



## Infos!

# >>klartext>>

Präventionsprogramm für LehrerInnen, SchülerInnen und ihre Eltern

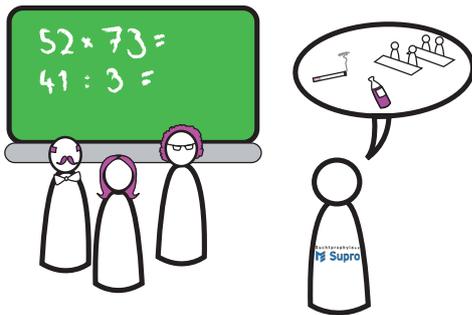
## Suchtprävention in der Schule

**klartext** ist ein klassenbezogenes Projekt für die 6.-8. Schulstufe zur Suchtprävention in der Schule und deren praktischen Umsetzung.

Sind Sie an **klartext** interessiert?  
Interessieren Sie sich für eine Teilnahme?  
Gerne informiere ich Sie detailliert über unsere Angebote und stehe Ihnen für Anfragen zur Verfügung!

**Martin Onder**  
martin.onder@mariaebe.at

## klartext-Ablauf



### 1. „klartext“ - Fortbildung

In dieser Fortbildung erhalten Lehrerinnen und Lehrer Informationen und Unterrichtsmaterialien zum Thema „Suchtprävention in der Schule“ mit den Schwerpunktthemen Sucht, Nikotin, Alkohol und Neue Medien.



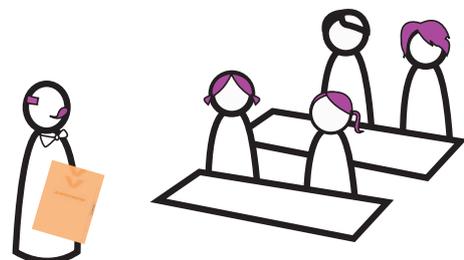
### 2. Umsetzung im Unterricht

Im Anschluss an diese Fortbildung geht es darum, diese Informationen und Unterrichtsmaterialien mit den Schülerinnen und Schülern umzusetzen und einen praktischen Bezug zu den Lebenswelten der Jugendlichen herzustellen.



### 3. „klartexte“ - Elternabend

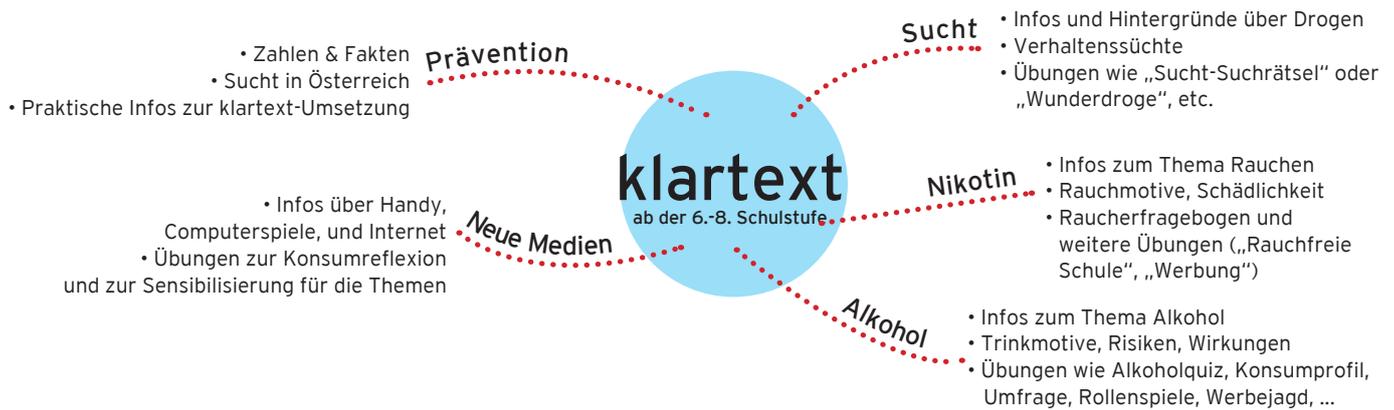
Im Rahmen dieses Projektes findet ein Elternabend statt, der vom jeweiligen Klassenvorstand organisiert und von einer Fachperson der „Supro - Werkstatt für Suchtprophylaxe“ durchgeführt wird.



