

**AktionsKiste**

**Sucht** ©

**Suchtprävention Landkreis Teltow-Fläming,  
Gesundheitsamt**

Handout

Stand: September 2024

# Inhalt

## AktionsKiste Sucht

1. Einleitung
2. Einsatzregeln
3. Ausleihvereinbarung
4. Aktionselemente
  - 4.1 Genuss und mehr
  - 4.2 Neue Welt
  - 4.3 Fit for Life
  - 4.4 Cannabis

## **AktionsKiste Sucht**

Die AktionsKiste Sucht ist ein pädagogisches Programm zur suchtpreventiven Arbeit, die von der Weber/Vogelsang GbR im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) für Jugendliche und junge Erwachsene ab ca. 14.Lj. entwickelt wurde. Die AktionsKiste Sucht ist ein Element der Extratour Sucht der BZgA. Die Extratour Sucht ist in Wirksamkeit und Umsetzbarkeit durch die BZgA evaluiert.

Das suchtpreventive Material der AktionsKiste ist methodisch so konzipiert und weiterentwickelt, dass es auf die entwicklungspsychologischen Fähigkeiten der Jugendlichen aufbaut. Diese Fähigkeiten bilden die unverzichtbaren Basiskompetenzen für den Umgang mit dem Präventionsmaterial. In dieser Phase der Entwicklung begegnen wir den Jugendlichen in einem Prozess der Ablösung vom Elternhaus, der Findung der eigenen Identität und einer gefühlten Rollenunklarheit.

Bei der AktionsKiste Sucht wird von der Fähigkeit der Jugendlichen ausgegangen, sich innerhalb einer bestimmten Thematik in wechselnden Situationen, die mitunter auch abstrakt sind, hineinzusetzen. Ziele sind u.a. dass sich die Jugendlichen als Individuen innerhalb der Gruppe sehen, Ansichten der Anderen hinterfragen, Handlungen vergleichen und lernen, Risiken sowie damit verbundene Folgen abzuschätzen. Sie beginnen ihre Stellung in der Gruppe, in der Gesellschaft und ihrem sozialen Gefüge zu reflektieren, deren Normen zu hinterfragen und je nach Entwicklungsstand zu korrigieren oder zu akzeptieren.

Die demokratische Entscheidungsfindung durch das Eingehen von Kompromissen in der Gruppe d.h. „konstruktives Streiten“, wie auch die Erkenntnis, dass es keinen „Königsweg“ gibt sind unmittelbare Erlebnisse der einzelnen Stationen.

## 1. Einleitung

Alle Aktionselemente der AktionsKiste Sucht basieren auf Methoden, die mit geringem Materialaufwand in der professionellen Arbeit mit Jugendlichen genutzt werden können. Neben der fachlichen Umsetzung sind die persönliche Haltung der Präventionsfachkräfte/ Moderator\*innen und die situationsgerechte Kommunikationsgestaltung für das Erreichen der Ziele von großer Bedeutung. Der respektierende Dialog mit den jungen Erwachsenen und die wertschätzende Grundhaltung in der Auseinandersetzung mit den verschiedenen Lebenskonstruktionen und individuellen Meinungen bilden die Grundlage für das Gelingen.

Jeder Moderator, jede Moderatorin sollte zunächst die eigene offene und interessierte **Haltung** für die Präventionsarbeit mit Jugendlichen klären. Eine Herangehensweise, die lediglich von der Stellenbeschreibung bzw. vom Lehrplan diktiert ist und nicht das Interesse an den Lebens- und Vorstellungswelten der Jugendlichen zum Ziel hat, stellt die Wirksamkeit des Präventionsprojektes in Frage.

Als Grundhaltung sollte darüber hinaus akzeptiert werden, dass Jugendliche, einer Vielzahl von Lebensrisiken ausgesetzt ist, diese (bewusst) eingeht und sich in den verschiedenen Lebensphasen entwicklungspsychologisch mit Lernaufgaben auseinandersetzt.

Alle Aktionselemente der AktionsKiste Sucht können im schulischen Kontext eingesetzt werden. Das Mindestalter sollte 14 Jahre nicht unterschreiten. Alle Methoden eignen sich sehr gut für die Arbeit in Schulklassen oder größeren Jugendgruppen, erzielen jedoch einen besonderen Effekt, wenn sie in kleineren Gruppen von 6 bis max. 8 Personen pro Element umgesetzt werden.

