

VERSUCH(t)UNG

Pilotprojekt zur Suchtvorbeugung an der Martin – Luther – King – Gesamtschule Ratingen

0. Vorwort

Auf lange Sicht wird es mein Ziel sein, gemeinsam mit der an der Schule tätigen Sozialpädagogin ein im Schulprogramm verankertes Suchtpräventionskonzept zu erarbeiten, welches alle Jahrgänge mit Rücksicht auf den Reifegrad der Schüler sinnvoll einbezieht. Neben der Präventions- und Aufklärungsarbeit bezüglich stoffgebundener Abhängigkeit, sollen auch stoffungebundene Süchte thematisiert werden und in den unteren Jahrgängen vermehrt auf die Ich Stärkung und die Ausbildung eines positiven Selbstbildes in diesem Konzept verankert sein.

Im Hinblick auf das Projekt im Rahmen der „Qualifizierung Suchtvorbeugung 2016-2017“ werde ich ein Pilotprojekt in einer 7. Klasse planen. Seitens der Schulleitung wurden mir 6 Schulstunden zur Durchführung eingeräumt, welche ich dazu nutzen werde, die Schülerinnen und Schüler der Klasse präventiv und didaktisch reflektiert an das Thema „Sucht“ heranzuführen. Bei der Durchführung wird mich die Sozialpädagogin unterstützen.

1. Ablauf

1. + 2. Stunde: Vertrauensaufbau innerhalb der Klasse durch verschiedene Spiele/ Impulse

Da das Thema Sucht und Drogenkonsum ein eher heikles Thema ist, bei dem man sich unter den Schülerinnen und Schülern einen vertrauensvollen Umgang wünscht, werden die ersten beiden Stunden dazu genutzt, dass dieses Vertrauen unterbewusst gestärkt wird. Die Mitschüler kennen sich untereinander seit fast drei Schuljahren, allerdings eher im schulischen Rahmen. Durch eine gemeinsame Klassenfahrt 2015 haben sich die Schülerinnen und Schüler untereinander auch privat besser kennenleren können. Die ausgewählten Spiele und Phasen sollen dazu dienen, dass sie vielleicht Dinge übereinander erfahren, die sie vorher nicht wussten. Es wird darauf geachtet, dass keine zu privaten Themen besprochen werden. Für mich als Projektleiterin ist die Phase auch sehr wichtig, da ich die Schülerinnen und Schüler nicht kenne und so bereits einschätzen kann, wie gut das Vertrauen untereinander ist und ebenso absehen kann, wo die Grenze der Privatsphäre erreicht ist. In den ersten beiden Stunden ist zudem auch der Klassenlehrer anwesend, zu dem die Schülerinnen und Schüler ein sehr vertrauensvolles Verhältnis haben.

Einstiegsspiel: *Finde jemanden der, ...*

Die Schülerinnen und Schüler erhalten einen Zettel mit Aussagen und müssen jeweils eine Person finden, auf die die Aussage zutrifft. Jedoch darf nur bei zwei der zwölf Aussagen der selbe Name stehen. Auf diese Art und Weise werden alle aktiviert und es ist zwangsläufig notwendig, sich mit seinen Mitschülern zu unterhalten. Sie erfahren Dinge, die sie vorher nicht über die Person wussten und stärken so unterbewusst ihre Bindung zueinander.

Obstsalat:

Um direkt an zuvor anzuknüpfen, bilden die Schülerinnen und Schüler einen Stuhlkreis und treffen Aussagen (z.B. Ich habe einen großen Bruder). Jeder, auf den dies zutrifft, macht einen Schritt in den Kreis. Dies geht reihum, bis jeder eine Aussage getroffen hat. Um Vertrauen aufzubauen, spielen die Betreuer ebenfalls mit.

Ich packe meinen Koffer

Als letztes Spiel, bevor thematisch mit „Sucht“ begonnen wird, spielen wir eine etwas veränderte Version von „ich packe meinen Koffer“. Die Regeln sind so wie bekannt, nur darf man nur Personen, Dinge oder Tätigkeiten einpacken, die einen glücklich machen und ohne die man nicht leben möchte. Hier findet bereits eine Vorentlastung zur „Mauer gegen die Sucht“ statt, die später an einer Station behandelt wird.

