reflektieren anregen:

- Wenn du diese Fähigkeit gelernt hättest, was würde sich dadurch in deinem Leben (in deinen Beziehungen) verändern? Könnten sich auch unerwünschte Veränderungen ergeben (z. B. wenn du öfter „Nein“ sagst, dass sich dann Freunde abwenden)?
- Wer kann dir darin ein Vorbild sein? Wer (aus der Klasse) könnte dich unterstützen?
- Was wäre ein erster Schritt?

In einer dritten Runde sucht sich jede/-r ein Kärtchen heraus, das er seinem rechten Nachbarn gerne „schenken“ würde, weil er/sie annimmt, dass diese Fähigkeit ihm/ihr besonders helfen würde oder die ihn/sie besonders auszeichnet.

Arbeitsblatt A47 (9/10-3): Fähigkeiten – Karten

Ausdauer haben	Sich nicht schlechter machen, als man ist	Geheimnisse bewahren können
Mal richtig schreien können	Sachen bis zum Ende durchziehen	Eigenwillig sein
Wissen, was man will	Ehrlich sein	Neugierig sein
Ehrgeizig sein	Genießen können	Abenteuerlustig sein
Liebevoll sein	Phantasievoll sein	Für andere da sein
Humorvoll sein	Ausgeglichen sein	Sagen können, was man denkt
Zuverlässig sein	Vertrauen schenken können	Nicht nachtragend sein
Wut zeigen können	Durchhalten können	Offen für Neues sein

Arbeitsblatt A47 (9/10-3): Fähigkeiten – Karten

Spontan sein können	Geduld haben	Schwächen zugeben
Etwas wagen	Gut für sich selbst sorgen können	Sportlich sein
Entspannen können	Nett sein	Treu sein
Sich einer Gruppe gut anschließen können	Kontakt zu anderen knüpfen können	Geschichten erzählen können
Nachgeben können	Wissbegierig sein	Immer einen kühlen Kopf bewahren
Viel Kraft haben	Probleme lösen können	Sich anpassen können
Sich mal alles von der Seele reden können	Zeit für sich nehmen können	Schwierigkeiten aushalten können
Verträumt sein	Mit Kritik umgehen können	Kritik geben können

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 4

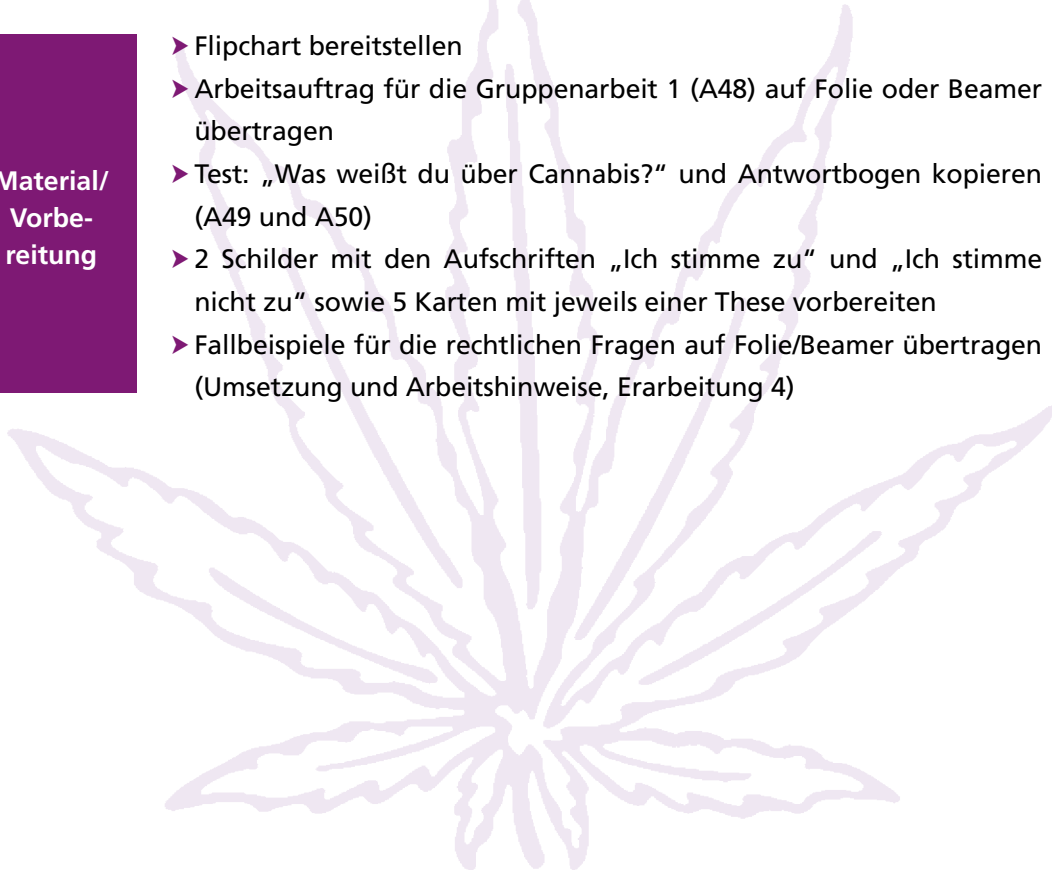
Baustein 4: Cannabis

Ziele

- ▶ Die Schüler und Schülerinnen kennen die Pflanze und deren Wirkstoff.
- ▶ Die Schüler und Schülerinnen kennen die Wirkungsweise und die Risiken des Konsums von THC.
- ▶ Die Schüler und Schülerinnen haben die Motivation zum Cannabiskonsum kritisch reflektiert.
- ▶ Die Schüler und Schülerinnen haben pauschale Thesen zum Cannabiskonsum kritisch hinterfragt.
- ▶ Die Schülerinnen und Schüler kennen rechtliche Vorschriften bezüglich des Umgangs mit Cannabis.

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ Flipchart bereitstellen
- ▶ Arbeitsauftrag für die Gruppenarbeit 1 (A48) auf Folie oder Beamer übertragen
- ▶ Test: „Was weißt du über Cannabis?“ und Antwortbogen kopieren (A49 und A50)
- ▶ 2 Schilder mit den Aufschriften „Ich stimme zu“ und „Ich stimme nicht zu“ sowie 5 Karten mit jeweils einer These vorbereiten
- ▶ Fallbeispiele für die rechtlichen Fragen auf Folie/Beamer übertragen (Umsetzung und Arbeitshinweise, Erarbeitung 4)



BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 4

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	Brainstorming: Was weiß ich über Cannabis?	Stuhlkreis	Siehe Umsetzung und Arbeitshinweise Sammeln/ Flipchart	10 Min.
	Erarbeitung 1	Motive für Cannabis-konsum	Gruppenarbeit	Siehe Umsetzung und Arbeitshinweise A48	20 Min.
	Erarbeitung 2	Sachinformationen zu Cannabis	Test durchführen	A49	20 Min.
	Erarbeitung 3	Thesen	Gruppenübung	Siehe Umsetzung und Arbeitshinweise	20 Min.
	Erarbeitung 4	Rechtliche Fragen	Stuhlkreis	Siehe Umsetzung und Arbeitshinweise	15 Min.
	Ab-schluss		Stuhlkreis	Blitzlicht	5 Min.

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 4

Einführung: Brainstorming

Der Konsum von Cannabis ist offensichtlich weitverbreitet und zwischen Jugendlichen ist das Kiffen oft Gesprächsthema. In einem ersten offenen Gespräch wird gesammelt, was die Schüler/-innen bereits über Cannabis wissen.

Erarbeitung 1: Motive für Cannabiskonsum

In Kleingruppen erarbeiten sich die Schüler/-innen mögliche Motive für den Cannabiskonsum und setzen sich mit Konsumfragen auseinander.

Erarbeitung 2: Sachinformationen zu Cannabis

Hier geht es um Sachinformationen zu Cannabis.

Thematisiert und bearbeitet werden diese Sachinformationen zur Pflanze, zur kulturhistorischen Bedeutung, zum Wirkstoff, der Wirkungsweise und den Risiken mit dem Test „Was weißt du über Cannabis?“ sowie die Auswertung.

Erarbeitung 3: Thesen

Mithilfe einer Gruppenübung beziehen die Schülerinnen und Schüler Stellung zum Thema Cannabis. Stimmen sie der These zu oder nicht, was sind ihre Argumente für ihre Entscheidung?

Erarbeitung 4: Rechtliche Fragen

Rechtliche Fragen zu Cannabis werden im Stuhlkreis diskutiert bzw. nach der Meinung der Schüler/-innen gefragt. Stimmt das oder nicht?

Abschlussrunde

In einem kurzen Blitzlicht sagt jede/-r Schüler/-in, was die Unterrichtseinheit ihm/ihr gebracht hat.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-4

Einführung: Brainstorming

Starten Sie ein offenes Gespräch bzw. Brainstorming mit dem Impuls: Zu Cannabis könnt Ihr sicher alle etwas sagen. Was wisst Ihr über Cannabis, was fällt Euch ein dazu?

Sammeln Sie die Statements der Schüler/-innen auf einer Wandzeitung oder Flipchart.

Erarbeitung 1: Motive für Cannabiskonsum

Die Schülerinnen und Schüler werden in drei Gruppen aufgeteilt. Der Arbeitsauftrag (A48) wird von der Folie/dem Beamer projiziert:

- Was sind mögliche Konsummotive?
- Wie wirkt das Suchtmittel?
- Gibt es einen risikoarmen Konsum?
- Was ist ein riskanter Konsum?

Die Schüler/-innen diskutieren diese Fragen in der Kleingruppe und sammeln die Ergebnisse schriftlich.

Anschließend werden die Gruppenergebnisse zusammengefasst und besprochen.

Erarbeitung 2: Sachinformationen zu Cannabis

Lassen Sie die Schüler/-innen den Wissenstest zu Cannabis (A49) ausfüllen.

Werten Sie den Test gemeinsam mit den Schüler/-innen aus (A50) und diskutieren Sie die Ergebnisse. Sie können den Antwortbogen am Ende auch an alle verteilen.

Erarbeitung 3: Thesen

Sie benötigen:

2 Schilder mit den Aufschriften „Ich stimme zu“ und „Ich stimme nicht zu“ sowie 5 Karten mit jeweils einer These

Die Thesen:

- Cannabis ist eine Einstiegsdroge.
- Mal zu kiffen, gehört einfach dazu
- Alkohol ist schädlicher als Cannabis
- Cannabis macht nur psychisch abhängig
- Cannabis zum Eigenverbrauch ist erlaubt

Die Schülerinnen und Schüler stehen verteilt im Raum. Auf dem

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-4

Fußboden liegt auf der einen Seite des Raumes eine Karte mit der Aufschrift „Ich stimme zu“, auf der anderen Seite eine Karte mit der Aufschrift „Ich stimme nicht zu“.

Die erste These wird vorgelesen, die Schülerinnen und Schüler stellen sich entsprechend ihrer Meinung zur passenden Karte. Für die jeweilige Entscheidung werden die persönlichen Argumente formuliert und diskutiert. Beide Seiten sollen abwechselnd zu Wort kommen. Anschließend wird die nächste These vorgelesen und wie beschrieben verfahren.

Erarbeitung 4: Rechtliche Fragen

Geben Sie die folgenden Fallbeispiele zu rechtlichen Fragen in die Runde, z. B. über eine Folie oder über den Beamer. Stimmt das oder nicht? Was meinen die Schüler/-innen.

Erläutern Sie nach jeder Frage kurz die Erklärung zur Richtigkeit.

Fallbeispiele zu Rechtlichen Fragen

- **Wenn man unter 18 Jahren ist und von der Polizei mit illegalen Drogen erwischt wird, werden die Eltern benachrichtigt.**
Richtig. Die Polizei unterliegt der Benachrichtigungspflicht und schickt die Vorladung zur Vernehmung des Jugendlichen in jedem Fall an die Eltern.
- **Die Polizei gibt nach einer Anzeige wegen illegaler Drogen den Namen des Beschuldigten an das Straßenverkehrsamt weiter – unabhängig davon, ob die Tat im Straßenverkehr stattgefunden hat.**
Richtig. Führerscheinbesitzern/-innen kann die Fahrerlaubnis entzogen werden. Um diese zurück zu bekommen, muss man Absinenz nachweisen und die Medizinisch Psychologische Untersuchung bestehen.
- **Mit dem Konsum von illegalen Drogen macht man sich nicht strafbar.**
Richtig. Der reine Konsum ist nicht unter Strafe gestellt, wohl aber der Besitz, Anbau, Herstellung, Handel, in den Verkehr bringen usw.
- **Wenn man Cannabis lediglich in geringen Mengen zum Eigenver-**

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-4

brauch besitzt, ist das legal.

Falsch. Jeglicher Besitz ist illegal. Die Polizei stellt in jedem Fall eine Anzeige an die Staatsanwaltschaft, der/die Betroffene wird erkennungsdienstlich behandelt, die Führerscheinstelle – und bei Minderjährigen die Eltern – werden benachrichtigt.

Die Staatsanwaltschaft entscheidet über eine Eröffnung des Verfahrens anhand der Kriterien:

- *Der Grenzwert („Geringe Menge zum Eigenverbrauch“) wurde nicht überschritten*
 - *Man ist noch nicht mit illegalen Drogen polizeilich aufgefallen*
 - *Die Drogen waren nicht zum Verkauf bestimmt*
 - *Es besteht kein „öffentliches Interesse“ (z. B. wäre dies der Fall, wenn Andere zum Konsum aufgefordert werden, auf Spielplätzen oder Schulhöfen konsumiert wurde o. ä.).*
- **Es ist verboten, illegale Drogen in den Müll zu werfen oder das Klo herunter zu spülen. Wenn man Drogen findet, holt man am besten die Polizei.**

Richtig. Laut § 29 BtmG ist auch das „In den Verkehr bringen“ strafbar, dazu zählt die Entsorgung über den Müll oder die Toilette. Die Polizei oder die Apotheke dürfen Substanzen gemäß Betäubungsmittelgesetz zur Vernichtung annehmen.

Richtig verhält sich, wer die Polizei informiert, diese holt die Drogen ab.

Abschluss

Kurzes Blitzlicht.

Motive für Cannabiskonsum

- Was sind mögliche Konsummotive?
- Wie wirkt das Suchtmittel?
- Gibt es einen risikoarmen Konsum?
- Was ist ein riskanter Konsum?

Arbeitsblatt A49 (9/10-4): Wie gut weißt du über Cannabis Bescheid?³³

1. Auf welchen der folgenden Fotos ist ein Cannabisblatt abgebildet?



A



B



C

2. Wie heißt der Hauptwirkstoff von Cannabis?

THF

THC

THG

3. Was ist Haschisch?

- A Die getrockneten Blüten der weiblichen Pflanze
- B Das gepresste Harz der weiblichen Cannabis-Pflanze
- C THC-Öl
- D Die getrockneten Blätter der weiblichen Pflanze

4. Welche der folgenden Wirkungen kann Cannabis nicht erzeugen?

- A Entspannung
- B Gesprächigkeit
- C schlechtere Konzentration
- D Hunger
- E Angst
- F verringerte Reaktionsfähigkeit
- G Orientierungslosigkeit
- H Intensivere Wahrnehmung
- I Übelkeit
- J Halluzinationen

Arbeitsblatt A49 (9/10-4): Wie gut weißt du über Cannabis Bescheid?

5. Wie lange ist Cannabis im Urin nachweisbar?

- A Bis zu 24 Stunden
- B Bis zu 90 Tage
- C Bis zu einem Jahr

6. Wann setzt nach einem Joint die Wirkung ein?

- A Unmittelbar nach dem Inhalieren.
- B Verzögert, nach einer halben guten Stunde.
- C Verzögert, nach einer guten Stunde bis anderthalb Stunden.

7. Ist Kiffen in den Niederlanden legal?

- A Nein
- B Nein, aber unter bestimmten Voraussetzungen wird es geduldet.
- C Ja

8. Mit welchen gesundheitlichen Folgen musst du rechnen, wenn du häufig Cannabis konsumierst?

- A Haarausfall
- B bleibende Hirnschäden
- C beeinträchtigte Lern- und Merkfähigkeit
- D psychische Erkrankung

9. Cannabis hat eine lange Tradition als...

- A Rauschmittel
- B Nutzpflanze
- C Heilmittel

Arbeitsblatt A50 (9/10-4): Antworten Fragebogen „Wie gut weißt du über Cannabis Bescheid“³⁴

Grundsätzlich: Es kann sowohl keine, eine oder auch mehrere Antwortmöglichkeiten geben.

1. Auf welchen der folgenden Fotos ist ein Cannabisblatt abgebildet?

Antwort C ist richtig.

Auf dem Foto ist das charakteristische Blatt der Pflanze „cannabis sativa“ abgebildet. Die Cannabis-Pflanze gehört zur botanischen **Gattung der Hanfgewächse** mit psychoaktiven Wirkstoffen. Die Cannabis-Pflanze weist mehr als 60 Cannabinoide auf. Die Pflanze ist zweihäusig, d. h. es existieren eine weibliche und eine männliche Pflanze. Nur die weibliche Pflanze enthält genügend psychoaktive Wirksubstanzen, um einen Rausch zu erzeugen.

Hinweis: Bild A ist ein Ebereschenblatt, Bild B ein Kastanienblatt.