## **Weiterentwicklung**

Bei allen Aktionselementen gilt, dass sie als Spielidee vollständig sind aber von den Moderator\*innen stets individuell, sowohl auf das eigene Handeln als auf das Wissen, die Persönlichkeit sowie auf die derzeitige Gruppendynamik der Teilnehmer\*innen angepasst werden können. So kann es sinnvoll sein, bei Aktionselementen eigene Fragen, aktuelle Themen einzubringen oder auszusparen.

Es ist erwünscht, mit den Aktionselementen zu experimentieren, bis der persönliche Stil erreicht und damit auch eine optimale Einsatzmöglichkeit erreicht wird. Die AktionsKiste Sucht soll als lebendiges Instrument der Suchtprävention den Gegebenheiten vor Ort angepasst werden.

## **2. Einsatzregeln AktionsKiste Sucht**

Die AktionsKiste Sucht besteht aus vier Aktionselementen. Wobei die Elemente separat oder auch im Verbund eingesetzt werden können. Die Betreuung der Aktionselemente erfolgt durch mindestens vier ausgebildete Fachkräfte. Um den zeitlichen Rahmen nicht aus den Augen zu verlieren, hat es sich bewährt, eine zusätzliche Person für das Zeitmanagement zu nutzen. Als besonders wirksam hat sich der parallele Einsatz aller Elemente im Klassen- oder Gruppenverband im Rahmen eines Wettbewerbsspiels erwiesen.

Mit der AktionsKiste Sucht können pro Veranstaltung eine Schulklasse, d. h. ca. 25-30 Teilnehmer\*innen angesprochen werden. Diese Gruppe teilt sich selbstständig in die Anzahl von Kleingruppen, die dem Einsatz der Elemente entspricht.

Nach der Aufteilung in Kleingruppen überlegen sich die Kleingruppen einen Gruppennamen, der für den Spielzeitraum jede Gruppe zu einer neuen Einheit formt. Nach dem Durchlauf der Gruppen durch alle Stationen wird die Siegergruppe gekürt. Anschließend können sich die Jugendlichen Broschüren, kleine Give Aways mitnehmen oder mit den Moderatoren ins Gespräch kommen.

Optional: Die Spielidee nutzt den Wettbewerbsgedanken, um den Schüler\*innen einen zusätzlichen spielerischen Anreiz zu bieten. Die vier Gruppen konkurrieren bei dieser aktiven und spielerischen Form miteinander. Sowohl für das Engagement als auch für das faire Miteinander werden von den Moderator\*innen Punkte vergeben. In der Regel sollten es durchschnittlich 10 Punkte sein. Wobei +/- 2 Punkte variabel dazu oder abgezogen werden können.

Der Wettbewerbscharakter dient ausschließlich zur Motivation der Teilnehmer\*innen. Er folgt keinem Selbstzweck und sollte in den Auswirkungen kontrolliert werden, damit die inhaltliche Auseinandersetzung nicht hinter dem Punkte sammeln zurückbleibt. Alle Moderator\*innen sollten daher darauf verzichten, die Schüler\*innen mit Sätzen wie, „die Zeit läuft“ oder „macht weiter, ihr wollt doch möglichst viele Punkte sammeln“ oder Ähnliches zu gebrauchen.

Es hat sich aus den Erfahrungen zur Geräuschbelastung als sinnvoll gezeigt, pro Element einen Raum zu nutzen. Die geräumigen Ecken in Mehrzweckhallen eignen sich bei einer großen Schüleranzahl ebenfalls.

Die Arbeit mit der AktionsKiste Sucht beruht auf der kommunikativen und fachlichen Qualität der Moderator\*innen. Im Vordergrund für die Teilnehmer sollte daher das positive Erleben während der Diskussion zu thematischen Inhalten und der reflektierten Haltung stehen. Daher ist es wichtig, den Meinungen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit Respekt und Wertschätzung zu begegnen. Die Moderator\*innen sollten darauf vorbereitet sein, den Jugendlichen auch dann noch freundlich und akzeptierend zu begegnen, wenn sie weder inhaltlich noch vom Verhalten den Erwartungen und Wünschen der Fachkräfte entsprechen oder sogar bewusst kontraproduktiv provozieren wollen. Grundsätzlich gilt es, in allen Äußerungen konstruktive Ansätze zu entdecken und mit diesen zu arbeiten. Vermeiden Sie Wertungen oder Bewertungen von Meinungen oder Aussagen.

