

Suchtprävention am ASG im Schuljahr 2019/20

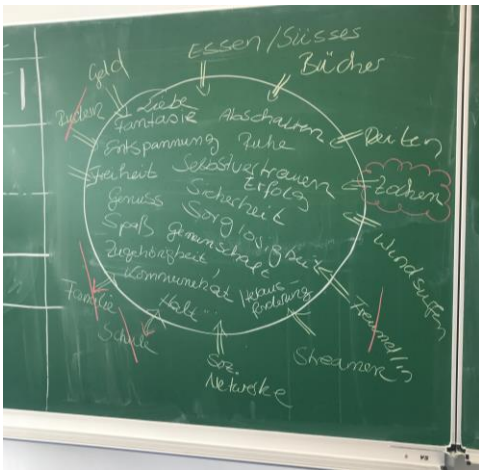
„Jährlich sterben in Deutschland mindestens 110.000 Menschen vorzeitig an den Folgen des Tabakkonsums, weitere 40.000 Menschen sterben an den Folgen schädlichen Alkoholkonsums, und etwa 1300 Todesfälle im Jahr geschehen in Folge illegalen Drogenmissbrauchs.“ [1]

Uns als Schule ist es äußerst wichtig, unsere Schülerinnen und Schüler dahingehend aufzuklären und bestmöglich zu schützen. Zu den vorrangigen Zielen des modernen suchtpräventiven Handelns gehören vor allem die Vermeidung illegaler Drogen und/oder Vermeidung bzw. Hinauszögerung des Einstiegs in den Konsum legaler Drogen, die Früherkennung und Frühintervention bei riskantem Konsumverhalten und die Prävention vor Missbrauch und Sucht. Zur Umsetzung dieser Maßnahmen setzen wir auf kompetente Partner und praxiserprobte Konzepte.

Bereits in der **5. Jahrgangsstufe** bekommen die Schülerinnen und Schüler im Rahmen des „**Netzgänger 3.0**“-Projekts an vier Vormittagen Workshops zur Schulung ihrer Medienkompetenz. Das Besondere an dieser Maßnahme ist das Peer-to-Peer-Konzept, bei dem die Fünftklässler ohne anwesende Lehrkräfte direkt von Peers (in diesem Fall ausgewählte Schülerinnen und Schüler der 9. und 10. Klassen) geschult werden. Diese wurden von Condrops e.V. zu Peer-Tutoren ausgebildet (siehe Foto). Jeder Peer wurde dabei Experte in einem der vier Themenbereiche „Soziale Netzwerke“, „Virtuelle Spielewelten“, „Cybermobbing“ und „Smart im Netz“. In Zweierteams geben sie - ausgestattet mit umfangreichem Material, vielfältigen Methoden und detaillierten Anleitungen - ihr Wissen an die Schüler der 5. Klassen weiter.



Für Kinder und Jugendliche sind PC, Internet und Smartphone zu einem wichtigen und selbstverständlichen Bestandteil ihres Alltags geworden. Zwar kennen sie sich oft gut mit den technischen Voraussetzungen aus, jedoch fehlt es teilweise an lebenspraktischen (Medien-) Kompetenzen. Daher greifen wir das Thema Medienkompetenz auch in der **7. Jahrgangsstufe** wieder auf – unterstützt durch Inside@School (Condrops). Der vierschulstündige Workshop „**Unabhängiger Umgang mit Medien**“ macht es sich zum Ziel, den Schülerinnen und Schüler Anregungen für ein risikoarmes und gesundes Medienverhalten, aber auch Handlungskompetenzen und Alternativen zu vermitteln und sich sowohl mit den positiven, als auch kritischen Seiten des Medienkonsums auseinander zu setzen. Dabei wird vor allem an den bereits vorhandenen Ressourcen der Jugendlichen angesetzt. Es werden Ressourcen und Energiequellen als „Tankstellen“ für das alltägliche Leben erarbeitet. Das Bewusstsein über eigene Energiequellen – bzw. auf der anderen Seite Energieräuber – kann eine große Unterstützung bei der Bewältigung schwieriger Lebenssituationen sein. Ein gut gefüllter „Lebenstank“ (siehe Foto) senkt das Suchtrisiko enorm, das Hinzufügen von neuen Energiequellen kann den entscheidenden Schritt auf dem Weg aus der Sucht darstellen.



Stoffgebundene Sucht machen wir in der **9. Jahrgangsstufe** mit dem Präventionsworkshop „**substanzgebundene Drogen**“ zum Thema. Einen ganzen Vormittag geht es dabei um alle Fragen, Ängste und Erfahrungen mit Drogen. Die beiden Dozenten, ein Suchtmediziner und eine Journalistin, arbeiten seit Jahrzehnten mit Abhängigen. Sie geben den Schülerinnen und Schülern den Raum, offen über ihre Erfahrungen mit Drogen zu sprechen. Der Workshop klärt über die Gefahren des Drogenkonsums nachhaltig auf und stärkt sowohl psychisch als auch intellektuell, um entsprechende Angebote kritisch zu hinterfragen und abzulehnen. Im Rahmen des Workshops wird mit einem Konzept gearbeitet, das unter dem Begriff „Drogen“ neben den illegalen Drogen (wie Cannabis oder Amphetaminen) auch die Substanzen Tabak und Alkohol, Medikamente und die so genannten „Neuen Psychoaktiven Substanzen“ (NPS) einbezieht. Gemeinsam mit den Dozenten erarbeiteten die Jugendlichen viele Bereiche:

Sucht und Substanzen: Warum wird man überhaupt süchtig? Was geschieht im Körper? Warum kommt es so schnell zur Abhängigkeit? Warum fällt es so schwer, Stopp zu sagen? Welche Drogen gibt es?

Strafrecht: Was ist verboten, was ist erlaubt? Welche Strafen gibt es bei Drogenbesitz und/oder -konsum? Was ist eine Probezeitverlängerung beim Führerschein?

Wirkung: Wie wirken Drogen? Rauchen, spritzen, schnupfen: spezifische Wirkungen – und Risiken. Was kann ich tun, um Risiken zu vermeiden? Wie bleibe ich gesund trotz gelegentlichen Konsums?

Erste Hilfe: Nie alleine lassen, nie allein nach Hause gehen lassen! Wie lege ich jemanden in die stabile Seitenlage, wie mache ich die Atemwege frei, was mache ich bei einem epileptischen Anfall? Wie geht ein Notruf? Wann helfe ich wie?

Quellen:

[1] Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: <https://www.bzga.de/programme-und-aktivitaeten/suchtpraevention/> (letzter Aufruf am 17.12.2019)

[2] Netzgänger 3.0: www.netzgaenger.org (letzter Aufruf am 17.12.2019)

[3] Condrobs Inside@School: <https://www.condrobs.de/einrichtungen/insideschool> (letzter Aufruf am 17.12.2019)

Stand: 12/2019
Eva Hallweger
(Präventionsbeauftragte am ASG)