### 4. SchülerInnenworkshop

Als Abschluss des Projektes findet ein Workshop mit der Schulklasse statt, der von einer Fachperson der „Supro - Werkstatt für Suchtprophylaxe“ geleitet wird.

## klartext-Inhalte



## Suchtprophylaxe



### AUFGABEN UND ZIELE DER SUPRO - WERKSTATT FÜR SUCHTPROPHYLAXE

#### Ganzheitlicher Ansatz

Als Präventionsstelle wollen wir einen Beitrag zum körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefinden junger Menschen leisten.

Wir helfen Jugendlichen, ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre eigene Gesundheit und damit ihr eigenes Leben zu gewinnen.

Eigenverantwortlichkeit ist ein wichtiges Schlagwort. Wir weisen den Menschen den Weg dorthin, indem wir

- umfassend und ausgewogen informieren
- Menschen ermutigen, Entscheidungen zu treffen
- sie darin unterstützen, Lebenskompetenzen zu erwerben
- Jugendliche fördern, ihre Genussfähigkeit zu entwickeln
- sie anleiten, mit Risiken sinnvoll umzugehen.

Prävention entwickelt sich zunehmend von der Verhinderung eines Problems zu einer ganzheitlichen Gesundheitsförderung. Der Mensch wird mit seinen Bedürfnissen, seinen Fähigkeiten und Ressourcen in den Mittelpunkt gestellt.

#### Genuss und Konsum

Mit Genuss und Konsum sind wir in unserer Gesellschaft ständig konfrontiert, was sowohl positive als auch negative Auswirkungen auf unser Leben hat. Legale Konsum- und Suchtmittel sind zur alltäglichen Realität von Menschen fast jeden Alters geworden.

Deswegen ist es unser Ziel, durch vorbeugende Aktivitäten Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu einem reflektierten Umgang mit suchtrelevanten Stoffen und Verhaltensweisen zu befähigen. Damit tragen wir zum Aufbau von gesundheitsfördernden Verhaltensweisen bei. Wir wollen mit unseren präventiven Maßnahmen das Einstiegsalter so weit wie möglich anheben und dadurch bewirken, dass der problematische Gebrauch von psychoaktiven Substanzen verringert wird.

Um unsere Ziele zu erreichen setzen wir realistische Schritte, indem wir

- sensibilisieren für Sucht und Suchtvorbeugung
- die individuellen Lebens-, Risiko- und Sozialkompetenzen fördern
- sachliche Informationen vermitteln.

# PRÄVENTION IN DER SCHULE

## „Suchtprävention erfordert Beziehung!“

Erfahrungsgemäß ist Suchtprävention in der Schule besonders wirksam, wenn sie zu einem frühen Zeitpunkt einsetzt. Zentrale Elemente dabei sind die Stärkung der Persönlichkeit der Jugendlichen, die altersgerechte Information über psychoaktive Substanzen, Sucht und Suchtvorbeugung und die Förderung eines positiven Schulklimas.

**SchülerInnen sollen zu einer aktiven und kreativen Lebensgestaltung motiviert werden und lernen, schwierige Lebensphasen zu bewältigen.** Erfolgreiche Suchtprävention muss als langfristige Maßnahme gesehen werden und die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Lehrkräften, Eltern und Fachleuten fördern.

Neben Informationen zu schädlichen Verhaltenweisen und Substanzen umfasst dies alle Maßnahmen der Lebenskompetenzförderung, der Förderung der sozialen Kompetenzen und der Risikokompetenz. Eine langfristige, kontinuierliche und nachhaltige Suchtvorbeugung innerhalb der Schule kann nur über die Lehrkräfte erfolgen. Sie sind es, die täglich mit den SchülerInnen in Kontakt treten. Externe ExpertInnen können schulische Prävention sinnvoll unterstützen.