Der Einsatz sollte in etwas mehr als in einer Doppelstunde, d. h. 100 Minuten durchgeführt werden. Längere Zeitspannen sind zwar auch möglich, erhöhen jedoch die zu erzielenden Effekte nicht. Es werden pro Aktionselement ca. 20 Minuten benötigt, weitere ca. 10-15 Minuten Vorbereitungszeit zur An- und Abmoderation sowie zum Raum wechseln sind einzuplanen. Im Anschluss an eine Präventionsveranstaltung sollte immer eine Auswertungsrunde mit den Moderator\*innen erfolgen. Hier können sich die Fachkräfte zu Erfahrungen, aufgeworfenen Fragen und Änderungsideen austauschen.

### **3. Ausleihvereinbarung der AktionsKiste Sucht**

#### **Ansprechpartner**

Landkreis Teltow-Fläming

Gesundheitsamt

Am Nuthefließ 2

14943 Luckenwalde

Koordinatorin Gesundheitsförderung

Sabine Decker

Tel.: 03371/608-3893

Fax: 03371/608-9050

**Eigentümer** der AktionsKiste Sucht ist das Gesundheitsamt des Landkreises Teltow-Fläming.

**Unverzichtbare Voraussetzung** zur Qualitätssicherung ist die Teilnahme an einem **Moderator\*innenseminar** zum Umgang mit der AktionsKiste Sucht sowie entsprechende Anpassungsseminare beim Gesundheitsamt des Landkreises Teltow-Fläming.

**Um das Ineinanderspielen und praktische Training** der Moderatoren vor Ort zu gewährleisten, ist bei der Zusammenstellung des Moderator\*innenteams besonders darauf zu achten, dass dieses aus einer Mischgruppe besteht. D.h. aus erfahrenen und neuen Moderatoren und Moderatorinnen sowie einer/m Zeitmanager/in.

Bitte bringen Sie die Materialien in einem ordentlichen Zustand und termingerecht wieder zurück. Sollten Schäden festgestellt werden, sind diese vom Verursacher zu beseitigen.

Als Verursacher gilt die Einrichtung, die sich die Materialien als Letzte ausgeliehen hat und bei der Übergabe etwaige Vorschäden nicht angezeigt hat.

Übergabe am:

an:

Rückgabe am:

S. Decker

Koordinatorin Gesundheitsförderung

## 4. Aktionselemente

### 4.1 Genuss und mehr

Über die Entstehung von Sucht und Genuss existieren große Fehleinschätzungen. Insbesondere die Vorstellung, dass Menschen von kriminellen oder schlechten Freunden zum Drogenkonsum verführt werden, ist noch immer sehr stark verbreitet. Diese Vorstellung verschleiert leicht den Blick auf die persönlichen Verhaltensmuster und Motivlagen von Konsumgewohnheiten und Konsumanlässen. Suchtprävention sollte die Kompetenzentwicklung forcieren, eigene bzw. fremde Motivlagen zu analysieren und Resilienzen sowie Handlungskompetenzen zu fördern, die auf ein suchtarmes bzw. freies Leben zielen.

Eine weitere, bei Jugendlichen verbreitete problematische Einschätzung geht davon aus, dass Suchtmittelkonsum leicht kontrollierbar wäre. Der schleichende Übergang von Genuss zur Sucht wird deutlich unterschätzt, die Fähigkeit, selbstregulierend in einen möglichen Abhängigkeitsprozess eingreifen zu können wird fehleingeschätzt. Ebenso gehen Jugendliche nicht unbedingt davon aus, dass nach einer Abhängigkeit wieder ein Genussverhalten erlernt werden könnte. Diese Aspekte sollen verdeutlicht werden. Die Arbeit mit den Schülern sollte mit der individuellen Motivation des Konsums ins Verhältnis gesetzt werden.