Das Wort Cannabis wird sowohl für die Nutzpflanze Hanf als auch für Rauschpflanze bzw. das Rauschmittel gebraucht.

2. Wie heißt der Hauptwirkstoff von Cannabis?

Antwort THC ist richtig.

Der Hauptwirkstoff der Cannabispflanze ist Tetrahydrocannabinol, kurz THC. Nur die weibliche Pflanze enthält genügend THC, um einen Rausch zu erzeugen. Das THC manipuliert die zellinterne Reiz- und Signalverarbeitung.

3. Was ist Haschisch?

Antwort B ist richtig.

Haschisch ist das gepresste Harz der weiblichen Cannabis-Pflanze, genauer gesagt der Blütenstände. Es wird häufig zu Platten oder Klumpen gepresst, oftmals mit Teilen der Pflanze und anderen Streckmitteln. Es hat meist eine bräunlich-grünliche Farbe und eine feste bis bröckelige Konsistenz.

Die getrockneten Blüten und Blätter der weiblichen Pflanze (Antworten A und D) werden meist als Marihuana (umgspr. Gras) konsumiert. Marihuana findet man in der Regel im Joint mit zerbröselter-tabakartiger Konsistenz und grünlicher Farbe.

Der THC-Gehalt kann sowohl bei Marihuana als auch bei Haschisch stark schwanken, zu dem ist der THC-Gehalt von Marihuana in den letzten Jahren durch hochgezüchtete Sorten um ein vielfaches gestiegen.

³⁴ www.drugcom.de; ginko Stiftung für Prävention: Cannabis. Eine Info für Jugendliche; Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS): Cannabis. Basisinformationen; Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): Cannabis: Haschisch und Marihuana. Eine Informationsbroschüre.)

Arbeitsblatt A50 (9/10-4): Antworten Fragebogen „Wie gut weißt du über Cannabis Bescheid“

THC-Öl (Antwort C) ist ein teerartiger, hochkonzentrierter Auszug des Cannabis-Harzes, der mithilfe organischer Lösungsmittel gewonnen wird. Das Öl ist dunkel und hat eine klebrige und dickflüssige Konsistenz.

4. Welche der folgenden Wirkungen kann Cannabis nicht erzeugen?

Richtig ist keine der Antwortmöglichkeiten.

Cannabis kann alle der aufgeführten Wirkungen erzeugen, positiv als auch negativ. Die Wirkung von Cannabis ist nicht vorhersehbar und somit auch nicht steuerbar und folglich bei jedem unterschiedlich. Oftmals wird die vorhandene Grundstimmung verstärkt.

5. Wie lange ist Cannabis im Urin nachweisbar?

Antwort B ist richtig.

Cannabis und seine Abbauprodukte bleiben lange im Körper gespeichert und sind somit auch lange nachweisbar. Je nach konsumierter Menge, Häufigkeit des Konsums, Dauer des Konsums und Höhe des THC-Gehalts bzw. der Stoffzusammensetzung ist Cannabis im Urin bis zu 90 Tage nachweisbar, im Blut bis zu 24 Stunden (Antwort A) und im Haar sogar bis zu einem Jahr (Antwort C).

Das gilt es, gerade wenn man am Straßenverkehr teilnimmt, zu bedenken.

6. Wann setzt nach einem Joint die Wirkung ein?

Antwort A ist richtig.

Geraucht setzt die Wirkung meist unmittelbar ein, da der Wirkstoff sehr schnell über die Atemwege aufgenommen wird und die Blut-Hirn-Schranke überwindet. Nach ungefähr 15 Minuten erreicht die Wirkung ihr Maximum, klingt nach 30 bis 60 Minuten langsam ab und ist nach 2 bis 4 Stunden weitestgehend beendet.

Bei der oralen Aufnahme durch z.B. Kekse oder Tee, wird das THC langsamer aufgenommen und wirkt somit verzögert frühestens eine halbe Stunde nach Einnahme. Die Wirkung tritt dann aber häufig sehr plötzlich und unvorhersehbar ein und dauert auch länger an.

Grundsätzlich gilt: Die Wirkungsdauer von Cannabis hängt von unterschiedlichen Faktoren ab:

- Vom THC Gehalt bzw. von der Stoffzusammensetzung
- Von der konsumierten Menge
- Von der Konsumform

Arbeitsblatt A50 (9/10-4): Antworten Fragebogen „Wie gut weißt du über Cannabis Bescheid“

- Von der unmittelbaren Umgebung/der Atmosphäre (Unterschied, ob ich allein oder mit anderen konsumiere, ob Party oder in Stresssituationen. Entscheidend ist häufig der persönliche Wohlfühlfaktor im Moment des Konsums.)
- Von der Person (abhängig von der Tagesform und der körperlichen Verfassung, von der Erfahrung mit Cannabis, der Erwartung an den Rausch und der Grundstimmung.)

7. Ist Cannabis in den Niederlanden legal?

Antwort B ist richtig.

In den Niederlanden ist das Kiffen nicht legal, es wird aber im Sinne des Opportunitätsprinzips unter bestimmten Voraussetzungen geduldet.

Diese Voraussetzungen sind:

- kein Cannabis an unter 18-Jährige
- pro Kunde höchstens 5g
- es muss in sog. Coffeeshops konsumiert werden

8. Mit welchen gesundheitlichen Folgen muss man rechnen, wenn man häufig Cannabis konsumiert?

Antwort C und D ist richtig.

Zu Antwort C: Die Frage nach möglichen Hirnschäden durch Cannabiskonsum beschäftigt die Forschung seit den 1970er Jahren. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass nach dem derzeitigen Forschungsstand vermutlich keine substantiellen Hirnschäden anzunehmen sind. Es leidet aber die Hirnleistungsfähigkeit mit zunehmender Dauer und Intensität des Konsums. Dies zeigt sich in erster Linie in der Lern- und Merkfähigkeit. Wer aber mit dem Kiffen aufhört, wird mit rasch sich verbessernden Hirnleistungen belohnt. Ob dabei noch kleine Beeinträchtigungen bleiben, die auf dauerhafte Hirnschädigungen zurückgehen, ist derzeit wissenschaftlich noch nicht eindeutig geklärt. Hingegen gibt es überzeugende Belege dafür, dass der **frühe Einstieg in den Konsum (Jugendliche unter 18 oder sogar unter 16 Jahren regelmäßig zum Joint greifen) die Hirnstruktur schädigt und** nachhaltige, dauerhafte Beeinträchtigungen der kognitiven Leistungsfähigkeit zur Folge hat. Dies kann sich negativ auf die schulische und berufliche Laufbahn auswirken.

Zu Antwort D: Grundsätzlich müssen sich Cannabiskonsumtinnen und -konsumenten im Klaren sein, dass sie mit dem Kiffen ein höheres Risiko für eine Psychose haben, als abstinente Personen. Cannabiskonsum ist sehr wahrscheinlich nicht immer Verursacher, aber

Arbeitsblatt A50 (9/10-4): Antworten Fragebogen „Wie gut weißt du über Cannabis Bescheid“

oftmals Auslöser (engl. trigger) einer Psychose, wenn die Personen anfällig sind für psychotische Erkrankungen. Kiffer, die eine intensive Wirkung bevorzugen und dabei zudem auf hochpotentes Gras zurückgreifen, sind besonders gefährdet. Generell gilt: Je intensiver der Konsum desto höher das Risiko.

Weitere gesundheitliche Folgen können sein: Atemwegserkrankungen, Abhängigkeitsentwicklung, Krebserkrankungen (wenn Tabak mit Cannabis gemischt wird), signifikant verschlechterte Fruchtbarkeit beim Mann.

9. Cannabis hat eine lange Tradition als...

Richtig sind alle Antworten.

Als **Rauschmittel** hat sich Cannabis zunächst in Indien etabliert, als Bestandteil kultischer Handlungen. In Europa wurde die Rauschwirkung von Cannabis erst im 19. Jahrhundert bekannt. In Deutschland und vielen anderen westlichen Industrienationen hat sich Cannabis seit den 1970er Jahren nach Alkohol und Tabak zu der am häufigsten konsumierten Rauschdroge entwickelt.

In China wurde Hanf bereits im frühen 3. Jahrtausend v. Chr. angebaut und für die Herstellung von Kleidern und Seilen verwendet. Auch als Öl, Papierrohstoff oder zur Herstellung von Seifen oder Baumaterial diente und dient die Hanfpflanze. Heute findet es auch in Kosmetik (Seifen, Cremes, Shampoo, Duschgel), als Lebensmittel wie Brotbackmischungen, Schokolade, Getränk etc. oder auch in der Autoindustrie. Das industrielle Nutzungspotenzial von Hanf zur Herstellung verschiedenster Produkte erfährt gerade eine Renaissance. Hierbei handelt es sich aber immer um THC-arme Sorten, die als Rauschmittel unwirksam sind.

Etwa seit 2000 v. Chr. wird es auch als Heilmittel eingesetzt. Hier werden Krankheiten wie z.B. Lepra, Rheuma, Gicht, Malaria etc. genannt als auch Durchfall, Fieber, Husten, Schmerzmittel, Appetitlosigkeit, Beruhigungs- und Betäubungsmittel. Auch wird es momentan als Einsatz zu medizinischen Zwecken z.B. bei Krebserkrankungen, in der Schmerztherapie oder auch bei Autoimmunerkrankungen wie MS oder Morbus Crohn oder Tourette-Syndrom diskutiert und erprobt.

Diese positiven Seiten der Anwendungsgebiete haben allerdings nichts mit der Bewertung der Substanz als Rauschmittel zu tun. Hier muss klar unterschieden werden.

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 5

Baustein 5: Let's talk about Medien – Schüler*innen im Gespräch mit Schülern*innen¹

Hinweis: Dieser Baustein ist in der 4. Auflage neu

Ziele

- ▶ Die Schüler*innen sind für das Thema Medien sensibilisiert
- ▶ Die Schüler*innen haben ihre eigene Medienbiographie reflektiert
- ▶ Die Schüler*innen haben über das Thema Medien und deren Nutzung diskutiert und sich ausgetauscht
- ▶ Die Schüler*innen haben ihre eigene Haltung zum Thema reflektiert
- ▶ Die Schüler*innen haben Gefahrenpotenziale benannt und eingeschätzt
- ▶ Die Schüler*innen haben Alternativen zum Medienkonsum benannt und für sich überprüft

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ Technisches Equipment oder ähnliches für das Anzeigen der Einführungsfragen
- ▶ 4 Gruppentische
- ▶ 4 Blätter Packpapier zum Auslegen auf den Tischen (oder Aufkleben an der Wand)
- ▶ Ausreichende Anzahl an Eddings (mind. 2 pro Tisch)
- ▶ Ausdruck „World-Café-Etikette“ für jeden Tisch (A51)
- ▶ Festlegen der vier Fragestellungen für das World-Café (A51)
- ▶ ggf. 2 Stellwände
- ▶ ggf. Moderator*innen für die Tische suchen (z.B. Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter*innen)
- ▶ Fragenkarten (A52) vorbereiten (ausschneiden und bereitlegen)

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 5

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	Reflexion der eigenen Mediennutzung	Partnertausch	Fragen (s.u.) Projektion der Fragen für alle sichtbar	10 Min.
	Erarbeitung 1	Austausch und Diskussion zu verschiedenen Aspekten der Mediennutzung	Gruppentische oder Kleingruppen für Schreibwände	World-Café; Eddings sowie Packpapier/Meta- planpapier, Arbeitsblatt A51 als Anregung für die Diskussion	60 Min. (5' Einführung, 4 x 10' Gruppentische, 15' Ergebnisdarstellung)
	Erarbeitung 2	Austausch zu verschiedenen Ressourcen	gesamte Gruppe steht in einem Innen- und einem Außenkreis im Raum	Fragen für die Schüler*innen im Innenkreis (Arbeitsblatt A52)	15 Min.
	abschluss	Reflexion der für jede*n SuS wichtigsten Aspekt	Einzelarbeit	Stift und Papier	5 Min.

1 Das Konzept „Let's talk about Medien“ wird zur Verfügung gestellt von der Kreisjugendpflege Cloppenburg und Fachstelle für Suchtprävention Stiftung Edith Stein Cloppenburg.

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 5

Einführung: Partnerinterview zur Medienbiographie²

In der Einführung sollen sich die Schüler*innen mittels eines Partnerinterviews zu unterschiedlichen Aspekten ihrer eigenen Mediennutzung austauschen. Die Schülerinnen und Schüler werden durch verschiedene Fragestellungen dazu angeregt, sich mit persönlichen Erfahrungen, Haltungen, Überzeugungen und Umsetzungsmöglichkeiten auseinanderzusetzen.

Erarbeitung I: „Let’s talk about Medien“

In dieser Übung beschäftigt sich die Klasse in Kleingruppen an dafür vorgesehenen Gruppentischen mit unterschiedlichen Fragestellungen oder Statements zur Mediennutzung. Mittels der Methode des World-Cafés sind die Schüler*innen dazu aufgefordert, miteinander zu verschiedenen Themen der Mediennutzung in den Austausch zu gehen, Meinungen und Haltungen zu diskutieren und zu hinterfragen und die wesentlichen Diskussionspunkte schriftlich festzuhalten. Diese werden im Anschluss zusammengefasst und der gesamten Klasse vorgestellt.

Erarbeitung II: „Gruppenkarussell“

In dieser Übung beschäftigt sich die Klasse mit dem Leben ohne Medien. Mithilfe eines „Karussells“, in dem sich die Schüler*innen in schnellen Begegnungen zu definierten Fragen austauschen, werden Ideen und Aspekte gesammelt, was alles ohne Medien möglich ist und wie es gelingt, ohne Smartphone gute Erfahrungen zu machen. So werden ganz unterschiedliche Handlungsoptionen gesammelt und die Einzig- und Andersartigkeit der Einzelnen und somit die Vielfalt der Strategien wertgeschätzt.

Abschluss: „Take-Home-Massage“

Als Abschluss bekommen die Schüler*innen die Aufgabe, für sich eine „Take-Home-Massage“ der Einheit aufzuschreiben und mitzunehmen, um tatsächlich etwas für sich „mitzunehmen“.

² Anmerkung zur Verwendung der Begriffe: Wir sprechen hier i.d.R. über Medien und meinen damit digitale Medien. Um den Sprachgebrauch der Jugendlichen aufzugreifen oder weil es manchmal etwas konkreter sein soll, nutzen wir auch Begriffe wie „Smartphone“ und „Handy“. Dieser Baustein hat das Ziel, dass die Schüler*innen ihren eigenen Umgang mit den digitalen Medien reflektieren. Dabei ist es nicht entscheidend, was das im Einzelnen ist (Nutzung sozialer Netzwerke, einzelner Computerspiele, Streamingportale oder die umfassende Nutzung vieler einzelner Funktionen bzw. Anwendungen). Somit macht es aus unserer Sicht Sinn, in der Wahl der Begriffe allgemein und übergreifend zu bleiben.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-5

Einführung: Partnerinterview zur Medienbiographie

Die Lehrkraft wirft mit technischem Equipment o.ä. verschiedene Fragestellungen zur Reflexion der eigenen Medienbiographie an die Wand.

Beispiele dafür können sein:

- Welche Apps/Spiele/Soziale Netzwerke nutze ich am meisten? Warum? Was gefällt mir daran?
- Wie sieht mein Tagesablauf in Bezug auf meine Mediennutzung aus? Wann nutze ich was und wie lange? Gibt es Medienfreie Zeiten (z.B. beim Essen oder nachts)?
- Nehme ich irgendwelche Sicherheitseinstellungen vor? Welche?
- Bin ich zufrieden mit meiner Mediennutzung? Wenn sehr zufrieden, warum? Wenn weniger zufrieden, warum? Fehlt mir was?
- Wie hat sich meine Mediennutzung über die Jahre verändert?

Die Lehrkraft kann sich aber auch eigene Fragestellungen zur Einstimmung überlegen. Vielleicht möchte sie, dass die Schüler*innen ganz bestimmte Aspekte besprechen.

Erarbeitung I: „Let's talk about Medien“

Nun sollen die Schüler*innen die Möglichkeit bekommen, unterschiedliche Themen bezüglich Medien zu diskutieren. Dafür wird die Methode des World Cafés genutzt.

Das „World Café“ dauert nach der 5-minütigen Einführung der Methode 55 Minuten. Die Schüler*innen sitzen im Raum verteilt an vier Tischen mit 4 bis 8 Personen. Je nach Klassengröße können auch 3 Tische ausreichend sein. Die Gruppen sollten nicht zu klein werden, damit auch eine Diskussion in Gang kommen kann. Jeder Durchlauf dauert ca. 10 Minuten (in der Regel brauchen die Gruppen im ersten Durchlauf etwas länger und in den weiteren Durchläufen etwas weniger Zeit).

Alternative: Anstatt der Tische können die Schüler*innen auch im Raum verteilt an dafür vorgesehen Schreibwänden (an die Wand geklebtes Packpapier) stehen.