Suchtprävention soll nicht als Einübung einzelner Techniken, sondern unter anderem auch als Anlass für Begegnung, für Auseinandersetzung mit sich selbst und mit dem Anderen, als „Beziehungsarbeit“ aufgefasst werden. Suchtprävention wird als pädagogische Grundhaltung verstanden, die sich in Wertschätzung und respektvollem Umgang mit SchülerInnen und KollegInnen ausdrückt. Die Haltung der Lehrkräfte spielt in diesem Zusammenhang eine große Rolle.

„Einen richtigen Rausch muss man einmal gehabt haben, dann weiß man Bescheid!“	<input type="checkbox"/> Ja, das stimmt <input type="checkbox"/> Das ist nicht eindeutig beantwortbar <input type="checkbox"/> Nein, das stimmt so nicht!
„Wenn man mit Freunden unterwegs ist, macht man sich lächerlich, wenn man keinen Alkohol trinkt.“	<input type="checkbox"/> Ja, das stimmt <input type="checkbox"/> Das ist nicht eindeutig beantwortbar <input type="checkbox"/> Nein, das stimmt so nicht!
Es ist schwierig nichts zu trinken, wenn alle anderen Alkohol trinken!“	<input type="checkbox"/> Ja, das stimmt <input type="checkbox"/> Das ist nicht eindeutig beantwortbar <input type="checkbox"/> Nein, das stimmt so nicht!
„Jugendliche trinken immer mehr Alkohol!“	<input type="checkbox"/> Ja, das stimmt <input type="checkbox"/> Das ist nicht eindeutig beantwortbar <input type="checkbox"/> Nein, das stimmt so nicht!
„Mit Alkohol lassen sich Probleme leichter ertragen!“	<input type="checkbox"/> Ja, das stimmt <input type="checkbox"/> Das ist nicht eindeutig beantwortbar <input type="checkbox"/> Nein, das stimmt so nicht!
„Ein Fest/eine Party ohne Alkohol ist langweilig!“	<input type="checkbox"/> Ja, das stimmt <input type="checkbox"/> Das ist nicht eindeutig beantwortbar <input type="checkbox"/> Nein, das stimmt so nicht!

### Aus den Arbeitsmaterialien zu „klartext:alkohol“.

Die Aufgabe einer professionellen Suchtvorbeugung ist auch das Zur-Verfügung-Stellen fachlich fundierter Informationen und die Auseinandersetzung mit Mythen, Ideologien, Fehlmeinungen und fehlenden Informationen von Erwachsenen und Jugendlichen. Übertriebene, vorrangig angstlastige Darstellungen sind ebenso Thema wie einseitige, nur auf die positiven Aspekte von bestimmten Substanzen zielende Ideologien von Jugendszenen und „Drogenkulturen“, legalen wie illegalen.

Die Entscheidung darüber, wie suchtpräventive Angebote angenommen, abgelehnt oder kreativ genutzt und in das eigene Leben integriert werden, soll bei dem/der Einzelnen liegen.

Schlagworte einer möglichst wirksamen Suchtprävention sind zusammengefasst Eigenverantwortung, Beziehung, Langfristigkeit und Nachhaltigkeit.

Auf diesen Grundlagen basieren unsere „klartext“-Angebote. Sie werden mit Hilfe von Lehrkräften, SchülerInnen, Eltern und externen Fachleuten umgesetzt. Wie erfolgreich unsere „klartext“-Angebote umgesetzt werden, hängt stark von der Motivation und der Bereitschaft von Lehrkräften ab, suchtpräventive Inhalte in den Schulalltag zu integrieren.

# WAS SONST NOCH WICHTIG IST!

## Prävention im Schulalltag

Die Schule hat in Bezug auf die Prävention von Sucht viele Möglichkeiten. Eine gute Atmosphäre schaffen, die Persönlichkeit stärken, Handlungskompetenz, Konflikt- und Genussfähigkeit fördern sind allgemeine pädagogische Ziele, die in allen Unterrichtsgegenständen (indirekt) verfolgt werden. Die Förderung von Lebenskompetenzen ist als Teil des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule zu verstehen. Sowohl auf der Ebene der Unterrichtsgestaltung als auch auf der Beziehungsebene LehrerIn - SchülerIn wie im Lebensraum Schule insgesamt gibt es viele Möglichkeiten unterstützend zu wirken.