Materialien:            3 laminierte Tafeln, eine Tafel ist beschriftet mit „GENUSS“,  
die anderen Tafeln sind leer,  
farbige Zettel, dicke Stifte

Spielidee:                Brainstorming, Schüler\*innen sehen eine laminierte Tafel mit „Genuss“  
auf dem Tisch oder Boden liegen und werden aufgefordert, alles, was  
ihnen zu „Genuss“ einfällt auf mehreren Zetteln zu notieren und unter  
die Tafel zu legen. Dabei kommt es weder auf zufällige  
Wiederholungen oder Rechtschreibung an.

Schüler\*innen sollen nun den entgegengesetzten Begriff von „Genuss“ finden und auf die leere Tafel schreiben. Dazu sollen sie ebenfalls Verhaltensweisen, Dinge, Situationen schreiben und unter diese Tafel legen.

(Dritte bis fünfte laminierte Tafel, auf der Schüler\*innen Wiederholung, Gewöhnung schreiben könnten, wenn es zu dem Aspekt in der Diskussion kommt) hier soll den Teilnehmenden verdeutlicht werden, dass es Zwischenschritte, Suchttreppe gibt, diese Stufen nicht eindeutig abtrennbar erscheinen, dass eine Substanzgebrauchsstörung nicht das unvermeidbare Ende sein muss sondern es auch eine Lösung aus dem Problem geben kann.

Lernziel:

verstehen, dass

- grundsätzlich jeder Mensch eine Abhängigkeit entwickeln kann
- sich eine Sucht nicht auf bestimmte Stoffe beschränkt, sondern jede Form menschlichen Handelns/Konsums zu einer Störung führen kann (Arbeit, Spiel, Essen, Sex)
- die Übergänge vom Genuss zur Abhängigkeit nicht deutlich erkennbar sein müssen
- Gebrauchsstörungen schwer individuell steuerbar sind
- die Menge das Gift macht...
- das Leugnen von Suchtmittelkonsum oder Verhalten kein Schutz vor Abhängigkeit darstellt und die Gefahr der Abhängigkeit vergrößert
- sie sich im Freundes- oder Familienkreis in verschiedenen Situationen wiederfinden können die Abhängigkeit zeigen und wie sie sich verhalten können, (weder unterstützend noch anklagend)
- dass es Fachkräfte gibt im nahen Umfeld der Jugendlichen, die eine Unterstützung darstellen können

## 4.2 Neue Welt

Suchtmittelgebrauch vollzieht sich im Spannungsfeld zwischen persönlichen Risikoentscheidungen, den Wertvorstellungen der sozialen Bezugsgruppen und den normativen Rahmenbedingungen.

Die inhaltliche Auseinandersetzung zwischen Suchtpräventionsfachkräften und Schüler\*innen wird auf Grund der gegenseitigen Rollenzuweisungen und institutionellen Rahmenbedingungen häufig von Missverständnissen, Unverständnis und Konflikten geprägt. Es gelingt den Moderatoren und Moderatorinnen mitunter auch nicht immer den kulturellen Entscheidungshintergrund für bestehende Normen zu verdeutlichen. Sie scheitern zwangsläufig an dem Versuch, aus den (vermeintlich oder faktischen) Gesundheitsgefahren einzelner Suchtmittel oder Handlungen normative Entscheidungen zu „rechtfertigen“. Diese Argumentation stößt spätestens bei der Betrachtung von Cannabis im Vergleich zum Alkohol und Tabak an Akzeptanzgrenzen. Mit den zu erwartenden Regelungen zur Entkriminalisierung von Genusscannabis wird das Thema zusätzlich aufgeheizt.

Eine Möglichkeit, diese Auseinandersetzung zu entflechten, bietet das Element „Neue Welt“.

Materialien	13 Täfelchen mit Darstellungen von Substanzen und Verhaltensweisen, farbige Reiter in rot, grün und gelb,		
Medikamente	Sexualität	Gaming	Drogen (chemisch)
Cannabis	Medien	Süßigkeiten	Shisha
E-Zigarette	Körperkult	Energiedrinks	Alkohol
Tabak	Handy		

**Spielidee** Die teilnehmende Gruppe wird aufgefordert, sich eine Welt vorzustellen, in der die Regeln bezüglich der dargestellten Themen noch definiert werden können. Z. B. „Ihr seid die Verantwortungsträger\*innen einer neuen Welt und sollt Gesetze zum

Wohl aller Menschen verantwortungsvoll erlassen. Welche der dargestellten Substanzen und Handlungen, Verhaltensweisen würdet ihr erlauben, d. h. für alle Menschen verfügbar halten, verbieten oder der eingeschränkten Verfügbarkeit unterwerfen?“

Die Teilnehmer\*innen bilden das Entscheidungsgremium, welches festlegt, wie der jeweilige Zugang geregelt werden soll. Sie markieren ihre Entscheidung mit den farbigen Reitern.