Die Tische sind mit beschreibbaren Packpapiertischdecken und Stiften bzw. Eddings belegt und mit je einer Diskussionsfrage/Behauptung/Statement zur Thematik versehen. Vorschläge für mögliche Thementische sind auf dem Arbeitsblatt A51 festgehalten.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-5

Die Lehrkraft führt – je nach Variante - in die Methode und den Ablauf ein³:

- Es gibt Gruppentische mit „Gastgeber*in“ (Moderator*in bzw. ein*e Schüler*in) und Gästewechsel (4-8 Schüler/innen)
- Das Gesprächsthema für jeden Tisch sind durch Initialfragen ist vorgegeben
- Es gibt eine „World-Café-Etikette“ (s.u., liegt auf jeden Tisch)
- Tisch Tuch-Protokoll auf großen Papierbögen, z.B. Flipchart-Blätter oder grösser, sollen geführt werden. Es liegt alles bereit.
- Gesprächsrunden-Dauer: ca. 10 Minuten (in der Regel brauchen die Gruppen im ersten Durchlauf etwas länger und in den weiteren Durchläufen etwas weniger Zeit); Lehrkraft gibt 2 Minuten vor Ablauf einen Hinweis und gibt das Signal zum Wechsel
- Die Gruppen mischen sich bei jeder Runde neu (nicht Gruppe komplett von Tisch zu Tisch); die Gastgeber*innen bleiben am Tisch
- Aufgabe des/der Gastgebers*in: Information der neuen Gäste über Gesprächsrunden zuvor
- Abschluss-Präsentation: Beim letzten Durchgang diskutieren die Teilnehmer*innen nur die Hälfte der Zeit und fassen in der verbleibenden Zeit die ein bis drei wichtigsten Ergebnisse jeweils im Überschriften-Stil zusammen und schreiben sie auf das Tisch Tuch-Protokoll; jede Gruppe trägt nach Ablauf Zeit ihre Überschriften-Statements vor
- Aushang der Tisch Tuchprotokolle möglich

Variante mit Moderator*innen

Ein*e Moderator*in pro Tisch begrüßt die Gäste und weist auf Verhaltensregeln (World-Café-Etikette) hin. Er führt kurz in die Fragestellung des Tisches ein. Ab der 2. Runde berichtet er/sie, was die andere/n Gruppe/n bereits diskutiert haben. Im weiteren Verlauf ist er/sie für die Diskussionsführung und Diskussionsanstöße verantwortlich. Er/sie sorgt dafür, dass die Kerngedanken und wichtigsten Erkenntnisse der Runde zusammengefasst und diese schriftlich auf dem Papier festgehalten werden. Der letzte Durchgang denkt sich kurz in das Thema ein, hört und liest den Diskussionsverlauf, ergänzt eigene Aspekte und entwickelt für die Ergebnispräsentation 1-3 zusammenfassende Sätze in Form von „Headlines“.

3 In Anlehnung an: Materialiensammlung des Lehrerfortbildungsservers Baden-Württemberg: Methode World Café Handout. [https://lehrerfortbildung-bw.de/u_matnatech/bnt/gym/bp2016/fb2/4_energie/0_ueber/10_zitat/2_handout/\(14.5.2020\)](https://lehrerfortbildung-bw.de/u_matnatech/bnt/gym/bp2016/fb2/4_energie/0_ueber/10_zitat/2_handout/(14.5.2020))

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-5

Variante ohne Moderator*innen

Falls keine Moderator*innen für die Tische zur Verfügung stehen und die Lehrkraft die Unterrichtseinheit alleine umsetzt, diskutieren die Schüler*innen allein an den Tischen. In dem Fall wird pro Tisch ein*e Schüler*in bestimmt, der/die die Rolle als Gastgeber*in übernimmt und den Tisch nicht wechselt. Die Schüler*innen sorgen dann eigenständig dafür, dass die Kerngedanken und wichtigsten Erkenntnisse notiert werden und beachten die World-Café-Etikette. Der/die Gastgeber*in informiert ab der 2. Runde über wichtige Themen der anderen Gruppe/n. Der letzte Durchgang denkt sich kurz in das Thema ein, hört und liest den Diskussionsverlauf, ergänzt eigene Aspekte und entwickelt für die Ergebnispräsentation 1-3 zusammenfassende Sätze in Form von „Headlines“.

Benötigt die Klasse klarere Vorgaben oder das eigenständige Diskutieren in der Klasse ist nicht möglich, können die Fragestellungen auch entsprechend angepasst werden. Ebenso können die Gruppen festgelegt und die Fragestellungen als Stationen bearbeitet werden.

Das World-Café schließt mit einer Reflexionsphase ab:

Die festgehaltenen Überschriften/Aussagen und ggf. Erkenntnisse werden von den Moderator*innen bzw. Schüler*innen noch einmal für die Klasse in Kürze dargestellt.

Gemeinsam werden noch offene Fragen aus der Diskussion besprochen.

Erarbeitung II: „Gruppenkarussell“⁴

Mit dieser Methode tauschen sich die Schüler*innen untereinander darüber aus, was sie in bestimmten Situationen machen und sammeln so ihre Ressourcen, Schutzmöglichkeiten und Alternativen.

Ablauf: Die Gruppe wird in zwei gleichgroße Hälften geteilt. Sie stellen sich in der Raummitte in einem inneren und einem äußeren Kreis auf und bilden so ein Karussell. Dabei sind sie einander zugewandt. (Wenn die Gruppe zu groß ist, können auch zwei Karussells gebildet werden.)

⁴ Methode in Anlehnung an „Dialog: begegnen, orientieren, bewegen“ in: Suchthilfe.direkt Essen gGmbH (o.J.): ALFRED – Der grüne Koffer, Handbuch, S. 117 ff., Essen.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-5

Alle Schüler*innen im inneren Kreis sind ‚Interviewer*innen‘ und bekommen ein Kärtchen mit einer Frage (Arbeitsblatt A52), die sie ihren/ihrer ihnen gegenüberstehenden Mitschüler*In stellen. Diese*r hat 15 Sekunden Zeit, darauf zu antworten. Nach 15 Sekunden gibt die Lehrkraft ein Signal und der äußere Kreis dreht sich im Uhrzeigersinn eine*n Schüler*in weiter. Die Schüler*innen im inneren Kreis stellen die gleiche Frage dem/der neuen Mitschüler*in. Diese*r hat wieder 15 Sekunden Zeit zu antworten. Dies wiederholt sich einige Male, bis der äußere Kreis einmal herum ist.

Anschließend berichten die Interviewer*innen, welche Frage sie hatten und welche unterschiedlichen Antworten sie darauf erhalten haben. Mit der gesamten Klasse können so nützlichen Strategien und Alternativen im Umgang mit Medien gesammelt werden.

Abschluss: Take-Home-Massage

Alle Schüler*innen werden gebeten, sich wieder an ihren Platz zu setzen und nur für sich in Form eines kleinen Briefs eine „Take-Home-Massage“ der Einheit aufzuschreiben und mitzunehmen. Leitfrage: „Was war für mich heute die wichtigste Erkenntnis? Welche Idee, welchen Gedanken oder welchen guten Vorsatz will ich mir aus der Stunde mit nach Hause nehmen? Schreibt es euch nur für euch selber auf!“

Umsetzungshinweis

Das World-Café ist eine Methode, die davon lebt, dass viele Menschen in einer ungezwungenen Atmosphäre miteinander ins Gespräch kommen und ihre Gedanken zu bestimmten Themen sammeln. Meist reicht eine Zeit zwischen 8 und 15 Minuten pro Tisch aus, um viele verschiedene Aspekte zusammenzutragen. Dabei kommt es nicht auf Vollständigkeit an. Wenn es aber so ist, dass der Diskussionsbedarf deutlich höher ist als die hier vorgegebene Zeit Raum dafür lässt oder der Ablauf insgesamt mehr Zeit gebraucht hat (Einführung in die Methode, Tische wechseln, Ergebniszusammenfassung im letzten Durchgang), dann kann das Gruppenkarussell auch abgeändert werden. Hierzu kann die Lehrkraft die im Stuhlkreis sitzenden Schüler*innen eine Frage der Methode stellen und die Schüler*innen antworten darauf. Alternativ können auch die Fragekarten verdeckt in die Mitte gelegt werden, einzelne Schüler*innen ziehen eine Karte, lesen die Frage vor und geben selber eine Antwort. Die Mitschüler*innen können ihre Antworten ergänzen.

Arbeitsblatt A51 (9/10-5): World-Café-Etikette und Diskussionskatalog für das World-Café

World-Café-Etikette

- ✓ Konzentriere dich auf das, was gerade los ist.
- ✓ Lasse andere an deinen Erfahrungen teilhaben.
- ✓ Rede über das, was dich gerade bewegt.
- ✓ Versuche den anderen wirklich zu verstehen.
- ✓ Sammle Ideen und verknüpfe sie zu einem größeren Ganzen.
- ✓ Horche auf Zwischentöne.
- ✓ Zeichne, kritzle, schreibe ... auf das Papier-Tischtuch.

Viel Spaß!

- „Wenn ich an Medien denke, dann ...“
- „Was ist für einen guten Umgang mit Medien wichtig?“
- „In Bezug auf Medien macht mich unsicher/finde ich doof ...“
- „Wann ist die Mediennutzung zu viel?“
- „Mein Umgang mit Fotos/Videos bei Insta/Snapchat ...“
- „Selbstdarstellung im Netz – (k)ein Thema für mich!?“
- „Alternativen zur Mediennutzung – wie können die aussehen?“
- „Kreativität im und mit dem Netz – was ist cool, was geht gar nicht?“
- „Kommunikation im Netz versus face-to-face Kontakte – was sind Vorteile, was Nachteile?“
- „Wie hat uns das Netz verändert?“
- wie sozialfähig sind wir noch/bin ich noch?
 - wieviel Ausdauer legen wir noch an den Tag?
 - Oder können wir im Zeitalter des Internet nur noch „wird’s mir langweilig, klick’ ich einfach weiter...“
- „Handynutzung im Verkehr – (k)eine Gefahr?!“
- „Müssen wir uns wieder stärker unabhängig machen vom Netz?“
- „Streamingportale – Fluch oder Segen?“
- „Zukunftsmusik: Wie sieht das Nutzungsverhalten in 10 Jahren aus? Wie sehe ich mein Nutzungsverhalten in 10 Jahren?“
- Perspektivwechsel: „Wenn ihr in 10 Jahren Eltern seid, auf was würdet ihr bei euren Kindern in Bezug auf Medienverhalten/-nutzung achten/Wert legen?“

Arbeitsblatt A52 (9/10-5): Fragen für die Interviewer*innen des Gruppenkarussells (Innenkreis)

<p>Was kannst du machen um abzuschalten?</p>	<p>Stell dir vor, du baust eine „Mauer gegen Sucht“. Menschen, Erlebnisse und Aktivitäten sind die Steine, die dich schützen können. Wer oder was wären deine Steine?</p>
<p>Was ist dir wichtiger als dein Smartphone?</p>	<p>Wenn man dir eine Stunde am Tag freie Zeit schenkt, was würdest du tun?</p>
<p>Was kann man nur ohne Medien machen?</p>	<p>Was machst du, wenn dir langweilig ist und du mal nicht auf Smartphone, PC oder ähnliches zurückgreifen kannst?</p>
<p>Wie oder wofür bekommst du Anerkennung?</p>	<p>Was machst du, um die Kontrolle über deine Handynutzung zu behalten?</p>
<p>Wie verändert sich ein Abend mit Freunden, wenn alle ihre Smartphones in der Tasche lassen?</p>	<p>Wo speicherst du besondere Momente – im Herzen oder im Handy? Warum?</p>
<p>Was kannst du machen, wenn dein*e Freund*in immer aufs Handy guckt und nicht richtig zuhört?</p>	<p>Eine Welt ohne Handys: Wie würdest du deine Zeit verbringen?</p>
<p>Mindestens so spannend wie ein Computerspiel ist in „real life“...</p>	<p>Eine Welt ohne Handys: Wie würdest du deine Zeit verbringen?</p>
<p>Was könnten die Medien für dich nie ersetzen?</p>	

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 6

Baustein 6: Medien (Internetpornographie)

Ziele

- ▶ Die Schüler und Schülerinnen haben die eigene Mediennutzung reflektiert.
- ▶ Die Schüler und Schülerinnen haben sich mit Gefühlen im Zusammenhang mit Pornographie auseinandergesetzt.
- ▶ Die Schüler und Schülerinnen haben verschiedene Fragestellungen zum Thema Pornographie erarbeitet, hinterfragt und diskutiert.
- ▶ Die Schüler und Schülerinnen die Schüler und Schülerinnen haben sich mit dem Verlauf und der Dynamik einer Onlinesexsuchtentwicklung auseinandergesetzt.

Material/ Vorbe- reitung

- ▶ großes Packpapier oder Metaplankarten sowie Eddings bereithalten
- ▶ A53 in entsprechender Anzahl kopieren
- ▶ eine Rolle Klopapier bereithalten
- ▶ evtl. ein Arbeitsblatt mit den Fragen aus der "Erarbeitung 2" vorbereiten und in entsprechender Anzahl kopieren



BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 6

Unterrichtsskizze	Phase	Umsetzung	Sozialform	Methode/ Medien	Zeit
	Einführung	Reflexion der eigenen Mediennutzung + Übergang zum Thema Pornographie	Stuhlkreis	siehe Umsetzung und Arbeitshinweise; Großes Papier oder Metaplankarten; Eddings	10 Min.
	Erarbeitung 1	Verschiedene Fragestellungen zum Thema Pornographie reflektieren	Gruppenarbeit Klassengespräch	siehe Umsetzung und Arbeitshinweise A53	50 Min.
	Erarbeitung 2	Sich mit Hilfe eines Beispiels mit der Suchtentwicklung von Pornos auseinandersetzen	Klassengespräch	siehe Umsetzung und Arbeitshinweise; eine Rolle Klopapier	20 Min.
Alternative: Möchte eine Lehrkraft dem Fallbeispiel mehr Raum geben, wird Erarbeitung2 geändert (wie in Umsetzung und Arbeitshinweise beschrieben).					
Abchluss	Feedback	Stuhlkreis	Blitzlicht	10 Min.	

Wenn Sie das Thema Pornographie weiter bearbeiten möchten, empfehlen wir zwei Arbeitshilfen:

- "Fit for love. Praxisbuch zur Prävention von Internet-Pornographie-Konsum".
Herausgeber: return - Fachstelle Mediensucht Hannover, www.return-mediensucht.de
- "Let's talk about Porno. Arbeitsmaterialien für Schule und Jugendarbeit".
www.klicksafe.de

BAUSTEINPROGRAMM 9/10 – BAUSTEIN 6

Das Thema Medien wird im gesamten Bausteinprogramm mehrfach behandelt. Dabei geht es in den verschiedenen Jahrgängen nur um ein Aufgreifen einiger Aspekte der Prävention des exzessiven Medienkonsums. Das Thema Medienkompetenz muss sicherlich außerhalb der Suchtprävention zusätzlich bearbeitet werden.

Im Baustein 9/10 soll das Thema Medien unter dem besonderen Aspekt der Prävention von Internetpornographie behandelt werden, da dies bei Maßnahmen zur Medienkompetenz in der Regel nicht vorkommt, aber doch ein sehr wichtiges Thema ist.

Einstieg: Brainstorming „Unser Netz“

Die Schüler und Schülerinnen überlegen zu Beginn gemeinsam mit der Lehrkraft, wo sie sich im Internet bewegen und wozu sie das Netz nutzen. Anschließend wird geschaut, ob die Klasse Tabuthemen wie Pornographie aufgeführt hat oder nicht.

Erarbeitung 1: Einstellungssache

Diese Übung widmet sich intensiver dem Thema Pornographie. Mittels eines Fragebogens (A53) setzen sich die Schüler und Schülerinnen mit eigenen Einstellungen und Haltungen zu bestimmten Fragestellungen zum Thema Pornographie auseinander und diskutieren anschließend in der Gesamtgruppe darüber.

Erarbeitung 2: Unmerklich gefesselt

Der Konsum von Pornographie kann aufgrund der starken gefühlsregulierenden Wirkung und der dabei entstehenden stabilen neurobiologischen Verschaltungsmuster süchtig machen.

Diese Übung soll den Schülern und Schülerinnen helfen, die Entstehung einer Onlinesexsucht besser nachvollziehen zu können.

Mittels einer Klopapierrolle und einem Fallbeispiel wird die Suchtentwicklung sowohl visuell als auch verbal leicht erfahrbar und nachvollziehbar gemacht.

Abschluss: Blitzlicht

Die Lehrkraft bittet jeden Schüler und jede Schülerin, mit einem Satz eine Rückmeldung zu diesem Baustein zu geben.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-6

Einstieg: Brainstorming „Unser Netz“

Die Schüler/-innen überlegen gemeinsam mit der Lehrkraft, was sie im Internet nutzen bzw. wozu sie es nutzen. Die Ergebnisse werden entweder auf Metaplankarten oder auf einem großen Blatt Papier zusammengetragen. Die Aussagen können auch nach verschiedenen Nutzungsvorlieben oder Nutzungsmotiven sortiert werden.

Wird das Thema Pornographie aufgeführt von der Klasse, knüpft die Lehrkraft daran an und geht zur Erarbeitung 1 über.

Wird das Thema nicht genannt, stellt die Lehrkraft an die Klasse die Frage, ob etwas bei dem eben durchgeführten Brainstorming fehlt. Wird dies bejaht, wird das Fehlende ergänzt. Ist Pornographie genannt, kann zur Erarbeitung 1 übergegangen werden.