Suchtsack

Um den thematischen Einstieg in das Thema „Sucht“ zu finden, starten wir in der Runde mit dem Suchtsack. Die Betreuerin beginnt mit dem Ziehen aus dem Sack und holt eine Flasche hervor. Sie äußert sich zur Substanz „Alkohol“. Die Flasche kann dann durch Drehen als Zufallsprinzip den nächsten Schüler auswählen, der aus dem Suchtsack zieht.

Diese Methode verschafft einen allgemeinen Überblick über potentielle Suchstoffe und verdeutlicht den Schülern die Allgegenwärtigkeit von Substanzen in ihrer Umgebung, die Suchtpotential haben. Durch die offene Unterhalten werden erste Barrieren durchbrochen und der offene Umgang untereinander stärkt wiederum das gegenseitige Vertrauen.

Stationen:

Um die größtmögliche Aktivierung der Schülerinnen und Schüler zu gewährleisten, werden die Schüler an 6 verschiedenen Stationen arbeiten.

Station 1: Mauer gegen die Sucht

Arbeitsauftrag:

Schritt 1: Schreibe auf jeden deiner 6 Bausteine Begriffe, die ein glückliches und zufriedenstellendes Leben für dich ausmachen. Das können Gefühle, Eigenschaften, Tätigkeiten, Personen aber auch materielle Dinge sein.

Wichtig: Ein Begriff pro Karte. Schreibe groß und leserlich!!!

Schritt 2: Ordnet nun die Bausteine auf dem Boden so an, dass ihr eine Mauer baut. Stellt euch eure Begriffe gegenseitig vor und vergleicht eure Begriffe.

Schritt 3: Überlegt gemeinsam: Was würde passieren, wenn man Begriffe wegnimmt und diese plötzlich in eurem Leben fehlen? Welche Alternativen hättet ihr? Wie würde es euch dann gehen? Wie würdet ihr den Verlust ausgleichen?

Station 2: Suchtverlauf

Ziel: Die Entstehung von Sucht deutlich machen

Station 3: Parcours mit Rauschbrillen

Ziel: Alltägliche Erfahrungen im berauschten Zustand erleben und erkennen, wie wenig Kontrolle man hat. Abschreckung!

Station 4: Cannabis Quiz

Ziel: Informationen über den Konsum, die Wirkung und die rechtliche Lage von Cannabis verschaffen.

Station 5: Designerdroge

Ziel: Kreativität fördern. Auseinandersetzung mit möglichen positiven bzw. negativen Wirkungsweisen von Drogen und Rauschmitteln.

Anschließende Präsentation im Plenum

Station 6: Dr. Sommer Beratung

Aufgabenstellung:

Ziel: Durch Ratschläge eigenes Verhalten hinterfragen, Gruppendruck standhalten.

Im Anschluss an die Stationen findet eine Feedbackrunde statt, in denen die Schülerinnen und Schüler ihre Eindrücke austauschen.

Abschlussgespräch und Evaluation

Nach Durchführung des Pilotprojekts komme ich zu folgendem Fazit. Die Einstiegsspiele haben sehr gut funktioniert und den gewünschten Effekt erzielt. Die Runde im Plenum mit dem Suchtsack war ebenfalls sehr gewinnbringend und die Schüler haben sich geöffnet und ernst über die einzelnen Substanzen gesprochen. Hier ergab sich, dass der Großteil keinerlei Erfahrungen mit Drogen gemacht haben. Einige wenige gaben zu, bereits Zigaretten oder Alkohol ausprobiert zu haben. Alkohol war bei einigen vor allem dadurch bekannt, dass die Eltern/ Verwandten diesen häufiger konsumieren. Bei einem Schüler war vor allem das Interesse und Wissen zu Cannabis sehr hoch, da, wie es sich im Gespräch ergab, sein großer Bruder kiffte.


Die Stationen und das bereitgestellte Material haben sich als stimmig und motivierend ergeben. Die Sozialpädagogin und auch der Klassenlehrer haben mich unterstützt. Andernfalls wäre es nicht zu bewerkstelligen gewesen, da in einigen Stationen Betreuung von Nöten war. Die Schülerinnen und Schüler haben vor allem bei dem Alkoholparcours mit den Rauschbrillen und dem Konzipieren einer Designerdroge große Motivation gezeigt. Das Verfassen eines Leserbriefs in Station 6 hat auch einigen sehr gut gefallen. Im Suchtverlauf gab es einige Begriffe, die den Kindern zunächst erklärt werden mussten.