Grün= frei für alle Menschen,

Gelb= eingeschränkt verfügbar,

Rot= verboten für alle Menschen.

Insbesondere soll darauf geachtet werden, dass die eingeschränkte Verfügbarkeit definiert wird. Also Zugangsregeln müssen beschlossen werden z. B. Alter, Zeit, Mengenangaben. Die Jugendlichen diskutieren die Situation und vertreten ihre Entscheidungen ohne dass die Moderatoren werten.

Im Diskurs mit der Moderation werden die Prinzipien und Schwierigkeiten der Entscheidungen sowie die möglichen Konsequenzen beleuchtet.

Lernziel

Verstehen, dass

- Normen nicht von persönlichen Entscheidungen entlasten
- Normen nur Sinn machen, wenn sie von einer Mehrheit akzeptiert sind und auch durchgesetzt werden können
- Normen der individuellen Meinung entgegenstehen können
- es keinen „Königsweg“ der individuellen Entscheidung durch Fakten gibt
- Normen kulturell bedingt sind und daher variieren können
- Normen auf Kompromissen beruhen
- Normen regelbar/veränderbar sind
- Normengebung kompliziert ist

### 4.3 Fit for Life

Eine solide facettenreiche Handlungskompetenz zählt zu den wesentlichen persönlichen „protektiven“ Ressourcen. Handlungskompetenzen bewähren sich im Gestalten des sozialen Miteinanders. Sie konkretisieren sich in der Fähigkeit, sinnstiftend mit dem eigenen Leben und Zeit umgehen zu können. Ein wesentliches Ziel der Erweiterung von Handlungskompetenzen ist das konstruktive Umgehen und Lösen persönlicher Konflikte und das entsprechende faire Austragen von Konflikten mit Anderen. Damit verbunden ist die Fähigkeit, eigene und fremde Interessen zu identifizieren, abzuwägen und partnerschaftlich auszuhandeln, zu realisieren. Verknüpft werden diese vielschichtigen kognitiven Fähigkeiten mit kommunikativen Qualitäten.

Das Aktionselement „Fit for Life“ zielt auf diese Kompetenzen. Es eröffnet die Möglichkeit, innerhalb einer Gruppendiskussion eine eigene Meinung zu finden, sich zur Lösungsfindung auszutauschen und Meinungsunterschiede zu akzeptieren. Zusätzlich soll die Fähigkeit verbessert werden, sich auszudrücken.

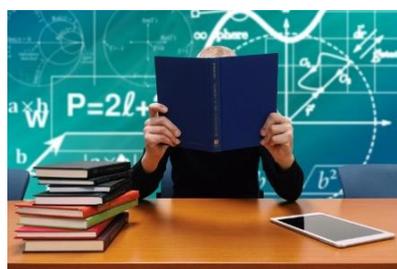
Materialien	Spielplatten, auf denen Lebenswelten wie <b>Schule/Ausbildung, Freundschaft, Beziehung/Liebe, Zuhause/Familie, Freizeit</b> symbolisiert werden, 2 Spielfiguren, SOLO-Spielkarten, Fragekarten zu den Lebenswelten
Spielidee	<p>Die Spielplatten werden zu einem Endlosspielfeld beliebiger Form auf dem Tisch ausgelegt. Die Spielfigur wird auf ein beliebiges Spielfeld gesetzt. Die Gruppe zieht eine SOLO-Spielkarte und setzt die Spielfigur entsprechend der gezogenen Abbildung voran.</p> <p>Fragen der Moderation zu den entsprechenden Lebenswelten. Sinnvoll ist hier, sich im Vorfeld jeweils 5-6 Karten pro Lebenswelt auszusuchen. Die Karten bitte nicht in die Hände der Jugendlichen geben, da sie teilweise bereits Hinweise enthalten)</p> <p>Die zweite Spielfigur bietet die Möglichkeit, eine größere Gruppe zu teilen.</p>