Wird die Frage verneint, wird nach Tabuthemen gefragt. Es werden die Tabuthemen an der Tafel gesammelt. Es sollte mit den Schülern darüber diskutiert werden, warum diese Themen als Tabuthemen bezeichnet werden. Das Thema Pornographie soll nun etwas genauer betrachtet werden.

Wichtig: Es sollte von der Lehrkraft deutlich gemacht werden, dass nun ein durchaus sensibles Thema näher betrachtet wird und alle in der Klasse dementsprechend sensibel damit umgehen müssen!

- Niemand muss sich zu irgendetwas persönlich äußern,
- niemand wird bloßgestellt,
- niemand wird gezwungen, irgendetwas sagen zu müssen,
- unterschiedliche Meinungen zum Thema werden respektvoll behandelt.

Erarbeitung 1: Einstellungssache³⁵

Als Einstieg in die Thematik sollte die Lehrkraft mit den Schülern und Schülerinnen Quellen beabsichtigten und unbeabsichtigten Kontakts mit Pornographie (vor allem im Internet) mündlich sammeln („Wie könnt ihr auf pornographisches Material stoßen – gewollt oder ungewollt?“). Dann kann ebenfalls mündlich besprochen werden, wie Jugendliche auf Pornographie reagieren. Welche Gefühle haben Jugendliche dabei? Gibt es Unterschiede zwischen Jungs und Mädchen?

³⁵ Klicksafe: „Let’s talk about Porno“. Arbeitsmaterialien für Schule und Jugendarbeit, 2012, S.84

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-6

Es wird bewusst nicht nach eigenen Gefühlen gefragt, da hier das Schamgefühl der Jugendlichen einsetzt und dafür sorgt, dass sie sich zurückhalten. Natürlich kann auch genau das thematisiert werden, allerdings nur, wenn ein sehr offenes und vertrauensvolles Klima in der Klasse herrscht.

Anschließend kommen die Schüler und Schülerinnen in Vierergruppen zusammen und erhalten jeweils den Fragebogen A53.

In Gruppenarbeit beantworten sie die Fragen des Bogens. Bearbeitungszeit: ca. 20 Minuten.

Anschließend kommen alle im Plenum zusammen und die Lehrkraft bittet jeweils eine Gruppe, ihre Diskussionsergebnisse zu einer der Fragen kurz vorzustellen. Die Lehrkraft und die anderen Gruppen können nachhaken und auch ergänzen. Zeit: ca. 20 Minuten.

Erarbeitung 2: Unmerklich gefesselt³⁶

Der Konsum von Pornographie kann aufgrund der starken gefühlsregulierenden Wirkung und der dabei entstehenden stabilen neurobiologischen Verschaltungsmuster süchtig machen.

³⁶ return Fachstelle Mediensucht: Fit for love? Praxisbuch zur Prävention von Internet-Pornographie-Konsum, Hannover 2013, S.121

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-6

Da der konsumierende Mensch zunächst keine negativen Folgen erlebt, bemerkt er dies in der Regel nicht. Sucht entsteht nie über Nacht, sondern ist ein schleichender, bisweilen jahrelang dauernder Prozess, der in der Regel von der süchtig werdenden Person nicht erkannt und ausreichend reflektiert wird. Ein süchtig werdender Mensch kann sich jahrelang in der falschen Sicherheit wiegen, er sei gar nicht süchtig und könne jederzeit damit aufhören. In Wirklichkeit nimmt die Abhängigkeit von dem kontinuierlich konsumierten Suchtmittel ständig weiter zu.

Folgende Frage wird in die Runde geworfen:

„Kann man einen von euch mit Toilettenpapier die Hände fesseln?“
In der Regel kann sich das keiner der Schüler und Schülerinnen vorstellen.

Eine freiwillige Person stellt sich für das Experiment zur Verfügung. Es werden ca. fünf Windungen Toilettenpapier von einem Schüler/ einer Schülerin um die auf den Innenseiten aneinandergelegten Handgelenke der Person angebracht. Die Person wird aufgefordert, sich zu befreien, und kann dies selbstverständlich problemlos tun. Scheinbar taugt Toilettenpapier nicht zum Fesseln der Hände.

Nun wird erneut gewickelt und das Fallbeispiel (siehe nächste Seite) dazu von der Lehrkraft vorgelesen. Wenn die Rolle abgewickelt ist, wird die Versuchsperson aufgefordert, die Fessel zu zerreißen. Es gelingt ihr nicht. Mühsam und mit viel Kraftanstrengung kann sie sich eventuell aus der Fessel auswinden oder aber sie benötigt Hilfe von Klassenkameraden, die die Fessel z.B. durchschneiden.

Frage an die Versuchsperson: „Nach wie vielen Windungen konntest du die Toilettenpapierfessel nicht mehr mühelos zerreißen?“
Nach 20 oder 25 oder 36? Diese Frage bleibt in der Regel offen. Es ist nicht möglich zu bestimmen, wann die Sucht genau begonnen hat, da es sich um einen schleichenden Prozess handelt. Jede einzelne Windung scheint für sich gesehen harmlos zu sein, verstärkt aber das Problem als Ganzes. Die Qualität des Papiers und die Muskelkraft der Versuchsperson sind ebenfalls bedeutsam.

Eine einzelne Konsumeinheit ist vergleichbar mit einer Wicklung. Sie führt nicht unmittelbar zur Sucht. Jeder neue Konsum befördert aber die Einschränkung der Freiheit und verstärkt die entstehende Abhängigkeit. Ein Ausstieg aus einer Sucht ist möglich, aber in der Regel schwierig und braucht viel Energie und Willenskraft. Je länger die Sucht anhält, umso schwieriger ist der Ausstiegsprozess zu bewältigen.

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-6

Reflexionsfragen:

- Was sagt ihr zu dem Experiment? Ist es nachvollziehbar?
- Wie findet ihr das Fallbeispiel?
- Warum ist es so schwer, sich aus der Fessel zu befreien? Was sagt das Fallbeispiel dazu (hierzu kann das Fallbeispiel auch an die Schüler/-innen verteilt werden)?
- Wie kann jemand aus der Sucht wieder rauskommen?
Vergleich mit dem Experiment: Entweder durch viel Energie und Kraft oder aber durch Hilfe von außen.
- Was würdet ihr Andreas raten?
- Was kann man tun, damit es gar nicht erst soweit kommt?

Fallbeispiel³⁷

Andreas' Weg in die Porno-Sucht

(Andreas, 23 Jahre, Student)

Mit etwa 12 Jahren blieb Andreas an einem Freitagabend länger wach als seine Eltern und sah sich im Fernsehen diese Erotik-Sendungen an, die nach Mitternacht laufen, von denen er von Klassenkameraden erfahren hatte und auch mal sehen wollte. Das, was er da sah, löste tiefe Gefühle in ihm aus und erregte ihn. Er saß in dieser Nacht mehrere Stunden lang im Wohnzimmer, schaute sich diese erotischen Clips und Filme an und masturbierte dabei.

Das, was er in dieser Nacht erlebt hatte, wollte er wieder erleben. Und so kam es dazu, dass er am Wochenende immer länger vorm Fernseher sitzen blieb als seine Eltern und sich Soft-Pornos ansah. Er verfolgte dabei immer ein Ziel: Er wollte bei der erotischsten, erregendsten Szene zum Höhepunkt kommen. Er war auf der Suche, auf der Jagd nach dieser einen, besten Szene.

Mit 13 bekam Andreas einen eigenen Laptop. Nun konnte er in seinem Zimmer per Internet Soft-Pornos anschauen. Sehr schnell kam es dazu, dass er sich jeden Tag mindestens einmal selbst befriedigte und so oft es ging, Pornos ansah. Er fing an – ohne es so richtig zu merken – das jeden Tag zu brauchen.

Durch die unkontrollierte Nutzung seines Laptops schaute Andreas bald Pornographie, die direkter und härter war. Es gab mehr zu sehen, mehr Nahaufnahmen. Denn hatten ihn am Anfang noch nackte Brüste erregt, brauchte er doch immer „mehr“. Nicht nur die Häufigkeit, mit der er Pornos schaute und sich selbst befriedigte

³⁷ In Anlehnung an: return Fachstelle Mediensucht: Fit for love? Praxisbuch zur Prävention von Internet-Pornographie-Konsum, Hannover 2013, S.144f

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-6

nahm immer mehr zu, auch das, was er sah, musste ihm immer mehr bieten. Schließlich war er immer auf der Suche nach der „besten Szene“. Diese Suche wurde mit der Zeit sehr quälend für Andreas. Er saß stundenlang vorm PC, war nie zufrieden mit dem was er sah, klickte von einer Seite auf die nächste, um noch erregendere Bilder zu sehen und musste häufig gegen seine Müdigkeit ankämpfen. Sein Bild von Sexualität allgemein und Frauen speziell wurde sehr durch die Pornos verändert und geprägt. Die Frauen in den Filmen waren nur dazu da, dass er sexuell befriedigt wurde, waren keine selbstbestimmten Subjekte, sondern immer-willige, immer-geile Lust-Objekte. Er fing dann an, die Mädchen aus seinem Bekanntenkreis, die er attraktiv und interessant fand, in seine Fantasien mit einzubeziehen, wenn er sich selbst befriedigte. Er tat in seiner Vorstellung mit ihnen all das, was er in den Pornos als „normal“ kennengelernt hatte und betrachtete sie damit als eben solche Lust-Objekte.

Zu der Zeit, als er das erste Mal merkte, dass etwas nicht ganz normal war, war er mit seiner ersten Freundin zusammen. Da war Andreas 17. Dass er eine Freundin hatte, mit der er häufig auch sexuell intim war, bedeutete für ihn nicht, dass er weniger Pornos schaute oder sich weniger selbst befriedigte. Seine Freundin wusste zumindest von seiner täglichen Selbstbefriedigung und bat ihn eines Tages, dass er das doch nur alle zwei Tage machen sollte. Er versprach es, versuchte es auch, konnte es aber nicht weniger tun.

Er fing an, auch seinen Porno-Konsum zu hinterfragen. Er nahm sich vor, das alles weniger zu tun. Aber er schaffte es einfach nicht, den Konsum und die Selbstbefriedigung zu reduzieren, geschweige denn, damit aufzuhören. Nach einem Jahr des Kampfes, nach fünf Jahren Porno-Sucht gab er schließlich auf, es aus eigener Kraft zu versuchen. Er konnte es nicht allein aus der Sucht schaffen. Er brauchte Hilfe.

Zusatz

Wenn ein verstärkter Fokus auf das Fallbeispiel gelegt werden soll, kann es unter folgenden Fragestellungen von den Schülern und Schülerinnen mündlich bearbeitet werden. Dann wird die Übung "Unmerklich gefesselt" nicht durchgeführt:

- Beschreibe die „Dynamik“ des Konsums. Wie hat Andreas angefangen? Wie hat sich seine Geschichte entwickelt?
- Warum beginnt Andreas mit dem Pornographie-Konsum?

Umsetzung und Arbeitshinweise für BASS 9/10-6

- Warum nutzt er danach immer öfter Pornos?
- Ab wann wird es eurer Meinung nach problematisch?
- Was für ein Frauenbild hat Andreas? Was haltet ihr Mädchen davon? Was ihr Jungs?
- Was kann Andreas jetzt tun? Was würdet ihr ihm raten?

Die Fragen können auch als Arbeitsblatt rausgegeben werden und von den Schüler/-innen schriftlich bearbeitet werden. Auch dann wird die Übung „Unmerklich gefesselt“ nicht durchgeführt, zudem muss die Übung „Einstellungssache“ entsprechend gekürzt werden. Möglich wäre auch, die Fragen als Hausaufgabe bearbeiten zu lassen und einer nächsten Stunde zu besprechen.

Abschluss: Blitzlicht

Die Lehrkraft bittet jeden Schüler und jede Schülerin, mit einem Satz eine Rückmeldung zur Einheit zu geben. Es sollte sich aber jeder auf einen Satz beschränken, ansonsten wird die Zeit nicht reichen. Die Rückmeldung kann positiv als auch negativ sein, kann sich auf den Inhalt, auf die Organisation der Einheit oder auf die Gruppe beziehen.

Arbeitsblatt A53 (9/10-6): Fragebogen Was sagt ihr dazu? „Einstellungssache“

1. Warum wird Pornographie genutzt?

-
-
-
-
-
-

2. Pornos anschauen ist ok.

Pro

Contra

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

3. Pornos zeigen, wie Sex wirklich ist.

Pro

Contra

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

4. Kann man von Pornos süchtig werden?

Pro

Contra

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

EINLEITUNG 252

GESETZLICHE LAGE IN BEZUG AUF SUCHTMITTEL IN DER SCHULE 253

- Vorgehen bei Verdacht auf missbräuchlichem Konsum von Suchtmitteln 253
- Vorgehen bei konkretem Konsum von Alkohol oder illegalen Drogen (z. B. Cannabis) in der Schule oder bei Schulveranstaltungen 254
- Vorgehen bei Besitz, Handel oder sonstige Weitergabe von Betäubungsmitteln in der Schule oder bei Schulveranstaltungen 254

VORGEHEN NACH STUFENPLAN UND SOFORTPRÄVENTION IM KLASSENVERBAND 256

- Vorgehen nach dem Stufenplan bei konkreten Auffälligkeiten im Zusammenhang mit Alkoholmissbrauch 257

DIE INTERVENTION NACH DEM STUFENPLAN 258

- Das Fürsorgegespräch 259
- Das Klärungsgespräch 260
- Das Folgegespräch 262
- Das Konsequenzgespräch 264
- Erziehungsmittel und Ordnungsmaßnahmen 265

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Einleitung

Viele Schulen bemühen sich, durch präventive Maßnahmen, wie den Einsatz von Schulprogrammen zur Förderung von Lebenskompetenzen, suchtpreventive Unterrichtseinheiten oder externe Angebote der Suchtprävention, die Entwicklung von Suchtmittelmissbrauch oder gar süchtigem Verhalten ihrer Schülerinnen und Schüler entgegen zu wirken. Dennoch kommt es an Schulen immer wieder zu Konflikten mit Kindern und Jugendlichen, die Auffälligkeiten im Zusammenhang mit Suchtmitteln zeigen.

Die am häufigsten konsumierten Suchtmittel an Schulen sind legale Rauschmittel wie Tabak und Alkohol. Leider ist in den letzten Jahren auch zu beobachten, dass der Konsum der illegalen Drogen, wie etwa Cannabisprodukte (Haschisch und Marihuana) in den Schulen vermehrt auftritt. Bezogen auf die Alltagsdrogen Alkohol und Tabak haben die meisten Schulen einen konstruktiven Umgang mit Konflikten in der Schule gefunden.

Bezogen auf Vorfälle im Zusammenhang mit illegalen Drogen bestehen jedoch häufig Handlungsunsicherheiten auf Seiten der Lehrkräfte und Schulsozialarbeit. So wird zum Teil überreagiert und es werden direkt Ordnungsmaßnahmen eingeleitet oder der Vorfall wird verdrängt und es wird gar nicht gehandelt. Im Folgenden wird deshalb der Umgang mit Vorfällen im Zusammenhang mit Konsum, Handel oder Weitergabe von illegalen Drogen in den Mittelpunkt gestellt. Insbesondere wird aufgezeigt, was getan werden muss und es wird das Vorgehen nach einem Stufenplan vorgestellt, quasi ein Handlungsleitfaden, wie mit dem Thema „Illegale Drogen in der Schule“ lösungsorientiert und einheitlich umgegangen werden kann.

Da es aber durchaus sein kann, dass Verhaltensauffälligkeiten von Schüler/-innen aufgrund von Alkoholmissbrauch deutlich werden, wird hierzu ebenfalls ein Vorgehen nach dem Stufenplan vorgestellt.

2020 hat die NLS die Broschüre "Umgang mit Cannabiskonsum im Lebensraum Schule. Handreichung zum Hinsehen und Handeln" herausgegeben, die über www.nls-online.de kostenpflichtig bestellt werden kann.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Gesetzliche Lage in Bezug auf Suchtmittel in der Schule

Der Umgang mit Suchtmittelkonsum im Lebensraum Schule ist über das niedersächsische Schulgesetz eindeutig geregelt.

Legale Drogen dürfen in der Schule nicht konsumiert werden. So sieht die Erlasslage vor, dass „das Rauchen und der Konsum von alkoholischen Getränken im Schulgebäude und auf dem Schulgelände während schulischer Veranstaltungen sowie bei Schulveranstaltungen außerhalb der Schule verboten sind.“³⁸ Bei Schulentlassungsfeiern oder ähnlichem sind unter bestimmten Voraussetzungen Ausnahmen möglich.³⁹

Illegale Drogen im Lebensraum Schule sind unverzüglich der Polizei zu melden. So gilt bei der Feststellung von Besitz, Handel oder einer sonstigen Weitergabe von Betäubungsmitteln die Anzeige- und Informationspflicht.

VORGEHEN BEI VERDACHT AUF MISSBRÄUCLICHEM KONSUM VON SUCHTMITTELN (TABAK, ALKOHOL, ILLEGALE DROGEN ODER STOFFUNGEBUNDENEN SÜCHTEN)

Informationspflicht

Zeigt eine Schülerin oder ein Schüler mehrere Verhaltensauffälligkeiten bzw. besteht der begründete Verdacht legale Drogen zu missbrauchen, illegale Drogen zu konsumiert oder an einer stoffungebundenen Suchtform zu leiden, informiert die Lehrkraft die Schulleiterin oder den Schulleiter über diesen Verdacht und die geplanten und eventuell schon eingeleiteten pädagogischen Hilfen.