Bei einer erneuten Durchführung würde ich zwei Räume blocken, damit die Schülerinnen und Schüler mehr Platz haben und es ruhiger verläuft. Zudem ist das Cannabis Quiz in der 7. Klasse etwas früh angesiedelt, sodass ich dieses weglassen würde.


Anhang

1. Frage

Auf welchem der drei folgenden Fotos ist ein Cannabisblatt abgebildet?

Antwort A: 

Antwort B: 

Antwort C: 

2. Frage

Welcher ist der Hauptwirkstoff von Cannabis?

THC
APPD
CBD
MDMA

3. Frage

Bei welcher Konsumform wird mehr THC aufgenommen?

Antwort A: Rauchen
Antwort B: Essen
Antwort C: Trinken

4. Frage

Welche Form der Abhängigkeit kann sich bei Cannabiskonsum entwickeln?

Antwort A: nur psychische Abhängigkeit
Antwort B: nur körperliche Abhängigkeit
Antwort C: psychische und körperliche Abhängigkeit

5. Frage

Mit welchen gesundheitlichen Folgen muss man rechnen, wenn man häufig Cannabis konsumiert? (Mehrere Antworten möglich)

Antwort A: beeinträchtigte Lernfähigkeit
Antwort B: bleibende Hirnschäden
Antwort C: kreisrunder Haarausfall
Antwort D: Antriebslosigkeit
Antwort E: Lungenkrebs
Antwort F: Schizophrenie / Psychose

6. Frage

Wie lange lässt sich Cannabis bei häufigem Konsum im Urin nachweisen?

Antwort A: mehrere Stunden
Antwort B: mehrere Tage
Antwort C: mehrere Wochen

Antwort D: mehrere Jahre

7. Frage

Wofür steht die Abkürzung BtMG.?

Antwort A: eine neuartige Designerdroge

Antwort B: das Gesetz, das den Umgang mit illegalen Drogen regelt

Antwort C: ein Name für den Drogentest

8. Frage

Der Besitz von wie viel Gramm Cannabis sind in Deutschland erlaubt?

Antwort A: Generell ist der Besitz von bis zu 6 Gramm Cannabis erlaubt.

Antwort B: Generell ist der Besitz von bis zu 10 Gramm Cannabis erlaubt.

Antwort C: Jeglicher Besitz ohne Rezept oder Ausnahmegenehmigung ist verboten.

9. Frage

Mit welchen Konsequenzen müssen Jugendliche rechnen, wenn sie mit einer geringen Menge Cannabis erwischt werden? (Mehrere Antworten möglich)

Antwort A: Anzeige

Antwort B: Gefängnisstrafe

Antwort C: Zimmer-, Wohnungs- oder Hausdurchsuchung

Antwort D: Schule / Ausbildungsstelle wird informiert

Antwort E: Registrierung als Drogenkonsument

Antwort F: Eltern und Jugendamt werden informiert

Antwort G: Probleme bei der Führerscheinzulassung

Antwort 1

B

Auf dem Photo ist das charakteristische Blatt der Pflanze „cannabis sativa“ abgebildet. 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.

Antwort 2

A

Die wirksamen Bestandteile im Cannabis nennt man Cannabinoide. Die intensivste Wirkung geht vom Tetrahydrocannabinol (THC) aus.

Antwort 3

A

Ob gegessen oder getrunken, in beiden Fällen muss das THC durch den Verdauungstrakt in die Blutbahn, um bis zum Gehirn vorzudringen. Dabei wird weniger THC resorbiert, also in die Blutbahn aufgenommen, als beim Rauchen. Beim Essen oder Trinken von Cannabis setzt die Wirkung zudem verzögert ein. Eine Gefahr von Überdosierung besteht, da die Konsumenten vermuten, dass die Wirkung ausbleibt und erneut konsumieren.

Der Cannabisrausch hängt jedoch nicht nur von der Konsumform, sondern auch von anderen [Faktoren](#) ab, wobei ein breites [Spektrum](#) an Wirkungen möglich ist.

Antwort 4

C

Bei häufigem und regelmäßigem Konsum von Cannabis kann sich eine psychische UND eine körperliche Abhängigkeit entwickeln, die aber eher schwach ausgeprägt ist.