## Lernziele

Die Teilnehmenden erfahren, dass

- Lebensgestaltung divers sein darf, unterschiedliche Konzepte hat
- stets mehrere Handlungsalternativen bestehen
- Konflikte nicht auf Kosten anderer gelöst werden
- Gefühle erlebt und erföhlt, bearbeitet und nicht verdrängt werden müssen
- eigene Geföhle auch für andere erlebbar sein dürfen
- sich selbst mögen, nicht automatisch Egoismus bedeutet
- sich selbst zu offenbaren, eine Stärke ist und Konsequenzen hat
- der Umgang mit Menschen wertschätzend sein sollte
- konstruktives Streiten für Lösungen wichtig ist (Streitkultur)
- es auch ein Leben außerhalb von Gruppennormen gibt
- andere Menschen und Fachkräfte wertvolle Berater/innen sein können
- Suchtmittelkonsum und Verhalten im Alltag vielfältige Formen zeigen
- Nebenwirkungen von Suchtmitteln und Verhaltensweisen häufig fehl eingeschätzt werden.
- Ziel sein muss, für sich selber, eine reflektierte Konsumkompetenz zu entwickeln

## Lebenswelten:



## Schule/Ausbildung



## Freizeit



## Freundschaft



## Zu Hause/ Familie



## Beziehung/Liebe

## **Fragekarten - Freundschaft**

Was gefällt dir besonders gut an deinem/r besten Freund/in?

(Worauf legst du wirklich wert? Welchen Unterschied siehst du zwischen Followern und realen Freunden?)

Was ist für dich der Unterschied zwischen einem Freund und einem Bekannten?

Freundschaft bedeutet für mich ...

Hast du dich verändert, seitdem du mit bestimmten Leuten befreundet bist?

Familiäre Verpflichtung!

Obwohl du um ... Uhr zu Hause sein sollst, möchtest du weiterhin mit deiner/n Freundin/en zusammen sein. Was machst du?

Welchen Aufwand bringt eine Freundschaft mit sich? (Geben, Nehmen, Pflegen)

Mit welchem Geschenk würden dich deine Freunde beleidigen?

Was muss jemand tun, um deine Freundschaft zu verlieren? (Prinzipien)

Auf einer Abenteuerreise kannst du zwei Personen mitnehmen, die dir helfen, alle Gefahren zu überstehen. Wen würdest du mitnehmen? (Wer ist wirklich wichtig)

## **Fragekarten - Freizeit**

Was bedeutet für dich Freizeit? (Zeit nach der Schule oder zwischen den Verpflichtungen, Hobby?)

Wie viel Freizeit brauchst du am Tag?

Planst du deine Freizeit oder bist du eher spontan?

Du bist schlecht drauf. Was machst du, um deine Stimmung wieder zu heben?

(Sport, Drogen, Musik, Süßigkeiten)

Welchen Sport oder welches Instrument würdest du gern mal ausprobieren?

Was benötigst du, um deine Freizeit nach deinen Vorstellungen zu verbringen?

(Hinderungen, zu viele Verpflichtungen)

Was passiert, wenn du gar keine Freizeit mehr hättest?

Was passiert, wenn du nur noch Freizeit hättest?

Welches Hobby hast du und wie nimmt es dich zeitlich in Anspruch?

Mit wem verbringst du deine Freizeit? (Soziale Kontakte, allein sein, Tiere)

Stell dir vor, das Internet wäre kaputt. Was würdest du machen? (Abhängigkeit, Alternativlos, Lösungsfindung)

Wie gehst du mit Langeweile um? (Kreativ sein, mit sich selber allein sein können)

### **Fragekarten – Schule/Ausbildung**

Schule bedeutet für mich ...

Welches Unterrichtsfach würdest du einführen?

An wen kannst du dich in der Schule wenden, wenn du Probleme oder Wünsche hast?

(Hilfesystem Schule, SaS)

Welchen Plan B könntest du dir vorstellen, wenn das mit dem Berufswunsch nicht klappt?

Was wünschst du dir in deiner Schule?

Du fühlst dich unfair von deiner/m Lehrer/in behandelt. Wie gehst du damit um?

Ist Schule nur Stress oder was bringt sie sonst noch mit sich?