Bei minderjährigen Schülerinnen oder Schülern sollten die Erziehungsberechtigten informiert werden. In Ausnahmefällen kann davon abgesehen werden, wenn eine Information der Eltern negative Auswirkungen auf den Beziehungsprozess zwischen Lehrer und Schüler/-in hat. Da diese Situation individuell entschieden werden muss, kann es dafür keine rechtsverbindlichen Aussagen geben.

Bei volljährigen Schüler/-innen dürfen nur mit Einwilligung der betroffenen Person die Eltern informiert werden. Es ist immer sinnvoll, sich dann eine schriftliche Schweigepflichtsentbindung geben zu lassen.

Eine Informationspflicht gegenüber der Kriminalpolizei gibt es nicht, solange es sich um einen Verdacht handelt.

38 RdErl. d. MK v. 7.12.2012 – 34-82 114/5 – VORIS 21069

39 ebd.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Anderen Personen und Institutionen gegenüber gibt es keine Auskunftspflicht. Es ist aber möglich, sich unter anonymisierter Darstellung des Falles Beratung und Unterstützung zu holen (z. B. Fachstellen für Sucht, Jugendamt).

VORGEHEN BEI KONKRETEM KONSUM VON ALKOHOL ODER ILLEGALEN DROGEN (Z. B. CANNABIS) IN DER SCHULE ODER BEI SCHULVERANSTALTUNGEN

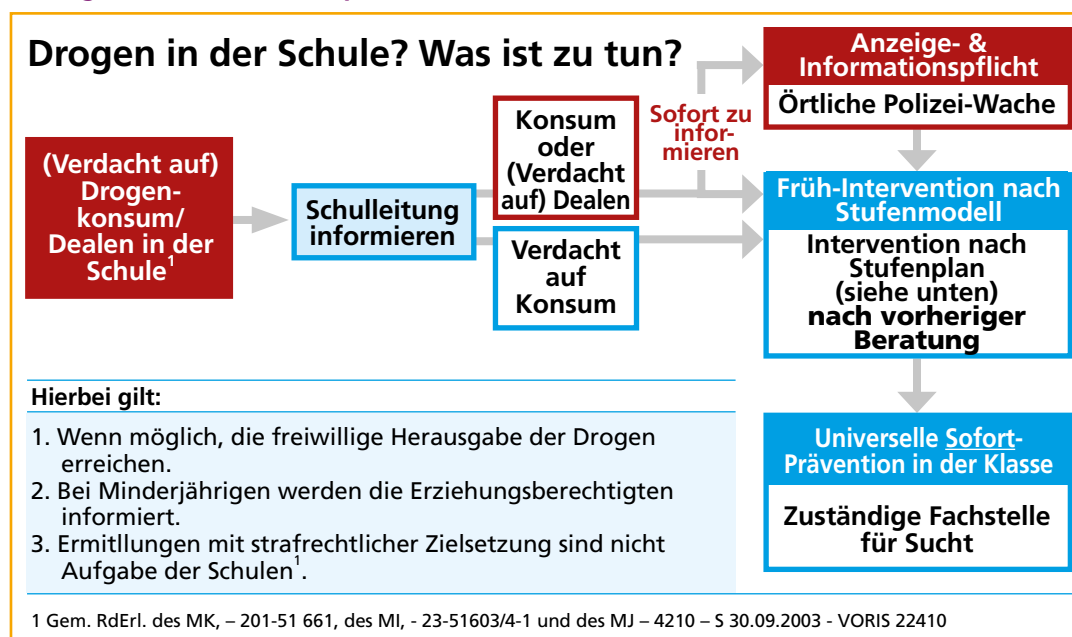
Akute Maßnahmen

Falls Sie eine Schülerin oder einen Schüler angetrunken oder bekifft in der Schule oder bei einer Schulveranstaltung haben, muss die Person vom Unterricht ausgeschlossen werden.

- Je nach Rauschzustand eventuell Krankenwagen rufen
- Informieren Sie die Eltern über die Situation, damit sie ihr Kind abholen
- Bis zum Abholen muss die Schülerin oder der Schüler unter Aufsicht bleiben
- Schulleitung informieren
- Bei Cannabiskonsum die Polizei einschalten (Besitz von Drogen)

VORGEHEN BEI BESITZ, HANDEL ODER SONSTIGE WEITERGABE VON BETÄUBUNGSMITTELN IN DER SCHULE ODER BEI SCHULVERANSTALTUNGEN

Anzeige- und Informationspflicht



Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Die Anzeige- und Informationspflicht, die in der obigen Abbildung visualisiert wird, ist im Niedersächsischen Schulgesetz geregelt.

1. „**Lehrkräfte** sind verpflichtet, sofort die **Schulleitung zu unterrichten**, sobald sie Kenntnis von solchen oder vergleichbaren Straftaten [der **Besitz**, der **Handel** oder die sonstige **Weitergabe** von Betäubungsmitteln, Anm. d. Verf.] haben.“⁴⁰
2. „Die **Schulleitung** hat **unverzüglich die Polizei zu informieren**, sobald sie Kenntnis davon erhält, dass eine der folgenden oder vergleichbare Straftaten im unmittelbaren Zusammenhang mit der Schule gegen oder durch ihre Schülerinnen und Schüler begangen worden ist oder eine solche Straftat bevorsteht:
[...] der **Besitz**, der **Handel** oder die sonstige **Weitergabe** von Betäubungsmitteln.“⁴¹
„Gemeint sind vollendete wie versuchte Delikte.“
3. Bezogen auf den Handel oder die Weitergabe von Betäubungsmitteln (**Dealerei**) in der Schule besteht auch Handlungsbedarf, wenn Hinweise von anderen Schülerinnen und Schülern vorliegen, also lediglich ein Verdacht besteht. Ein Beweis, z. B. das „Erwischen beim Dealen“ ist nicht notwendig, um der Anzeige- und Informationspflicht gegenüber der Polizei nachzukommen.
In diesem Zusammenhang sei darauf hingewiesen, dass Ermittlungen mit strafrechtlicher Zielsetzung nicht Aufgabe der Schule sind.
4. **Bei Minderjährigen Schülerinnen und Schülern** sind die Erziehungsberechtigten zu informieren. In Ausnahmefällen kann davon abgesehen werden, wenn der Verdacht besteht, dass es die häusliche Situation des Kindes verschlimmert. Bei volljährigen Schülerinnen und Schülern dürfen nur mit Einwilligung der betroffenen Person die Eltern informiert werden. Es ist immer sinnvoll, sich in diesem Fall eine schriftliche Schweigepflichtentbindung geben zu lassen.

40 Gem. Rd.Erl. des MK, - 201-51 611, des MI, - 23-51603/4-1 und des MJ – 4210 – S.3.202, v. 30.09.2003

41 ebd.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

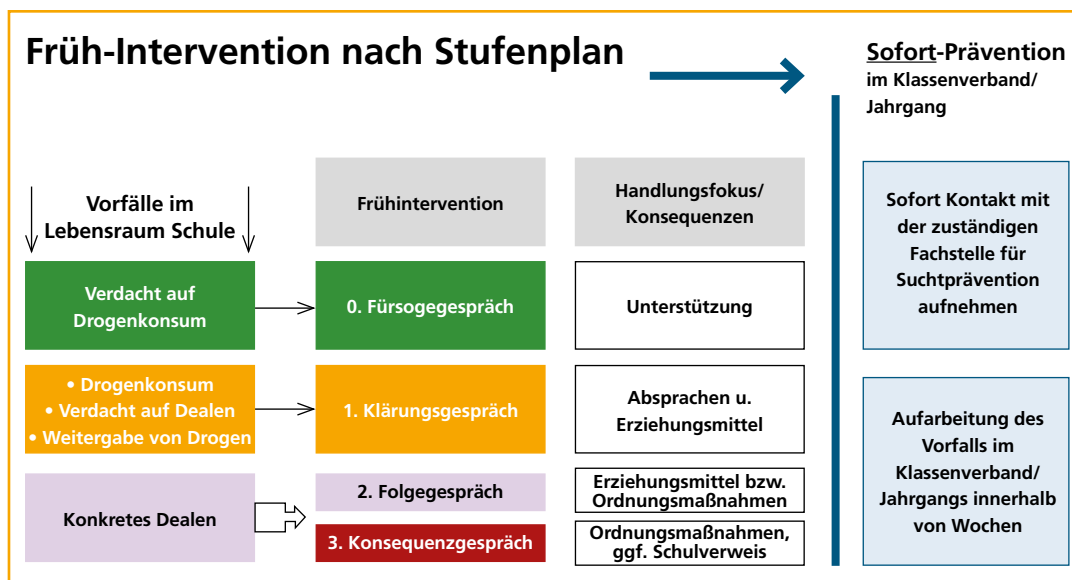
Vorgehen nach Stufenplan und Sofortprävention im Klassenverband

Bei Besitz, Handel oder Weitergabe von Betäubungsmitteln (illegalen Drogen) im Lebensraum Schule steht insbesondere der **Schutz der nicht betroffenen Schülerinnen und Schüler** im Vordergrund, sodass es sinnvoll ist, den Vorfall zeitnah in Kooperation mit der zuständigen Fachstelle für Suchtprävention aufzuarbeiten (Sofort-Prävention).

In Kombination dieser „Sofort-Prävention“ und der „Intervention nach Stufenplan“ kann es gelingen, den Lebensraum Schule zu schützen und zudem die betroffene Person mit pädagogischen Mitteln zu erreichen.

Es wird empfohlen, folgende Schritte **unmittelbar** einzuleiten (siehe Abbildung unten).

1. Die Intervention nach Stufenplan.
2. Sofort-Prävention mit der örtlichen Fachstelle für Suchtprävention.

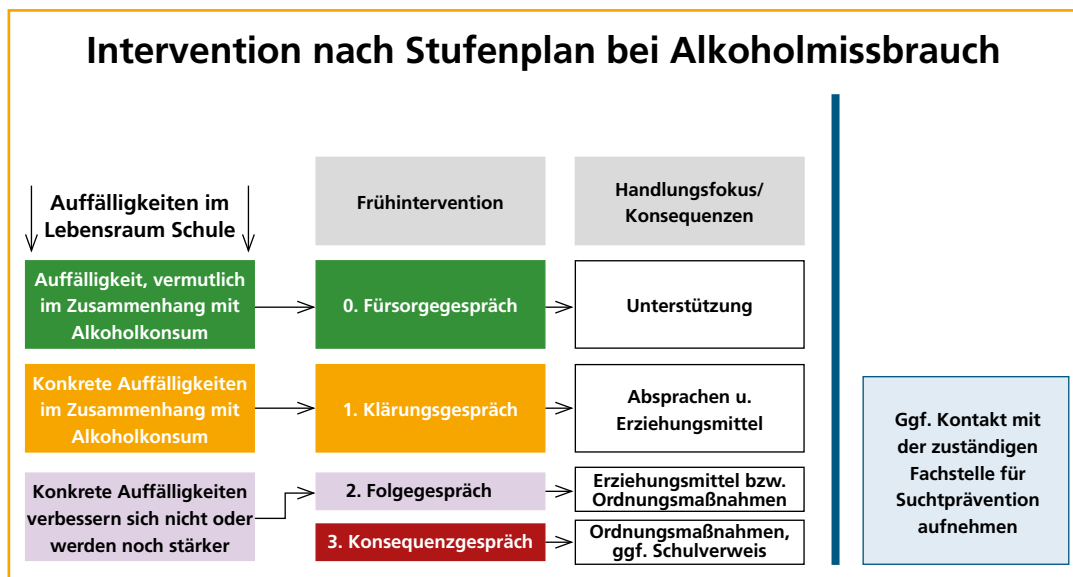


Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

VORGEHEN NACH DEM STUFENPLAN BEI KONKRETEN AUFFÄLLIGKEITEN IM ZUSAMMENHANG MIT ALKOHOLMISSBRAUCH

Darüber hinaus ist eine Intervention nach Stufenplan nicht nur bei der Problematik der illegalen Drogen sinnvoll, sondern auch, wenn es Auffälligkeiten im Zusammenhang mit legalen Suchtmitteln gibt, also am ehesten im Zusammenhang mit Alkoholmissbrauch.

Hier sieht die Grafik zum Vorgehen geringfügig anders aus:



Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Die Intervention nach dem Stufenplan

Die „Intervention nach dem Stufenplan“ soll keine Alternative zu geeigneten pädagogischen Maßnahmen oder Erziehungsmitteln darstellen, die sinnvollerweise als Konsequenzen auf den Vorfall eingeleitet werden. Jedoch soll dieses Interventionsmodell als lösungsorientierter Vorbau zu den Ordnungsmaßnahmen, wie etwa den vorschnellen Schulverweis, dienen.

Das Einsetzen von Erziehungsmitteln und Ordnungsmaßnahmen reicht bei substanzbezogenen Problemen in der Regel nicht aus und sollte um ein differenziertes Hilfs- und Gesprächsangebot ergänzt werden. Die Voraussetzung für das Gelingen ist hierbei eine vertrauensvolle Basis zwischen der Lehrkraft und der betroffenen Person.

Somit ist das standardisierte Vorgehen nach dem Stufenplan ein ergänzendes Instrument, einen Zugang zu der betroffenen Person herzustellen, um das substanzbezogene Problem nachhaltig zu beheben.

An welcher Stelle in den Stufenplan eingestiegen wird, ergibt sich über den Schweregrad des Vorfalls (siehe Abbildungen oben).

Schweigepflicht bei Stufengesprächen

In den Stufengesprächen kann es sinnvoll sein, mit dem Schüler oder der Schülerin mündlich eine Schweigepflicht zu vereinbaren. Insbesondere wenn es in dem Gespräch um illegale Drogen geht, kann die Schweigepflicht den Zugang erleichtern.

Hierbei ist folgendes zu beachten:

- Die Schweigepflicht in Bezug auf illegale Drogen gilt dann, wenn die Lehrkraft davon ausgehen kann, dass der Schüler oder die Schülerin keine anderen Schülerinnen und Schüler zum Konsum von illegalen Drogen animiert.
- Bei Minderjährigen bis einschließlich 12 Jahren kann keine Schweigepflicht vereinbart werden.
- Bei Kindern im Alter von 13 bis 14 Jahren kann eine Schweigepflicht vereinbart werden, wenn die Lehrkraft dem Kind zutraut, dass es die Schweigepflicht begreifen kann.
- Ab 15 Jahren kann grundsätzlich eine Schweigepflicht mit dem Schüler oder der Schülerin vereinbart werden.
- Am Anfang des Gesprächs muss die Frage gestellt werden, ob jemand informiert werden darf oder nicht.
- Es muss erklärt werden, was Schweigepflicht bedeutet. Hilfreich ist, zu differenzieren, z. B. zu fragen „wem darf ich sagen, dass wir dieses Gespräch geführt haben?“

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Das Fürsorgegespräch

Ziel des Gesprächs

Das Ziel des Fürsorgegesprächs ist es, der betroffenen Person zu signalisieren, dass sie Unterstützung von Seiten der Schule erwarten kann, wenn sie es wünscht. Zudem wird der betroffenen Person deutlich, dass die negativen Verhaltensänderungen wahrgenommen wurden. Besteht der Verdacht, dass der Schüler oder die Schülerin illegale Drogen in der Schule konsumiert, ist ein weiteres Ziel des Gesprächs Klarheit zu schaffen.

Vorbereitung

Das Fürsorgegespräch ist ein niedrigschwelliges, unverbindliches und vertrauliches Gespräch und bedarf keiner speziellen Vorbereitung. Das Fürsorgegespräch ist nicht Teil des Stufenplans und muss nicht dokumentiert werden.

Beteiligte

- a) Betroffene Person
- b) Klassenlehrkraft

Inhalt des Gesprächs

Die zuständige Klassenlehrkraft...

- spricht den persönlichen Eindruck an, dass negative Veränderungen in den schulischen Leistungen oder im sozialen Verhalten wahrgenommen wurden.
- benennt diese negativen Veränderungen konkret.
- bespricht den Verdacht, dass der Schüler oder die Schülerin illegale Drogen in der Schule konsumiert hat, um Klarheit zu schaffen (in diesem Zusammenhang sollte mit dem Schüler oder der Schülerin eine Schweigepflicht vereinbart werden – siehe Anmerkung zur Schweigepflicht).
- bietet Unterstützung an.
- weist auf Hilfsangebote hin (Schulsozialarbeit, externes Hilfesystem).
- vereinbart einen Rückmeldegesprächstermin.

Rückmeldegespräch nach drei bis vier Wochen

Das Rückmeldegespräch ist Teil des Fürsorgegesprächs und findet statt, wenn der Schüler oder die Schülerin bis zum vereinbarten Rückmeldegesprächstermin kein weiteres negatives Verhalten gezeigt hat. Andernfalls wird das „Klärungsgespräch“ nach Stufenplan angesetzt.

Im Rückmeldegespräch wird dem Schüler oder der Schülerin mitgeteilt, dass kein weiteres negatives Verhalten aufgefallen ist und das Thema für die Schule nun erledigt ist.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Das Klärungsgespräch

Bei konkreten Vorfällen in Zusammenhang mit illegalen Drogen oder dem Verdacht, dass eine bestimmte Person in der Schule dealt oder Betäubungsmittel unentgeltlich weitergibt, wird direkt in den Stufenplan, d.h. mit dem „Klärungsgespräch“ eingestiegen.

