



Qualifizierung
Suchtvorbeugung
2022/2023



Name des Projekts:

Prävention von Mediensucht in der stationären Jugendhilfe

Name der Einrichtung & Projektleitung:

Intensivpädagogische Jugendwohngruppe in Mainz, Chris Richter

Zielgruppe:

6 Jugendliche im Alter zwischen 15 und 18 Jahren

Projektbeschreibung:

Entsprechend der Wünsche der Jugendlichen behandeln wir das Thema Mediensucht. Hierbei soll es in fünf Einheiten um Wissensvermittlung zu Sucht, Suchtverläufen und Mediensucht gehen sowie eine Reflexion des eigenen Medienkonsums stattfinden. Abschließend sollen alternative Handlungsoptionen erarbeitet werden, welche der Gruppe langfristig zur Verfügung stehen.

Ablauf und zeitliche Struktur:

Vorab: Klärung im Team, Ankündigung und Themenfindung in der Gruppe

Einheit 1: „Was ist eine Sucht?“ (60 Min.)

- Welche Substanzen/Verhaltenssüchte gibt es?
- Suchtkriterien
- vereinfachte Darstellung eines Suchtverlaufs

Einheit 2: „Wie entsteht eine Sucht?“ (50 Min.)

- Methode: Suchtverlauf
- Methode: Mauer gegen Sucht



Einheit 3: „Was ist eine Mediensucht?“ (45 Min.)

- „Nach welchen Medien kann man süchtig sein?“
- Methode: Suchtverlauf (mit selbst formuliertem Beispiel)
- Zahlen und Fakten

Einheit 4: Reflexion des eigenen Medienkonsums (45 Min.)

- Methode: Statements
- Waage zu Vor- und Nachteilen des eigenen Medienkonsums

Längere Praxisphase/Hausaufgabe: (8 Wochen)

- *„Was unternehme ich gerade anstelle des Medienkonsums?“*
- *„Welchen Mehrwert habe ich davon?“*
- *„Welches Bedürfnis wird dadurch eventuell erfüllt?“*

Einheit 5: Projektabschluss (50 Min.)

- Reflexion der vergangenen Wochen
- Sammlung der Ergebnisse auf einem gemeinsam gestalteten Plakat oder Fotocollage: „12 Dinge, die ich tun kann, um nicht mediensüchtig zu werden“
- Kuchen essen 😊

Nachgang: Plakat drucken lassen und in Wohngruppe für alle sichtbar aufhängen

Ziele:

a) inhaltlich

Aufklärung über Sucht und Mediensucht, Reflexion der eigenen Konsummuster und Entwicklung alternativer Handlungsoptionen

b) strukturell

Übertragung des Konzepts auf weitere Wohngruppen, Entwicklung einer gemeinsamen Haltung im Team

c) ergebnisorientiert

Anpassung und Verschriftlichung des Konzepts, Multiplikator:innen in der eigenen Institution gewinnen

Wie häufig soll das Projekt durchgeführt werden:

- einmalig monatlich jährlich kontinuierlich
- sonstiges

Besonderheiten

Diverse Schwierigkeiten und „Stolpersteine“ beachten:

- das Projekt richtete sich inhaltlich u.a. nach den Wünschen der Jugendlichen, weswegen es zum Teil sehr theoretisch und wenig methodisch wirkte. Die Jugendlichen waren sehr interessiert an „Zahlen und Fakten“.
- Auch wegen dem großen Interesse der Jugendlichen waren die Einheiten thematisch/inhaltlich sehr gefüllt. Etwas mehr Zeit in den jeweiligen Einheiten hätte nicht geschadet, war aber kaum möglich, da der zeitliche Rahmen vorab mit den Jugendlichen festgelegt wurde.
- Die Zielgruppe ist mit sechs Jugendlichen vergleichsweise klein, weswegen einige Methoden angepasst werden mussten (z.B. „Statements“ mit roten und grünen Karten). Alle Methoden haben mit der ganzen Gruppe stattgefunden, Kleingruppenarbeiten o.Ä. waren nicht vorgesehen.
- Die enge Beziehungsstruktur im Rahmen des Intensivpädagogischen Settings: Widerstände einzelner Jugendlicher wurden ausgelebt, Verweigerung, Spott etc. Auch, da es eine Pflichtveranstaltung an fünf Wochenenden für alle sechs Jugendlichen war und somit weniger Freizeit an den Tagen zur Verfügung stand.
- Alle Jugendlichen bringen psychische Belastungen mit sich. Gefahr von Triggern, insbesondere bei entstehenden Gesprächen zur eigenen Biografie, zu eigenen (Grund-)Bedürfnissen oder aber auch zu Suchtmitteln (ggf. Suchterkrankungen in der Familie). Feingühlig herangehen!