Wenn du Schulleiter/Lehrer wärst, was würdest du ändern? (Perspektivwechsel)

In deiner Schule geht/gehen ...

Chrystal, XTC, Koks um. Wie könnte Schule deiner Meinung nach reagieren?

(Perspektivwechsel)

Was würdest du im Leben gern lernen oder erfahren wollen?

Stell dir vor, du bist erwachsen und hast ein Kind in deinem jetzigen Alter, Was würdest du tun, wenn dein

Kind nicht mehr zur Schule möchte?

Stell dir vor, du bist erwachsen und hast ein Kind in deinem jetzigen Alter, welchen Ratschlag

hättest du für die Schulzeit? (Reflektion, Perspektivwechsel)

Wo siehst du dich in 5 Jahren? (Visionen, Träume, Strategien)

## **Fragekarten – Zu Hause/Familie**

Was ist dein Lieblingstrostmittel, außer Schokolade? (Umgang mit Krisen)

Wer ist zu Hause deine Vertrauensperson? (Hilfesystem Familie)

Wann gehört jemand zur Familie? (Familienkonstellation, Akzeptanz, Toleranz, Glauben)

Welche Regeln/Absprachen sind in deiner Familie wichtig/unumstößlich?

Wie stellst du dir ein schönes Zu Hause vor? (Reflektion, Vorstellung, Prinzipien)

Wie viel Zeit verbringst du mit deiner Familie? Wie viel wünschst du dir?

Woran würde deine Familie merken, dass du Sorgen hast? (Hilfesystem Familie)

Im Kaufhaus für Eltern ist heute Wunschsale. Welche Eigenschaften sollten deine Eltern haben,

damit sie zu dir passen?

Du machst mit deiner Familie eine Fahrt in einem Heißluftballon, jedoch seid ihr alle zusammen

zu schwer. Welche Idee hast du? (Reflektion, Strategie)

Wer aus deiner Familie bringt dich immer wieder zum Lächeln?

Du möchtest du deine Familie überraschen. Womit?

(die anderen verstehen und erkennen, Perspektivwechsel, in den Schuhe der anderen laufen)

Wie trifft ihr Entscheidungen in deiner Familie? (demokratisch, diktatorisch)

## **Fragekarten – Beziehung/Liebe**

Ab wann ist es bei dir mehr als Freundschaft?

Ein Coming out ist eine sehr mutige Entscheidung. Was würdest du jemandem raten, der sich outen möchte? (lesbisch, schwul, bisexuell, trans und queer, LSBTQ)

Du hast dich während einer laufenden Beziehung in jemand anderen verliebt.

Wie verhältst du dich? (Fairness, Offenheit, Treue, Verletzung)

Wie schlichtest du Streit in deiner Beziehung? (Theorie, Erfahrungswissen)

Wann beginnt für dich Untreue? (Erfahrung, Werte, Prinzipien)

Was ist für dich eine gute Beziehung? (Träume, Erfahrungen)

Welche Macke hat dein/e Freund/in. Wie gehst du damit um? (Toleranz, Ignoranz, Veränderungsdruck)

Inwiefern beeinflusst dich die Partnerschaft oder das Singleleben deiner Eltern? (was hast du bei der Beziehung deiner Eltern über das Miteinander gelernt, erfahren)

Stell dir vor, du bist in einer Beziehung. Welche Dinge würdest du (nicht) mit deinem Freund/deiner Freundin besprechen? (Vertrauen, Strategie, Unsicherheit)

Mit wem sprichst du über deine Beziehung? Also gute aber auch belastende Situationen..

Wer ist deine Vertrauensperson? Wie zuverlässig, neutral, loyal ist sie?

Wie gehst du mit Geheimnissen um? (Persönliches, Gewalt, Intimität, Selbstverletzung usw.)

Ihr kommt spät abends von einer Party und trefft auf eine Schlägerei. Wie verhältst du dich?