Das Klärungsgespräch ist eine Ergänzung zu den geeigneten Erziehungsmitteln, die bei Verstößen in der Schule eingesetzt werden. Es soll jedoch verhindern, dass zu früh über Ordnungsmaßnahmen reagiert wird. Sind die Umstände, die zu dem Fehlverhalten geführt haben, nicht allzu schwerwiegend und komplex, reicht häufig ein den Erziehungsmitteln begleitendes Klärungsgespräch aus, um eine positive Verhaltensänderung herbeizuführen.

Ziel des Gesprächs:

Das primäre Ziel des Klärungsgesprächs ist der Zugang zu der betroffenen Person. Der betroffenen Person soll geholfen werden, die Probleme, die zu dem Vorfall im Zusammenhang mit illegalen Drogen geführt haben, zu lösen. Zudem werden die Konsequenzen aufgezeigt, falls sich das Verhalten in den nächsten drei bis vier Wochen nicht ändert.

Vorbereitung:

- Schulleitung im Vorfeld informieren
- Bei Minderjährigen Erziehungsberechtigte informieren
- Konkrete Fakten zu dem Vorfall notieren (Zeit, Ort, Vorfall, Zeugen etc.)
- Protokollvorlage vorbereiten

Beteiligte:

- a) betroffene/r Schüler/in
- b) Klassenlehrkraft

Inhalt des Gesprächs:

Die zuständige Klassenlehrkraft

- benennt konkrete Fakten, Zeit, Ort und den Vorfall.
- drückt ihre/seine Besorgnis aus, dass die betroffene Person offensichtlich durch den Substanzgebrauch Probleme hat, die sich auf den Lebensraum Schule auswirken.
 - Der Vorfall ist eine Straftat innerhalb der Schule
 - Insbesondere werden die anderen Schülerinnen und Schüler gefährdet.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

- gibt dem Schüler/der Schülerin Gelegenheit zur Aussprache und bietet Hilfe an.
- vereinbart mit dem Schüler/der Schülerin Lösungsmöglichkeiten.
- empfiehlt dem Schüler oder der Schülerin, sich bei der Fachstelle für Sucht informieren und beraten zu lassen (Kontaktaten bereitlegen).
- teilt der Schülerin/dem Schüler mit,
 - dass es keine weiteren Konsequenzen von Seiten der Schule (mit Ausnahme der ggf. festgelegten und mitgeteilten Erziehungsmittel) gibt, wenn das negative Verhalten ausbleibt.
 - dass Ordnungsmaßnahmen eingeleitet werden und ergänzend das Folgegespräch nach dem Stufenplan angesetzt wird, wenn es zu erneuten Vorfällen kommt.
- vereinbart ein Rückmeldegespräch in drei bis vier Wochen und teilt mit, dass bis dahin beobachtet wird, ob sich das negative Verhalten zum Positiven verändert.
- protokolliert die wesentlichen Inhalte und Absprachen des Klärungsgesprächs.

Konsequenz:

Es werden geeignete pädagogische Maßnahmen und Erziehungsmittel eingeleitet.

Rückmeldegespräch nach drei bis vier Wochen:

Im Rückmeldegespräch wird der betroffenen Person mitgeteilt, dass kein weiteres negatives Verhalten im Zusammenhang mit Betäubungsmitteln aufgefallen ist und das Thema für die Schule nun erledigt ist. Andernfalls wird das „Folgegespräch“ nach Stufenplan angesetzt.

Im Rückmeldegespräch wird dem Schüler oder der Schülerin mitgeteilt, dass kein weiteres negatives Verhalten aufgefallen ist und das Thema für die Schule nun erledigt ist.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Das Folgegespräch

Verkauft ein Schüler oder eine Schülerin illegale Drogen in der Schule, so wird direkt in das Folgegespräch eingestiegen.

Das Folgegespräch wird angesetzt, wenn es nach dem Klärungsgespräch zu erneuten Vorfällen im Zusammenhang mit illegalen Drogen kam oder im Lebensraum Schule gedealt wurde. In beiden Fällen ist die Voraussetzung gegeben, dass parallel zu dem Folgegespräch Ordnungsmaßnahmen angesetzt werden.

Die Interessenvertretung der betroffenen Person, die Erziehungsberechtigten sowie die professionelle Suchthilfe sollte in diese Interventionsstufe einbezogen werden.

Ziel des Gesprächs:

Das Ziel des Folgegesprächs ist es, gemeinsam mit allen Beteiligten Lösungen zu finden, die es dem Schüler oder der Schülerin ermöglichen, das negative Verhalten abzulegen. Zudem soll über konkrete Absprachen und angemessene Konsequenzen konstruktiver Druck auf die betroffene Person ausgeübt werden.

Vorbereitung:

- Schulleitung im Vorfeld informieren
- Gemeinsamen Termin mit allen Beteiligten vereinbaren
- Konkrete Fakten zu dem Vorfall notieren (Zeit, Ort, Vorfall, Zeugen etc.)
- Protokollvorlage vorbereiten

Beteiligte Personen:

- betroffene/r Schüler/in
- Klassenlehrkraft
- Erziehungsberechtigte (bei Minderjährigen)
- ggf. Beratungslehrkraft
- Schulsozialarbeit
- Schulleitung
- ggf. örtliche Fachstelle für Suchtprävention

Inhalte des Gesprächs:

Die Schulleitung...

- benennt konkrete Fakten, Zeit, Ort und den Vorfall.
- benennt ggf. die von der betroffenen Person verletzten Absprachen.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

- informiert Eltern und betroffene Person über die in der Schule angesetzten Erziehungsmittel oder Ordnungsmaßnahmen.
- findet gemeinsam mit allen Beteiligten Lösungsmöglichkeiten.
- vereinbart mit der betroffenen Person und ggf. mit den Erziehungsberechtigten, dass externe Hilfen angenommen werden (etwa Familienberatung, Psychologische Beratungsstelle, Fachstelle Sucht)
- teilt der Schülerin/dem Schüler mit,
 - dass es keine weiteren Konsequenzen von Seiten der Schule (mit Ausnahme der ggf. festgelegten und mitgeteilten Erziehungsmittel und Ordnungsmaßnahmen) gibt, wenn das negative Verhalten ausbleibt.
 - dass letzte Konsequenzen, d.h. weitere Ordnungsmaßnahmen (ggf. der Schulverweis) eingeleitet werden, wenn die Vereinbarungen nicht eingehalten werden oder es zu erneuten Vorfällen kommt.
- vereinbart ein Rückmeldegespräch in drei bis vier Wochen und teilt mit, dass bis dahin beobachtet wird, ob sich das negative Verhalten zum Positiven verändert.
- protokolliert die wesentlichen Inhalte und Absprachen des Folgegesprächs.

Konsequenz:

Es werden geeignete Erziehungsmittel bzw. Ordnungsmaßnahmen eingeleitet.

Rückmeldegespräch nach drei bis vier Wochen:

Zum Rückmeldegespräch ist es nicht notwendig aber möglich, alle Beteiligten erneut einzuladen.

Im Rückmeldegespräch wird der betroffenen Person mitgeteilt, dass kein weiteres negatives Verhalten im Zusammenhang mit Betäubungsmitteln aufgefallen ist und das Thema für die Schule nun erledigt ist. Andernfalls wird das „Konsequenzgespräch“ nach Stufenplan angesetzt.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

Das Konsequenzgespräch

Das Konsequenzgespräch wird angesetzt, wenn die vorgelagerten Stufengespräche keinen Erfolg zeigten.

Das Konsequenzgespräch ist die letzte Stufe der „Frühintervention nach Stufenplan“ und bietet der betroffenen Person eine letzte Chance oder leitet in schwerwiegenden Fällen den Schulverweis ein.

Ziel des Gesprächs

Das Ziel des Konsequenzgesprächs ist es, der betroffenen Person und ggf. den Erziehungsberechtigten aufzuzeigen, wie sich die folgende letzte Konsequenz ergeben hat.

Vorbereitung

- Schulleitung im Vorfeld informieren
- Gemeinsamen Termin mit allen Beteiligten vereinbaren
- Konkrete Fakten zu dem Vorfall notieren (Zeit, Ort, Vorfall, Zeugen etc.)
- Protokollvorlage vorbereiten

Beteiligte Personen

- betroffene/-r Schüler/-in
- Klassenlehrkraft
- Erziehungsberechtigte (bei Minderjährigen)
- Schulleitung

Konsequenz

Es werden geeignete Ordnungsmaßnahmen, ggf. der Schulverweis, eingeleitet.

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

ERZIEHUNGSMITTEL UND ORDNUNGSMASSNAHMEN⁴²

„Mit Erziehungsmitteln oder Ordnungsmaßnahmen reagiert eine Schule auf Pflichtverletzungen von Schülerinnen und Schülern. Die gesetzliche Grundlage dafür bildet der § 61 des Niedersächsischen Schulgesetzes.

Erziehungsmittel können von einer einzelnen Lehrkraft oder von der Klassenkonferenz angewendet werden. Im pädagogischen Vordergrund der Erziehungsmittel steht die Absicht, eine Schülerin bzw. einen Schüler bei Beeinträchtigung der Unterrichts- und Erziehungsarbeit durch einen spürbaren Denkanstoß nachhaltig zur Erfüllung ihrer bzw. seiner Pflichten aufzufordern.

Die Wahl des Erziehungsmittels (wie z. B. die mündliche Rüge, die Anfertigung zusätzlicher häuslicher Aufgaben, die vorübergehende Wegnahme von Gegenständen oder das „Nachsitzen“ in Form besonderer schulischer Arbeitsstunden) liegt im Ermessen der jeweiligen Lehrkräfte. Erziehungsmittel greifen im Gegensatz zu Ordnungsmaßnahmen nicht unmittelbar in die Rechtsstellung der Schülerinnen und Schüler ein und sind deshalb auch keine Verwaltungsakte, die im Wege eines Widerspruchsverfahrens überprüfbar wären.

Als Ordnungsmaßnahmen sieht das Niedersächsische Schulgesetz folgende Maßnahmen abschließend vor:

1. Ausschluss vom Unterricht in einem oder in mehreren Fächern oder ganz oder teilweise von dem den Unterricht ergänzenden Förder- oder Freizeitangebot bis zu einem Monat,
2. Überweisung in eine Parallelklasse (Zustimmung der Schulleitung!),
3. Ausschluss vom Unterricht sowie von dem den Unterricht ergänzenden Förder- und Freizeitangebot bis zu drei Monaten,
4. Überweisung an eine andere Schule derselben Schulform oder, wenn eine solche Schule nicht unter zumutbaren Bedingungen zu erreichen ist, an eine Schule mit einem der bisherigen Beschulung der Schülerin oder des Schülers entsprechenden Angebot (Genehmigung der Schulbehörde!),
5. Verweisung von der Schule (Genehmigung der Schulbehörde!),
6. Verweisung von allen Schulen (Genehmigung der Schulbehörde!).

Die Verhängung von Ordnungsmaßnahmen setzt eine grobe Pflichtverletzung bzw. eine nachhaltige Unterrichtsstörung voraus; Ordnungsmaßnahmen sind auch dann zulässig, wenn eine Schülerin oder ein Schüler die von ihr oder von ihm geforderten Leistungen verweigert oder dem Unterricht unentschuldig fernbleibt. In diesem Fall wird

⁴² <http://www.landesschulbehoerde-niedersachsen.de/themen/schuler/ordnungsmaßnahmen>

Leitfaden zum Umgang mit Suchtmitteln in der Schule

eine Klassenkonferenz unter Vorsitz der Schulleiterin bzw. des Schulleiters einberufen, die über die Verhängung einer Ordnungsmaßnahme entscheidet.

Die Schülerin oder der Schüler und deren Erziehungsberechtigte haben die Gelegenheit, sich zu den vorgeworfenen Pflichtverstößen zu äußern. Die Schülerin oder der Schüler kann sich sowohl von einer anderen Schülerin oder einem anderen Schüler als auch von einer Lehrkraft ihres oder seines Vertrauens unterstützen lassen. Eine volljährige Schülerin oder ein volljähriger Schüler kann sich auch von ihren oder seinen Eltern oder von einer anderen volljährigen Person ihres oder seines Vertrauens unterstützen lassen.

Die Klassenkonferenz hat

- den Sachverhalt festzustellen,
- über die Festsetzung der Ordnungsmaßnahme(n) zu beraten und
- abzustimmen.

Sofern die Klassenkonferenz eine Ordnungsmaßnahme beschließt, erlässt die Schule einen Bescheid, in dem die Ordnungsmaßnahme mitgeteilt und begründet wird. Gegen diesen Bescheid kann Widerspruch erhoben werden. Der Widerspruch und eine eventuell nachfolgende Anfechtungsklage gegen den Bescheid der Schule über Ordnungsmaßnahmen der o.a. Ziffern 3 - 6 haben kraft Gesetzes keine aufschiebende Wirkung; die Schule hat daher die Möglichkeit, die beschlossene Ordnungsmaßnahme sofort zu vollziehen.“

ELTERNARBEIT

EINFÜHRUNG

268

ELTERNABEND ZUM BAUSTEINPROGRAMM

269

- Tipps zum Bausteinprogramm-Elternabend 269
- Tipps und Infos zur Elternarbeit zu suchtpreventiven Themen 270

ELTERNARBEIT

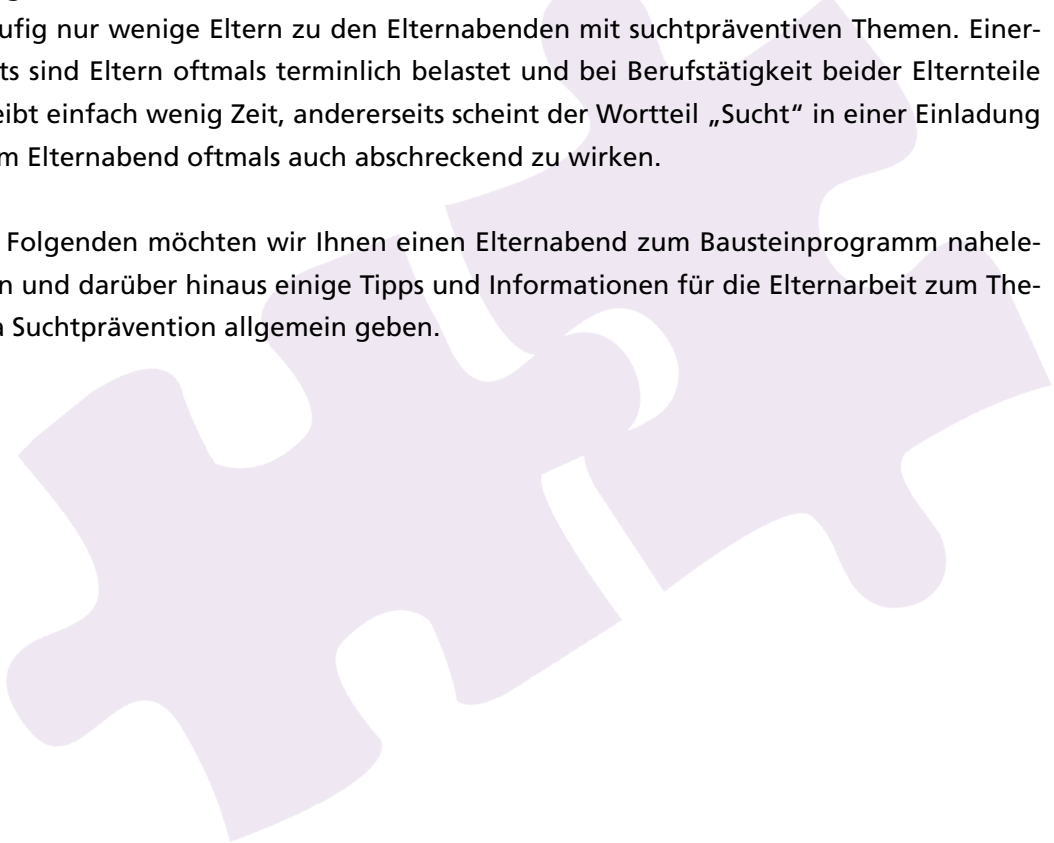
Einführung

Die Zusammenarbeit mit Eltern ist ein wichtiger – wenn auch nicht immer einfacher Teil der Aufgaben, die Lehrkräfte zu erfüllen haben.

Das Bausteinprogramm verfolgt einen ganzheitlichen Suchtpräventionsansatz. Das bedeutet für die schulische Suchtprävention, dass alle, die zum System Schule gehören einbezogen werden müssen, natürlich auch die Eltern.

Zum Thema Sucht und Suchtprävention sind auch in der Elternarbeit viele Themen möglich. Alle Eltern möchten ihre Kinder vor einer Sucht schützen. Trotzdem kommen häufig nur wenige Eltern zu den Elternabenden mit suchtpreventiven Themen. Einerseits sind Eltern oftmals terminlich belastet und bei Berufstätigkeit beider Elternteile bleibt einfach wenig Zeit, andererseits scheint der Wortteil „Sucht“ in einer Einladung zum Elternabend oftmals auch abschreckend zu wirken.