Eine [psychische Abhängigkeit](#) zeigt sich beispielsweise darin, dass sich Konsumierende nicht oder kaum vorstellen können, gut leben zu können ohne zu kiffen.

Eine körperliche Abhängigkeit ist durch [körperliche Entzugserscheinungen](#) gekennzeichnet. Besonders bei langjährigem chronischem Konsum, können diese nach Absetzen von Cannabis auftreten.

Antwort 5

A, B, D, E, F

In der Forschung wurden Belege dafür erbracht, dass häufiger Cannabiskonsum die Lernfähigkeit und das Gedächtnis mindern können.

Antwort 6

C

THC wird in den fetthaltigen Organen (auch im Gehirn) eingelagert und nur langsam über den Urin ausgeschieden. Es ist deshalb noch mehrere Wochen nach dem Konsum nachweisbar

Nach dem gegenwärtigen Stand der Analysemethoden ist Cannabis bzw. sind seine Abbauprodukte bei häufigem Konsum [bis zu mehrere Wochen nach dem letzten Konsum nachweisbar](#).

Antwort 7

B

Auch der Besitz geringer Mengen Cannabis ist gesetzlich verboten und unter Strafe gestellt. Allerdings *kann* die Staatsanwaltschaft das Ermittlungsverfahren bei Vorliegen einer geringen Menge [einstellen](#), sofern keine Gefährdung anderer vorliegt. Was unter einer [geringen Menge](#) zu verstehen ist, kann je nach Bundesland sehr unterschiedlich sein.

Antwort 8

C

Antwort 9

A, C, E, F, G

Liebes Dr. Sommer-Team

Ich zocke sehr gerne an meiner PS 4. Ich spiele so meistens 4-5 Stunden am Tag. Am liebsten spiele ich online. In den Ferien habe ich ein paar Mal sogar die ganze Nacht durchgezockt.

Seit die Schule wieder angefangen hat, stressen meine Eltern voll. Die wollen, dass ich auch Mal raus gehe oder was für die Schule mache oder so. Aber ich will nur in Ruhe spielen.

Die meinen ich wäre süchtig und machen jetzt um 23.30 Uhr auch den Strom aus, wenn ich nicht ausmachen will.

Wie kann ich sie überzeugen, dass ich kein Problem damit habe.

Viele Grüße

Liam

Liebes Dr. Sommer Team,

ich habe ein Problem, über das ich mit niemandem reden kann. Als ich letzte Woche mit meinen Freunden auf dem Spielplatz war, hat einer von ihnen eine offene Schachtel Zigaretten mit einem Feuerzeug gefunden. Sie wollten es dann ausprobieren, wie es ist, eine Zigarette zu rauchen. Alle haben mal gezogen, aber ich habe mich nicht getraut. Seitdem klauen sie zuhause mal ein oder zwei Kippen bei den Eltern oder Geschwistern und die rauchen sie dann auf dem Spielplatz. Sie haben sich beim letzten Mal schon über mich lustig gemacht und ich habe mich total ausgeschlossen gefühlt. Ich habe Angst, dass sie mich gar nicht mehr dabei haben wollen, wenn ich nicht mit ihnen rauche. Aber ich möchte es nicht tun, es ist ungesund und riecht schon so ekelhaft.

Was soll ich tun?

Viele Grüße,

Paula aus der 7b

Personensuche

Aufgabe: Suche jemanden aus der Gruppe, auf den/die die Aussage zutrifft. Schreibe seinen/ihren Namen auf die getrichelte Linie. Du darst jeden Namen höchstens 2 x auf dem Blatt stehen haben.

Suche jemanden, der / die ...

- ◆ ... in der letzten Zeit im Kino war. -----
- ◆ ... gerne ins Schwimmbad geht. -----
- ◆ ... mehr als zwei Geschwister hat. -----
- ◆ ... gerne Spinat isst. -----
- ◆ ... genauso groß ist wie du. -----
- ◆ ... das gleiche Sternzeichen hat wie du. -----
- ◆ ... gerne Mathe mag. -----
- ◆ ... die gleiche Musik hört wie du. Welche? -----
- ◆ ... gerne Regentage mag. -----
- ◆ ... Fußballfan von einer Mannschaft ist. Welche? -----
- ◆ ... gerne spät ins Bett geht. Wann? -----
- ◆ ... einer anderen Religion angehört als du. Welcher? -----