Ein hohes Selbstwertgefühl kann am direktesten durch Wertschätzung und respektvollen Umgang (unabhängig von der schulischen Leistung) gefördert werden. Selbstwirksamkeit (ich fühle mich kompetent, habe Einfluss auf mein Leben) kann durch eine angemessene Aufgabenstellung, verständlichen Unterricht, handlungs- und schülerInnenorientierte Unterrichtsmethoden gefördert werden. Mitsprache- und Gestaltungsmöglichkeiten an schulischen Entscheidungsprozessen oder am Unterrichtsgeschehen sind hier wichtige Stichwörter.

Für die Entwicklung des Selbstbildes ist die Information, die wir von anderen über uns bekommen, von großer Bedeutung. Hilfreiches Feed-back durch Lehrende (Gelungenes betonen, Kritik auf konkretes Verhalten beziehen und nicht auf die Person im Allgemeinen u. a.) ist für den Aufbau eines differenzierten Selbstkonzeptes wichtig.

Angst in Prüfungssituationen ist ein zentrales und emotionales Thema in der Schule. Dieses Gefühl zum Thema zu machen, in Prüfungssituationen Ruhe auszustrahlen, Sicherheitsfragen stellen (Braucht ihr noch etwas?) und Versagensängste zu relativieren, können hier hilfreiche Haltungen sein.

Die Qualität der LehrerInnen-SchülerInnen-Beziehung wirkt sich wesentlich auf die emotionale Atmosphäre innerhalb der Klasse aus und bildet die Voraussetzung für ein optimales Lernklima.

## SUCHT-SUCHRÄTSEL

Im Buchstabenviereck verbergen sich 13 Begriffe, die mit Sucht zu tun haben. Sie können waagrecht oder senkrecht, von oben nach unten oder von unten nach oben zu lesen sein, nicht aber diagonal.

S	E	L	L	T	K	S	P	R	I	T	Z
A	E	O	P	H	S	R	L	S	T	O	F
N	C	H	T	C	U	V	X	W	H	Z	Y
I	S	O	N	U	R	L	H	A	C	I	T
K	T	K	B	S	C	O	C	U	U	M	A
O	A	L	E	R	U	T	S	G	S	R	B
T	S	A	K	E	L	C	A	I	R	T	L
I	Y	P	L	T	E	S	H	R	E	Z	E
N	A	K	S	U	E	Y	Z	T	F	O	T
O	U	C	I	P	A	T	U	K	I	P	T
E	T	N	E	M	A	K	I	D	E	M	E
L	C	A	K	O	O	H	E	R	O	I	N
R	P	U	X	C	E	S	S	S	U	C	H

### Aus den Arbeitsmaterialien zu „klartext:sucht“.

## Prävention als pädagogische Grundhaltung

### Was LehrerInnen tun können:

- Kindern Gelegenheit zur Selbstwahrnehmung geben, ihnen helfen, sich ihres Körpers, ihrer Gefühle über Menschen und Dinge, die ihnen wichtig sind, bewusst zu werden.
- Regelmäßiges konstruktives Feed-back geben und die Kinder und Jugendlichen auch untereinander dazu anleiten, um die Entwicklung des Selbstkonzeptes des Einzelnen und seiner Realitätsangemessenheit zu fördern.
- Den Austausch mit anderen anregen, damit alle die Möglichkeit haben, ihre eigenen subjektiven Konstruktionen über sich selbst zu überprüfen und damit neue Perspektiven zu eröffnen.
- Selbstreflexion in Form von altersangemessenen Spielen und Übungen anregen, um das Selbstkonzept zu elaborieren, das heißt Wissen über sich selbst zu ordnen, in Beziehung zu setzen und ihm auch sprachlich eine Form zu geben.
- Einfühlsam und akzeptierend mit den Kindern und Jugendlichen umgehen und sie auch untereinander dazu anleiten, um ihr Selbstwertgefühl zu stabilisieren oder zu erhöhen (es zu mindest nicht zu beschädigen).
- Aufgaben bereitstellen, die den Fähigkeiten der Kinder und Jugendlichen angemessen sind, das heißt sie weder über- noch unterfordern, um ihnen Erfahrungen ihrer Selbstwirksamkeit zu vermitteln.
- Selbstreflexionen anregen, die frühere Erfolge und vorhandene Fähigkeiten bewusst machen, um die Selbstwirksamkeitserwartung zu fördern.
- Handlungs- und erlebnisorientierte Methoden einsetzen, da man Selbstwahrnehmung nicht durch Instruktion erwerben kann, sondern selbst erfahren muss

**MANCHE LEUTE RAUCHEN...**

In Österreich rauchen 26% der 15-jährigen Mädchen und 20% der 15-jährigen Burschen täglich. Wenn man junge Leute befragt, weshalb sie mit dem Rauchen angefangen haben und dabei geblieben sind, bekommt man häufig folgende Antwort:

Ich habe ...