Im Folgenden möchten wir Ihnen einen Elternabend zum Bausteinprogramm nahelegen und darüber hinaus einige Tipps und Informationen für die Elternarbeit zum Thema Suchtprävention allgemein geben.



ELTERNARBEIT

Elternabend zum Bausteinprogramm

Wenn Sie mit diesem Bausteinprogramm arbeiten wollen, ist es wichtig, auch die Eltern der Schülerinnen und Schüler darüber zu informieren. Dies geschieht am besten bei einem Elternabend.

Tipps zum Bausteinprogramm-Elternabend

- Wenn Sie die Eltern einladen, informieren Sie sie bereits bei der Einladung, worum es geht:

Ihr Kind wird in nächster Zukunft Unterricht zur Suchtvorbeugung bekommen. Wir möchten Sie darüber informieren, was in diesem Unterricht stattfindet und warum wir uns überhaupt entschlossen haben, die Suchtvorbeugung in der Schule zum Thema zu machen...

- Wenn Sie das Bausteinprogramm mit einer Fachkraft für Suchtprävention durchführen, beziehen Sie diese in den Elternabend ein. Die Eltern können sie so kennen lernen und sie kann auch Teile des Elternabends übernehmen.
- Stellen Sie (oder die Präventionsfachkraft) das Bausteinprogramm vor
 - Erläutern Sie die Intention des Programms
 - Stellen Sie die Programmbausteine, die Sie durchführen wollen, in der Übersicht vor
 - Eventuell stellen Sie exemplarisch einen Baustein ausführlicher vor
- Geben Sie dann den Eltern Gelegenheit, Fragen zu stellen.

Durch die Vorstellung der Inhalte des Bausteinprogramms bekommen Eltern eine Ahnung davon, dass zur Suchtprävention nicht nur „Suchtthemen“ im engeren Sinne gehören, sondern dass das Spektrum viel weiter geht.

Gibt man den Eltern die Gelegenheit sich zu äußern, über welche Fragestellungen sie sich einmal intensiver austauschen möchten, werden häufig als Themen genannt:

- Umgang mit Konflikten
 - Grenzen setzen
 - Pubertät
 - Sinnvoller Umgang mit Medien
 - Erziehung zur Selbständigkeit
 - Verhalten bei Alkohol- und/oder Cannabismissbrauch
- Äußern die Eltern Interesse an weiteren suchtpreventiven Themen (siehe oben) und Fragestellungen, greifen Sie das auf und bieten an, zu einem späteren Zeitpunkt dazu einen Elternabend durchzuführen (eventuell mit der Fachkraft für Suchtprävention).

ELTERNARBEIT

Tipps und Infos zur Elternarbeit zu suchtpreventiven Themen

Wenn Sie weitere Elternabende zu suchtpreventiven Themen durchführen wollen, vielleicht weil es einen Anlass in der Klasse dazu gibt oder weil Eltern dies wünschen, suchen Sie sich dazu einen externen Referenten/eine externe Referentin, der/die das gewünschte Thema professionell aufgreift. Auch hier ist die Fachkraft für Suchtprevention zu empfehlen.

Bei solchen Elternabenden sollten die Eltern in jedem Fall...

- moderne Suchtprevention und die Bedeutung der Erziehenden (Vorbildfunktion) für die Wirksamkeit von Suchtprevention kennenlernen.
- ihre Haltung gegenüber Sucht und Suchtmitteln reflektieren können.
- Informationen zu Suchtmitteln und süchtigem Verhalten bekommen.
- weitere erzieherische Fragen stellen und diskutieren können.

ELTERNARBEIT

Die NLS hat Elterninfos entwickelt, die sich an Eltern von Kindern der Jahrgänge 5/6, 7/8 und 9 wenden.



Sie können diese Elterninfos bei der NLS bestellen. Sie eignen sich nicht nur zum Verteilen an die Eltern, man kann sie sozusagen auch als Grundlage nehmen und Teile davon an einem Elternabend vertiefen.

Die Elterninfos zeigen auf, in welcher Lebenssituation sich die Kinder dieser Altersgruppe auch in Bezug auf Suchtmittel befinden und was Eltern tun können, um ihre Kinder zu unterstützen.

Weiteres Infomaterial speziell für Eltern gibt es bei:

- Landestelle für Suchtfragen: www.nls-online.de
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen: www.dhs.de
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.bzga.de

Die Fachkräfte für Suchtprävention können außerdem eine halbstündige Präsentation zum Thema „**Elterliche Regeln für das Nichtrauchen ihrer Kinder – ElternStärke(n)**“ anbieten, die in einen Jahrgangselternabend integriert werden kann. Infos dazu unter www.nls-online.de.

Weiter sind auch noch die Webseiten

www.elterninfo-alkohol.de

und www.starke-Eltern.de und www.elternberatung-sucht.de zu empfehlen.

ANHANG

Adressen der Fachstellen für Suchtprävention in Niedersachsen

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention Achim/Verden
Feldstr. 2
28832 Achim
Tel.: 04202 8798
E-Mail: suchtberatung-achim-verden@evlka.de
www.suchtberatung-achim-verden.de

Landkreis Celle
Jugendamt/Jugendschutz
Trift 26
29221 Celle
Tel.: 05141 12697
E-Mail: frauke.ristau@lkcelle.de
www.landkreis-celle.de

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Stiftung Edith Stein
Am Capitol 4
49661 Cloppenburg
Tel.: 04471 85960
E-Mail: suchtpraevention@suchtberatung-cloppenburg.de
www.suchtberatung-cloppenburg.de

Anonyme Drogenberatung - AWO Trialog Weser-Ems
Scheunebergstr. 41
27749 Delmenhorst
Tel.: 04221 14055
E-Mail: praevention@awo-ol.de
www.drob-delmenhorst.de

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Diakonisches Werk
Postdamm 4
49356 Diepholz
Tel.: 05441 987920
E-Mail: suchtberatung.DW.Diepholz@evlka.de
www.suchtberatungsstelle.de

ANHANG

Lukas-Werk Gesundheitsdienste GmbH
Fachambulanz Goslar
Martin-Luther-Straße 2
38640 Goslar
Tel.: 05321 35885-0
E-Mail: Fa-goslar@lukas-werk.de
www.lukas-werk.de

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Beratungs- und Behandlungsstelle
Schillerstr. 21
37083 Göttingen
Tel.: 0551 72051
E-Mail: suchtberatung.goettingen@evlka.de
www.suchtberatung-göttingen.de

Drobs Hannover - Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Calenberger Esplanade 6
30169 Hannover
Tel.: 0511 701460
E-Mail: praeventionsteam@step-hannover.de
www.step-hannover.de

Neues Land – Drogenberatung
Fachstelle für Suchtprävention
Wunstorfer Landstraße 5
30453 Hannover
Tel.: 0511 655 805 39
E-Mail: drobs@neuesland.de
www.neuesland.de

prisma e.V. - Fachstelle Sucht und Suchtprävention
Beratung Behandlung Jugendhilfe
Ihmeplatz 4
30449 Hannover
Tel.: 0511 921750
E-Mail: kontakt@prismahannover.de
www.prismahannover.de

ANHANG

Lukas-Werk Gesundheitsdienste GmbH
Fachambulanz Helmstedt
Poststraße 2
38350 Helmstedt
Tel.: 05351 5209-50
E-Mail: Fa-helmstedt@lukas-werk.de
www.lukas-werk.de

Drogenhilfe Hildesheim gGmbH
Jakobistr. 28
31134 Hildesheim
Tel.: 05121 6960515
E-Mail: info@drops-hi.de
www.drops-hildesheim.de

Drops - Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Heiligengeiststr. 31
21335 Lüneburg
Tel.: 04131 68446-0
E-Mail: mail@drops-lueneburg.de
www.drops-lueneburg.de

Fachambulanz für Suchtprävention und Rehabilitation
Johannisstr. 91
49074 Osnabrück
Tel.: 0541 341404
E-Mail: sucht.os@caritas-os.de
www.caritas-os.de

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Diakonisches Werk Osnabrück
Lotter Str. 125
49078 Osnabrück
Tel.: 0541 94010-0
E-Mail: praevention@dw-osl.de
www.suchtberatungsstelle.de

ANHANG

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Diakonisches Werk Osterholz-Scharmbeck
Kirchenstr. 5
27711 Osterholz-Scharmbeck
Tel.: 04791 80680
E-Mail: Suchtberatung.Osterholz-Scharmbeck@evlka.de
www.diakonisches-werk-ohz.de

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Kirchenkreis Harzer Land
Am Schloßpark 3a
37520 Osterode
Tel.: 05522 9019-69
E-Mail: praevention@suchtberatung-herzberg.de
www.suchtberatung-osterode.de

Fachambulanz Sucht Emsland
Jugend- und Drogenberatung
Landsbergstr. 9
26871 Papenburg
Tel.: 04961 98880
E-Mail: dw-papenburg@diakonie-emsland.de
www.diakonie-emsland.de; www.suchtberatungsstelle.de

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
AWO-Salto-Suchthilfe
Berliner Str. 78
38226 Salzgitter
Tel.: 05341 18859-75
E-Mail: salto@awo-bs.de
www.awo-bs.de

Drogen- und Jugendberatungsstelle
Diakonisches Werk Schaumburg-Lippe
Bahnhofstr. 16
31655 Stadthagen
Tel.: 05721 993020
E-Mail: praevention@diakonie-sl.de
www.diakonie-schaumburg-lippe.de

ANHANG

release e. V. - Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Bahnhofstr. 29
28816 Stuhr
Tel.: 0421 893233
E-Mail: info@release-netz.de
www.release-netz.de

Fachstelle Sucht im Landkreis Oldenburg
Heemstr. 28
27793 Wildeshausen
Tel.: 04431 2964
E-Mail: fs-sucht-lkol@diakonie-ol.de
www.suchtberatung-landkreis-oldenburg.de

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Werftstr. 71
26382 Wilhelmshaven
Tel.: 04421 26060
E-Mail: Suchtberatung.whv@diakonie-whv.de
www.dw-ol.de

Lukas-Werk Gesundheitsdienste GmbH
Fachambulanz Wolfenbüttel
Dr.-Heinrich-Jasper-Str. 5
38304 Wolfenbüttel
Tel.: 05331 8586-0
E-Mail: Fa-wolfenbuettel@lukas-werk.de
www.lukas-werk.de

Jugend- und Drogenberatung
Fachstelle für Suchtprävention
Dieselstr. 20
38446 Wolfsburg
Tel.: 05361 2048-11
E-Mail: praevention@drogenberatung-wolfsburg.de
www.drogenberatung-wolfsburg.de

ANHANG

Erlasse

Rauchen und Konsum alkoholischer Getränke in der Schule

RdErl. d. MK v. 7.12.2012 - 34-82 114/5 - VORIS 21069 -

Bezug: RdErl. d. MK v. 3.6.2005 (SVBl. S. 351) - 23-82 114/5 - VORIS 21069 -

1. Das Rauchen und der Konsum alkoholischer Getränke sind im Schulgebäude und auf dem Schulgelände während schulischer Veranstaltungen sowie bei Schulveranstaltungen außerhalb der Schule verboten.
2. Die Schule entwickelt unter Einbeziehung der Schülerschaft und der Erziehungsberechtigten ein Präventionskonzept mit dem Ziel, die heutige und zukünftige Generation vor den gesundheitlichen, gesellschaftlichen, umweltrelevanten und wirtschaftlichen Folgen des Tabak- und Alkoholkonsum sowie des Passivrauchens zu schützen. Der Schulleiternrat muss dem Konzept zustimmen.
3. Das Präventionskonzept ist jährlich neu zu beschließen. In Schulen mit einem Schulprogramm ist das Präventionskonzept in die Schulprogrammentwicklung aufzunehmen.
4. Im Einzelfall sind von dem Verbot alkoholischer Getränke nach Ziffer 1 Ausnahmen zulässig. Eine Befreiung von Schülerinnen und Schülern ist nur zulässig bei Schülerinnen und Schülern des Sekundarbereichs II, die das 16. Lebensjahr vollendet haben. Unter Anlegung eines strengen Maßstabes kann von dem Verbot befreien
 - die Schulleiterin oder der Schulleiter bei besonderen Gelegenheiten (z.B. Schulentlassungsfeiern, Jubiläen usw.) sowie
 - die Aufsicht führende Lehrkraft bei Schulveranstaltungen außerhalb der Schule.Wenn an der Schulveranstaltung minderjährige Schülerinnen und Schüler teilnehmen, ist die Zustimmung der jeweiligen Klassenelternschaften erforderlich.
5. Von dem Verbot nach Ziff. 1 sind solche Räume und Grundstücksflächen ausgenommen, die ausschließlich Dritten überlassen sind.
6. Dieser RdErl. tritt am 1.1.2013 in Kraft. Der Bezugserlass tritt mit Ablauf des 31.12.2012 außer Kraft.

ANHANG

Sicherheits- und Gewaltpräventionsmaßnahmen in Schulen in Zusammenarbeit mit Polizei und Staatsanwaltschaft

Gem. RdErl. d. MK, d. MI u. d. MJ v. 1.6.2016 - 25.5-81411 (Nds. Mbl. Nr. 23/2016 S. 648; SVBl. 8/2016 S. 433) - VORIS 22410 -

1. Allgemeines

Der staatliche Bildungsauftrag setzt voraus, dass die Schule den Schülerinnen und Schülern einen Ort der Sicherheit, der Verlässlichkeit und des Vertrauens bietet. Dies zu gewährleisten ist zunächst Aufgabe aller an Schule Beteiligten: Schülerinnen und Schüler, Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern sowie Schulträger.

Um dieses Ziel zu erreichen, ist es unerlässlich, das Thema „Sicherheit und Abwehr von Gewalt“ in allen Schulen regelmäßig zum Gegenstand gemeinsamer Überlegungen zu machen.

Nicht erst bei drohender Gefahr, sondern präventiv bereits im schulischen Alltag, muss im Unterricht und bei anderen geeigneten Anlässen jede Schule die gemeinsame Verantwortung aller für ein gewaltfreies und friedliches Schulleben thematisieren. Dabei ist auf die sachkundige Hilfe von Polizei und Staatsanwaltschaft zurückzugreifen.

Schule, Polizei und Staatsanwaltschaft haben das gemeinsame Ziel, die Sicherheit der Schülerinnen und Schüler beim Schulbesuch zu gewährleisten und Straftaten im Lebensraum zu verhüten. Zudem soll die Entscheidung von Schülerinnen und Schülern zu gesetzestreuem Verhalten auch außerhalb der Schule gestärkt werden.

Im Sinne dieser gemeinsamen Zielsetzung ist die vertrauensvolle und partnerschaftliche Zusammenarbeit von Schule, Polizei und Staatsanwaltschaft kontinuierlich weiter zu fördern, durch abgestimmte Maßnahmen zu konkretisieren und zu verbessern.

Die Schule kann die Erfahrung und Unterstützung der Polizei und der Staatsanwaltschaft zur Erfüllung ihres Bildungs- und Erziehungsauftrags insbesondere für problembelastete Schülerinnen und Schüler sowie Schülergruppen nutzen.

Die Polizei kann bereits zu einem frühen Zeitpunkt delinquentes Verhalten von Schülerinnen und Schülern oder weitere drohende Gefahren erkennen und somit Straftaten präventiv entgegenwirken.

ANHANG

Die Staatsanwaltschaft erhält durch die verstärkte Zusammenarbeit ein differenziertes Bild von Tat, Täterin oder Täter und Opfer, das eine dem Erziehungsgedanken des JGG entsprechende optimale Reaktion ermöglicht.

2. Regelungen für die Schule

In allen Schulen ist in Zusammenarbeit mit Schülerinnen und Schülern, Erziehungsberechtigten, Schulträgern sowie weiteren schulischen und außerschulischen Fachkräften das auf die Verhältnisse der Schule bezogene Sicherheits- und Gewaltpräventionskonzept aktuell zu halten. Dabei ist zu berücksichtigen, dass Gewalt sowohl kulturell als auch alters- und geschlechterbezogen unterschiedlich ausgeübt, erlebt und verarbeitet wird.

Das Sicherheits- und Präventionskonzept ist mit Schulleiternrat und Schülerrat abzustimmen, in die Schulprogrammentwicklung einzubeziehen und den Schülerinnen und Schülern sowie den Erziehungsberechtigten in geeigneter Form zur Kenntnis zu geben. Die Schule überprüft regelmäßig im Rahmen einer Dienstbesprechung oder einer Gesamtkonferenz, ob die schulischen Maßnahmen ausreichend sind.

Zur Unterstützung können sich Schulen an das Beratungs- und Unterstützungssystem der NLSchB wenden, dort finden sich im geschützten Bereich auch die der polizeilichen Kriminal- und Verkehrsunfallprävention zugrunde liegenden Konzepte.

Nähere Ausführungen sind der Anlage zu entnehmen.

3. Regelungen für die Zusammenarbeit

3.1 Für die Zusammenarbeit benennen die Schule und die örtlich zuständige Polizeidienststelle namentlich jeweils eine Ansprechpartnerin oder einen Ansprechpartner und stellen deren Erreichbarkeit sicher. Die Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner halten den Kontakt, übermitteln Informationen und besprechen die zur Umsetzung dieses Gem. RdErl. erforderlichen Maßnahmen.