(Polizei, filmen, weglaufen, einmischen)

Ihr geht als Gruppe auf eine Party. Nach einiger Zeit siehst du einen deiner Freunde regungslos in einer Ecke sitzen. Was machst du? (Hilfesystem, Stressmanagement)

#### 4.4 Cannabis, ein Perspektivwechsel (optional)

Das Element Cannabis kann je nach Bedarf in den Parcours hinzugefügt werden. Hier wird ein Perspektivwechsel gewagt. Eigene Handlungsweisen und Vorstellungen werden mit denen der anderen Teilnehmer verglichen. Reaktionen im Elternhaus zum Cannabiskonsum werden hinterfragt, ohne dass sie bewertet werden. Es geht nicht darum, zu stigmatisieren sondern um den Erkenntnisgewinn, was Cannabiskonsum bedeutet. Dabei werden fachlich fundierte und realistische Informationen zum Thema Cannabis vermittelt.

Bestehende Mythen wie „Kiffen ist gesünder als Rauchen“ oder Unklarheiten des Eigenbehaltens und andere Fehlinformationen werden korrigiert. Situationen zu Hause werden durchgespielt und diskutiert, ein Perspektivenwechsel mit Eltern angeregt.

Hinweis: Teilnehmer\*innen mit einer Kurzgeschichte ins Thema holen. TN könnten sich bei den Bannern in der Meinungsfindung eingeschränkt fühlen, daher ist es ratsam, eine zusätzliche Tafel, auf der Meinungen formuliert werden können bereitzustellen. Kleine Gruppen sind ratsam, um sich zu öffnen und Erfahrungen preiszugeben. Station nicht in die Länge ziehen. Denkbar wäre der Einsatz auch als max. 15 Minuten-Blitzlichtmethode oder als Warming up ohne Auswertung.

Die Stoffbahnen sind durch die freundliche Unterstützung von ChillOut e. V. Potsdam entstanden

**Material**      **6 Stoffbahnen mit elterntypischen Aussagen zum Konsum von Cannabis**

**Spielidee**      Stoffbahnen werden in den Räumlichkeiten aufgehängt/ausgelegt.  
Sie zeigen verschiedene Reaktionen von Eltern mit “typischen“ Aussagen zum Konsum von Cannabis. Den Jugendlichen werden nun verschiedene Szenarien vorgestellt.

1. Wie würden deine Eltern wahrscheinlich reagieren, wenn sie erfahren, dass du kiffst?
2. Welche Reaktionen würdest du dir wünschen?

3. Stell dir vor, du bist in ein paar Jahren selber ein Elternteil. Wie würdest du wahrscheinlich reagieren, wenn dein Kind in deinem jetzigen Alter Cannabis konsumiert?

**Lernziele      Teilnehmenden stellen fest, dass**

- das eigenen Verhalten von den Vorstellungen der Eltern entfernt ist
- das Eltern auch Erfahrungen mit Cannabis haben könnten und damit andere Risikogedanken einhergehen
- Jugendliche unterschiedliche Reaktionen im Elternhaus erwarten
- Das Jugendliche, als spätere Eltern viel strenger mit ihren Kindern im Hinblick auf den Konsum von Cannabis reagieren würden, als die jetzige Situation vorgestellt wird
- das eigene Erfahrungen und Ängste erst in der Reflexion klarer werden
- Entscheidungshilfen für gesundheitsförderliches Verhalten aus einer inneren Überzeugung greifen

es zum Erwachsenwerden und Reifen dazugehört, sich verschiedenen „Verlockungen“ zu stellen und nach eigenem Ermessen eine Entscheidung zu treffen, ob konsumiert wird, in welchen Mengen und mit welchen Konsequenzen



"SO LANGE DU DICH IN  
MEINEN VIER WÄNDEN  
BEFINDEST, WIRST DU  
DIESES GRÜNE GIFT NICHT  
NEHMEN ODER ICH ENTERBE  
DICH."



"DANN LASS UNS DOCH MAL  
GEMEINSAM FETT EINEN  
DURCHZIEHEN."



"DU WIRST NOCH ABHÄNGIG.  
WIR SCHICKEN DICH IN DEN  
ENTZUG."





"KOMM MIR NICHT MIT SO EINER MEMMEN-DROGE AN. IN DEINEM ALTER HAB ICH SCHON GEZOGEN."



"WIR WOLLEN NICHT, DASS DU DICH WEITER MIT DEINEN JUNKIES TRIFFST. WIR SCHICKEN DICH INS INTERNAT."



"DAS ERINNERT MICH AN UNSERE JUGENDZEIT. WILLST DU MIT UNS DARÜBER REDEN ODER HAST DU FRAGEN?"