Ich wollte ...

Ich bin ...

Ich glaube ...

Ich ...

Was meinst du, welche Antworten häufig gegeben werden?  
Schreibe sie in die leeren Sprechblasen!

Aus den Arbeitsmaterialien zu „klartext:nikotin“.

### WAS WIR VERMEIDEN SOLLEN:

- Nur Fachwissen zu vermitteln und die Persönlichkeit ausblenden
- Die Wirklichkeit der SchülerInnen ignorieren
- Strukturen und übergeordnete Ziele wichtiger nehmen als Menschen
- Kinder und Jugendliche nur als SchülerInnen sehen und sie damit funktionalisieren
- Jugendliche nur im sozialen Leistungsvergleich bewerten, ohne auf die persönlichen Anstrengungen und Möglichkeiten einzugehen
- Unnötigen Druck ausüben
- Ängste fördern / auslösen

### WAS WIR FÖRDERN KÖNNEN:

- Sachliche Diskussion
- Partizipationsmöglichkeiten von SchülerInnen
- Offene Kommunikation
- Wertschätzung von Kindern und Jugendlichen als Gesamtpersönlichkeiten
- Klare Botschaften geben
- Sich auf vielfältige Weise ausdrücken lernen
- Spaß am Leben entwickeln
- Erlebnis- und handlungsorientiertes Lernen fördern

### SO BESSER NICHT! UND WARUM NICHT?

#### ▪ Einzelne Blitzaktionen

Einzelaktionen hinterlassen keine Spuren, begleiten nicht bei der Entwicklung und verpuffen meist rasch oder machen sogar eher neugierig.

#### ▪ Darstellung eines „Drogenproblems“ statt einer Suchtproblematik, die auch legale Suchtmittel wie Alkohol oder Nikotin mit einschließt

So eine Darstellung grenzt ProbiererInnen und EinsteigerInnen sehr rasch aus. Gefährdete KonsumentInnen von Alkohol oder Medikamenten können sich unberechtigterweise sicher fühlen. Jugendliche reagieren meist ablehnend auf eine vermittelte Doppelmoral.

#### ▪ Genaue Information über illegale Drogen, aber keine Erwähnung von legalen Suchtmitteln

Jugendliche reagieren auf einseitige Wissensvermittlung sehr sensibel und relativieren den Wert der Aussagen über die Gefährdung durch illegale Drogen, weil ihnen diese Art der Aufklärung unglaubwürdig erscheint und es zur Bagatellisierung des legalen Suchtmittelmissbrauchs führt.

#### ▪ Abschreckung durch Literatur, Bilder, Filme etc.

Abschreckende Filme oder solche mit besonders realistischer Darstellung von Suchtproblemen (z.B. „Wir Kinder vom Bahnhof Zoo“ von Christiane F.) wirken auf Erwachsene sehr abschreckend. Für Jugendliche, besonders für gefährdete Jugendliche, können sie aber paradoxerweise anziehend wirken und ihre Neugier verstärken. Gerade Randgruppen und sozial Unterprivilegierte sind in der Zeit der Pubertät mitunter beliebte Identifikationsfiguren.

#### ▪ Abschreckung durch eindimensionale Darstellung des Problems

Sie wird meistens der tatsächlichen Wirkung von Drogen und vielleicht auch den (direkten oder indirekten) Erfahrungen der SchülerInnen nicht gerecht: Manche haben vielleicht positiv bewertete erste Probiererfahrungen und geben diese Erfahrungen offen an andere Jugendliche weiter. Die Langzeitfolgen können nicht abeschätzt und daher häufig geleugnet werden.