Für die Schule nimmt ein Mitglied der Schulleitung die Aufgabe wahr oder beauftragt eine geeignete Person des Kollegiums damit.

Für die Polizei nimmt die Aufgabe grundsätzlich die Leiterin oder der Leiter des Fachkommissariats Jugend, die oder der örtlich zuständige Beauftragte für Jugendsachen oder eine Jugendsachbearbeiterin oder ein Jugendsachbearbeiter wahr. Die Dienststellenleitung kann auch eine andere geeignete Polizeibeamtin oder einen anderen geeigneten Polizeibeamten damit beauftragen.

ANHANG

3.2 Die Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner bewerten in regelmäßigen Besprechungen, mindestens einmal im Schulhalbjahr, sowie anlassbezogen ihre Zusammenarbeit. Schulvorstand, Gesamtkonferenzen sowie Schul- oder Elternversammlungen sollen in besonderen Fällen unterrichtet werden und die Möglichkeit der Erörterung erhalten.

3.3 Für die Staatsanwaltschaft benennt die Behördenleitung mindestens eine geeignete Staatsanwältin oder einen geeigneten Staatsanwalt als Ansprechpartnerin oder Ansprechpartner für Schule und Polizei. Die Ansprechpartnerin oder der Ansprechpartner der Staatsanwaltschaft wird im Einzelfall nach Absprache in die Zusammenarbeit von Schule und Polizei eingebunden.

3.4 Bei der Behandlung von Themen, die die Zusammenarbeit betreffen, ist den Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartnern aus Schule, Polizei und Staatsanwaltschaft die wechselseitige Teilnahme an Konferenzen und Dienstbesprechungen zu ermöglichen.

3.5 Themen der Prävention, insbesondere von Kriminalität und Gewalt sollen verstärkt Eingang in die verschiedenen Formen der Unterrichtsgestaltung finden. Schule, Polizei und Staatsanwaltschaft besprechen miteinander, wie die Polizei und die Staatsanwaltschaft in diese Arbeit einbezogen werden können.

3.6 Darüber hinaus können auch zusätzliche Vereinbarungen über die Zusammenarbeit von Schule mit Polizei und Staatsanwaltschaft geschlossen werden.

3.7 Der gegenseitige Zugang zu regionalen sowie überregionalen bereichsspezifischen Fortbildungsveranstaltungen sollte ermöglicht werden.

Dazu sollen auch gemeinsame Fortbildungsveranstaltungen unter Beteiligung von Jugendrichterinnen und Jugendrichtern sowie Jugendstaatsanwältinnen und Jugendstaatsanwälten genutzt werden. Bei der Erarbeitung und Fortschreibung eines Rahmenkonzepts für das Fortbildungsangebot aller Schulformen sollten gemeinsame Angebote für Lehrkräfte und Polizeibeamtinnen und Polizeibeamte vorgesehen werden.

3.8 Im Rahmen des Vorbereitungsdienstes für die Lehrämter soll den Studienreferendarinnen und Studienreferendaren und Lehramtsanwärterinnen und Lehramtsanwärtern Gelegenheit gegeben werden, die Arbeit der Polizei und der Justiz, insbesondere zur Kriminalprävention, sowie die rechtlichen Rahmenbedingungen von Jugendstrafverfahren kennen zu lernen. Dies gilt auch für bereits im Schuldienst befindliche Lehrkräfte.

ANHANG

4. Anzeige- und Informationspflichten

4.1 Anzeigepflicht der Schule

Neben der allgemeinen sich aus § 138 StGB ergebenden Anzeigeverpflichtung für geplante Straftaten sind die Lehrkräfte darüber hinaus auch verpflichtet, bei Kenntnisnahme von strafrechtlich relevanten Geschehnissen die Schulleitung zu unterrichten.

Die Schulleitung hat, sobald sie Kenntnis davon erhält, dass eine Straftat an ihrer Schule oder im unmittelbaren Zusammenhang mit der Schule gegen oder durch ihre Schülerinnen und Schüler begangen worden ist oder eine solche Straftat bevorsteht, unverzüglich die Polizei zu informieren.

Anzeigepflichtig sind insbesondere Gewalttaten von außen, schwere innerschulische Straftaten und Fehlverhalten, dem mit schulpädagogischen Mitteln nicht mehr begegnet werden kann.

Exemplarisch sind die nachfolgenden Beispiele angeführt, bei der eine entsprechende Intensität zu bejahen sein wird:

- Straftaten gegen das Leben,
- Straftaten gegen die sexuelle Selbstbestimmung,
- gefährliche Körperverletzung (z. B. mit Waffen, gefährlichen Werkzeugen oder gemeinschaftlich begangen),
- sonstige Gewaltdelikte,
- politisch oder religiös motivierte Kriminalität,
- Verstöße gegen das WaffG,
- Raub,
- Einbruchsdiebstahl,
- Verletzung des persönlichen Lebens- und Geheimbereichs (z. B. erheblicher Missbrauch digitaler Medien),
- Ausspähen und Abfangen von Daten,
- Computerbetrug bzw. Sabotage,
- Verstöße gegen das Betäubungsmittelgesetz,
- gefährliche Eingriffe in den Straßenverkehr (z. B. Steinwürfe).

Darüber hinaus ist die Intensität der Straftat im Einzelfall bei weniger schwerwiegenden Straftaten wie z. B.

- Beleidigung,
- Bedrohung (Drohung mit einem Verbrechenstatbestand z. B. Totschlag oder Inbrandsetzung von Gebäuden),
- Körperverletzung,

ANHANG

- Nötigung,
 - Diebstahl,
 - Sachbeschädigung
- zu prüfen.

Die Lehrkräfte sind verpflichtet, sofort die Schulleitung zu unterrichten, sobald sie Kenntnis von solchen oder vergleichbaren Straftaten erhalten. Bei Erkennen von Anzeichen für delinquentes oder extremistisches Verhalten, einer Radikalisierung oder entsprechender Entwicklungen ist präventiv fachkundige Beratung in Anspruch zu nehmen. Weniger schwerwiegendem Fehlverhalten und Regelverstößen begegnet die Schule mit angemessenen pädagogischen Maßnahmen und Erziehungsmitteln. Die Reaktion sollte zeitnah erfolgen, nicht überzogen sein, jedoch deutliche Grenzen aufzeigen.

Im Fall von Jugendstrafverfahren können die bereits von der Schule getroffenen Maßnahmen nach dem NSchG oder von der Polizei durchgeführte erzieherische Maßnahmen von der Staatsanwaltschaft oder dem Gericht berücksichtigt werden. Berücksichtigungsfähig sind erzieherische Maßnahmen, die geeignet sind, die Einsicht der oder des Jugendlichen in das Unrecht der Tat und deren Folgen zu fördern. In solchen Fällen kann die Staatsanwaltschaft von der Verfolgung absehen; das Gericht kann das Verfahren einstellen. In der Beurteilung, welche strafrechtliche Reaktion sachgerecht ist, sollen Informationen der Schule einfließen, beispielsweise über die unerlaubte Abwesenheit vom Unterricht.

Ferner kann die Schule an die Staatsanwaltschaft Anregungen für eine besondere (z. B. beschleunigte) Verfahrensbehandlung herantragen, um eine möglichst umgehende Wiederherstellung des Rechtsfriedens an der Schule zu gewährleisten. Dazu können auch die allgemeinen Vereinbarungen zwischen Polizei, Staatsanwaltschaft, Amtsgericht und Jugendgerichtshilfe über vorrangige Jugendverfahren einen wertvollen Beitrag leisten.

Die Polizei unterstützt die Schule im Einzelfall auf Anforderung durch die Schulleitung bei der Durchsetzung von Ordnungsmaßnahmen nach dem NSchG. Soweit die Anwendung unmittelbaren Zwangs erforderlich erscheint, leistet sie Vollzugshilfe.

Die sonstigen gesetzlichen Aufgaben der Polizei im Bereich der Strafverfolgung und der Gefahrenabwehr bleiben davon unberührt.

ANHANG

4.2 Informationspflicht der Polizei

Die Polizei ist verpflichtet, Informationen über Personen, Taten oder Sicherheitslagen, die für den schulischen Bereich zur Abwehr einer Gefahr oder zur Erfüllung der Aufgaben der Polizei erforderlich sind, der Schulleitung unverzüglich mitzuteilen.

Für die Information der Staatsanwaltschaft durch die Polizei gelten die allgemeinen Vorschriften.

4.3 Informationen an und durch die Justiz

Staatsanwaltschaft und Gericht unterrichten in geeigneten Fällen die Schule von der Einleitung des Verfahrens oder der Erhebung einer Klage und vom Ausgang des Verfahrens.

Die Schule unterrichtet ihrerseits die Staatsanwaltschaft nach § 70 Satz 2 JGG, wenn ihr bekannt wird, dass gegen die Beschuldigte oder den Beschuldigten noch ein anderes Strafverfahren anhängig ist.

Die Polizei wird von der Staatsanwaltschaft über den Verfahrensausgang in Kenntnis gesetzt.

Bei der Vollstreckung von Jugendstrafe und Jugendarrest soll die Vollstreckungsleitung regelmäßig zugleich mit der Ladung u. a. die Schulleitung davon unterrichten, wo und in welcher Zeit die Vollstreckung erfolgt. Der oder dem Jugendlichen oder Heranwachsenden kann auch aufgegeben werden, die Ladung der Schulleitung vorzulegen und von ihr die Kenntnisnahme auf der Ladung bescheinigen zu lassen.

Entsprechendes gilt für die Vollstreckung von Freiheitsstrafen gegen Heranwachsende.

5. Dokumentation

Die Schulleitungen, die Polizei und die Staatsanwaltschaft dokumentieren ihre Maßnahmen in geeigneter Art und Weise.

6. Datenschutz

Die Erhebung, Übermittlung und sonstige Verarbeitung von personenbezogenen Daten richtet sich nach den einschlägigen gesetzlichen Bestimmungen des BDSG, des OEG, des Nds. SOG, der StPO, des JGG, des NSchG und des NDSG.

ANHANG

7. Schlussbestimmungen

Der Gem. RdErl. tritt am 1.6.2016 in Kraft und mit Ablauf des 31.12.2021 außer Kraft.

An

die Niedersächsische Landesschulbehörde

das Niedersächsische Landesinstitut für schulische Qualitätsentwicklung

die Polizeibehörden und Polizeidienststellen

die Generalstaatsanwaltschaften

die Staatsanwaltschaften

ANHANG

Literatur

- Aktion Jugendschutz Landesarbeitsstelle Bayern e.V. (2004):** Es muss nicht immer Wodka sein... . Ideenbuch zur Suchtprävention mit jugendlichen Spätaussiedlern.
- Altgeld, T. et al. (2006):** Prävention und Gesundheitsförderung. Bonn: Friedrich Ebert Stiftung.
- Bittlingmeyer, U., Hurrelmann, K. (2005):** Präventionsstrategien für sozial Benachteiligte: das Beispiel der schulischen Suchtprävention und Skillförderung.
- Bühler, A. (2004):** Entwicklungsorientierte Evaluation eines suchtpreventiven Lebenskompetenzprogramms (IFT-Berichte Bd. 145).
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2004):** Suchtprävention in der Bundesrepublik Deutschland.
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.)(1998):** Geschlechtsbezogene Suchtprävention Band 2.
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2012):** KlarSicht Praxisleitfaden zum Einsatz des BZgA KlarSicht-Koffers zur Tabak- und Alkoholprävention.
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2014):** Der Alkoholkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland 2012.
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) (2010):** Factsheet Alkohol und Jugendliche.
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), (2009):** Factsheet Alkohol und Straßenverkehr.
- EMCDDA (2011):** European drug prevention quality standards.
- Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin (2011):** „Prev@WORK - Suchtprävention in der Ausbildung.
- Fachverband Medienabhängigkeit e.V (2012):** „Let`s play“ – Methoden zur Prävention von Medienabhängigkeit.

ANHANG

Gross, W. (1992): Was ist das Süchtige an der Sucht.

Jordan, S., von der Lippe, E., Hagen, C. (2011) Verhaltenspräventive Maßnahmen zur Ernährung, Bewegung und Entspannung. In: Robert Koch- Institut (Hrsg). Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie „Gesundheit in Deutschland aktuell 2009“.

Kaltwasser, V.(2008): Achtsamkeit in der Schule: Stille-Inseln im Unterricht: Entspannung und Konzentration.

Kirch, W. Badura, B. (Hg.) (2005): Prävention. Ausgewählte Beiträge des Nationalen Präventionskongresses.

klicksafe (2012): „Let’s talk about Porno“. Arbeitsmaterialien für Schule und Jugendarbeit.

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Hamburg, SuchtPräventionsZentrum; Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein (Hrsg.) (2013): Mediennutzung von Jugendlichen: Chancen und Risiken. Ein Lernarrangement mit Unterrichtswerkstätten für Klasse 7-10, 2. überarbeitete Auflage.

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung, SuchtPräventionsZentrum (2012): Suchtprävention mit Nikotin-, Alkohol- und Cannabiswerkstatt in Klasse 7-10.

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung; SuchtPräventionsZentrum (2013): „Prävention von Glücksspielsucht Sek II“.

Leppin. A., Hurrelmann. K., Petermann H. (2000): Jugendliche und Alltagsdrogen. Neuwied.

Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen (2006): BASS - Bausteinprogramm schulische Suchtvorbeugung. Evaluation des Einsatzes von BASS an niedersächsischen Schulen

return - Fachstelle Mediensucht (2013): Fit for love? Praxisbuch zur Prävention von Internet-Pornographie-Konsum

Robert Koch-Institut (Hrsg) (2011): Daten und Fakten: Ergebnisse der Studie »Gesundheit in Deutschland aktuell 2009“ (GEDA)

ANHANG

Robra, A. (1999): Das Sucht-Spiel-Buch

Sekretariat der ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik Deutschland (2012): Empfehlung zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule (Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 15.11.2012)

Siebert, D., Hartmann, T. (2007): Basiswissen Gesundheitsförderung: Rahmenbedingungen der Gesundheitsförderung.

Silbereisen, R., Hasselhorn, M. (2009): Enzyklopädie Psychologie. Serie V (Entwicklung). Band 5. Entwicklungspsychologie des Jugendalters.

Stolle, M. et al. (2009): Rauschtrinken im Kindes- und Jugendalter: Epidemiologie, Auswirkungen und Intervention. Dtsch. Ärztebl. Int. 106 (19).

Sucht Info Schweiz (2011): Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung, Heft 4: Jugendliche und Alkohol

Weichold, K. et al. (2008). Konsum von Alkohol und illegalen Drogen über die Lebensspanne.

Weitere Quellen:

Lagemann, Christoph, Leiter des Instituts für Suchtprävention, Linz, Österreich

Space-Limit, Medienkompetenzwerkstatt des Caritasverbandes Osnabrück.

ANHANG

Linkliste

Allgemein

www.suchtpraevention-in-niedersachsen.de | Seite der Suchtprävention der NLS (u.a. Projekte und Maßnahmen, Adressen in Niedersachsen, Fachkräfte für Suchtprävention, Materialien)

www.bzga.de | Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

www.dhs.de | Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (u.a. Infos, Zahlen, Materialien)

www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de

Alkohol

www.null-alkohol-voll-power.de | Infoseite der BZgA über Alkohol für Jugendliche

www.kenn-dein-limit.info | Infoseite der BZgA über Alkohol für ältere Jugendliche (ab 16)/junge Erwachsene

www.kenn-dein-limit.de | Infoseite der BZgA über Alkohol für Erwachsene

Tabak

www.rauchfrei-info.de | Infoseite der BZgA über Tabak und Rauchen

Illegale Drogen

www.drugcom.de | „Alles über Drogen“, Seite der BZgA

www.quit-the-shit.net | Informations- und Beratungsservice für Cannabiskonsumt/innen (BZgA)

www.stark-statt-breit.de | Präventionsprogramm Cannabis, Nordrhein-Westfalen

<https://legal-high-inhaltsstoffe.de> | Infoseite über sog. Legal Highs für verschiedene Zielgruppen

ANHANG

Medien

www.klicksafe.de | EU-Initiative für mehr Sicherheit im Netz

www.ins-netz-gehen.de | Infoseite und Beratungsangebot bei problematischem Medienkonsum

www.fv-medienabhaengigkeit.de | Seite des Fachverbandes Medienabhängigkeit e.V.

Glücksspiel

www.spielen-mit-verantwortung.de | Infoseite der BZgA über Glücksspiel

www.check-dein-spiel.de | Selbsttest und Online-Beratungsangebot (BZgA)

Essstörungen

www.bzga-essstoerungen.de | Infoseite der BZgA über Essstörungen

Kinder aus suchbelasteten Familien

www.nacoa.de | Seite von NACOA Deutschland – Interessenvertretung für Kinder aus Suchtfamilien e.V. für verschiedene Zielgruppen

www.kidkit.de | Informationen und Beratung bei Problemeltern

Eltern

www.elternberatung-sucht.de | Elternberatung bei Suchtgefährdung und Abhängigkeit von Kindern und Jugendlichen

www.elterninfo-alkohol.de | Infoseite der NLS für Eltern, deren Kinder anfangen, Alkohol zu trinken

Rechtliches

www.jugendschutzaktiv.de

www.schule.de | Schule und Recht in Niedersachsen, Gesetze, Verordnungen, Erlasse und Kommentare