



JUGENDFILMTAGE

**Nikotin und Alkohol
Alltagsdrogen im Visier**

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

PRAXISLEITFADEN

ZUM EINSATZ DER METHODEN-BOX

ZUR NIKOTIN- UND ALKOHOLPRÄVENTION

 www.rauch-frei.info  www.null-alkohol-voll-power.de  www.kenn-dein-limit.info



INHALT

4-5

Vorwort

6

Dr. Sommer-Team

7

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte

8 - 9

Suchtverlauf

10 - 11

Deine Meinung zählt

12 - 13

Mauer gegen die Sucht

14

Passen wir zusammen?

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

die Alkohol- und Nikotinprävention gehört zu den zentralen Aufgaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufgaben (BZgA). Mit Unterstützung der BZgA führen Sie in Ihrer Region das Projekt „JugendFilmTage Nikotin und Alkohol - Alltagsdrogen im Visier“ durch. An den Mitmach-Aktionen und über die Spielfilme setzen sich die Jugendlichen spielerisch mit den Themen Nikotin und Alkohol auseinander. In der Handreichung „Begleitmaterial für Lehrkräfte“ finden Sie hierzu:

- Informationen zur Förderung des Nichtrauchens und der Alkoholprävention
- praxiserprobte methodische Tipps zur Vor- und Nachbereitung der Filme
- eine Beschreibung der Mitmach-Aktionen
- eine Übersicht der Materialien der BZgA sowie
- eine detaillierte Inhaltsangabe der Filme inkl. der angesprochenen Themen sowie eine Bewertung und Empfehlung für deren Einsatz in der Prävention
- Telefonberatung und Internetangebote der BZgA

Mit der Methoden-Box erhalten Sie ergänzend Praxismaterialien für sechs Methoden zur Nikotin- und Alkoholprävention, die die Nachbereitung der JugendFilmTage mit den Jugendlichen erleichtern.

- Dr. Sommer-Team
- Ein Bild sagt mehr als tausend Worte
- Suchtverlauf
- Deine Meinung zählt
- Mauer gegen die Sucht
- Passen wir zusammen?

Jede Methode umfasst eine Karte mit der Anleitung sowie Text- oder Bildkarten. Dieser Praxisleitfaden beinhaltet die Anleitungen aller sechs Methoden und dient bedarfsorientiert auch als Kopiervorlage. Die Box eignet sich für den Einsatz im Rahmen der Fortbildung und des veranstaltungsbegleitenden Angebotes für Lehrkräfte, Schulsozialarbeitende und weitere pädagogische Fachkräfte. Sie können die Methoden und Materialien nacheinander vorstellen und (an)spielen oder sie auf mehreren Tischen zusammen mit der Beschreibung auslegen und je nach Interesse der Teilnehmenden erläutern.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und Spaß bei dem Einsatz!



ZIELE

- Förderung von Empathie und Beratungskompetenz
- Auseinandersetzung mit Gruppendruck



Mindestens 45 min, besser 90 min



6 Karten mit Fragen an das Dr. Sommer-Team,
Papier und Stifte

BESCHREIBUNG

Bilden Sie Kleingruppen von 5-6 Jugendlichen. Jede Gruppe ist ein Dr. Sommer-Team und hat die Aufgabe, Fragen von Ratsuchenden zu beantworten. Aufgabe der Gruppe ist es, gemeinsam einen Antwortbrief zu verfassen. Im Plenum werden die jeweiligen Antworten vorgelesen.

HINWEISE UND ERFAHRUNGEN

Achten Sie auf wertfreie Kommentare und bestärken Sie die Jugendlichen in der Akzeptanz des „Andersseins“. Es kann hilfreich sein, mit der Klasse vorab den Aufbau und Inhalt von „Beratungsbriefen“ zu besprechen.

VARIATIONEN UND KOMBINATIONEN

Die Gruppenzusammensetzung kann auch geschlechtsspezifisch sein. Die Jugendlichen können als „Hausaufgabe“ eigene Fragebriefe entwerfen.

EIN BILD SAGT MEHR ALS TAUSEND WORTE



ZIELE

- Sich über das Thema Alkohol und/oder Nikotin austauschen
- Einstieg in die Thematik durch spontane Assoziationen



15 – 20 min



28 Bildkarten mit unterschiedlichen Motiven, die direkt oder auch mittelbar Assoziationen zu den Themen Alkohol/Nikotin/Sucht/Genuss auslösen können, im Stuhlkreis verteilen

BESCHREIBUNG

Legen Sie die Bildkarten in die Mitte des Stuhlkreises und fordern Sie die Jugendlichen auf, sich spontan eine Karte auszusuchen und diese mit den Themen Alkohol/Nikotin/Sucht/Genuss zu verbinden. Die Karte wird dann der Gruppe gezeigt und jeder Jugendliche teilt mit, welche Assoziationen er in Verbindung mit dem von ihm ausgewählten Bild hatte bzw. warum er die Karte gewählt hat.

HINWEISE UND ERFAHRUNGEN

Die Methode eignet sich gut für den Anfang einer Unterrichtseinheit zum Thema Sucht und hilft den Jugendlichen gedanklich in die Thematik einzusteigen. Achten Sie darauf, dass die Jugendlichen kurze Statements abgeben und keine ausschweifende Diskussion entsteht, damit sich jeder Jugendliche äußern kann.

VARIATIONEN UND KOMBINATIONEN

Die Jugendlichen teilen sich in Kleingruppen und suchen eine Karte aus, zu der sie einen passenden Slogan einer Anti-Raucher- oder Anti-Alkohol-Kampagne entwickeln und sich gegenseitig präsentieren.

SUCHTVERLAUF



ZIELE

- Die Entstehung von Sucht und den Verlauf von Suchterkrankung deutlich machen
- Eigene Konsummuster erkennen



20 – 45 min



9 Karten mit den Begriffen Konsum, Genuss, Rausch, verstärkter Konsum, Gewöhnung, Missbrauch, Anhängigkeit, süchtiges Verhalten, Suchterkrankung

BESCHREIBUNG

Mischen Sie die Karten und breiten Sie sie ungeordnet auf dem Boden aus. Erteilen Sie zwei Jugendlichen gemeinsam die Aufgabe, in den nächsten zwei Minuten einen „Suchtverlauf“ zu legen, d.h. die Karten in die Reihenfolge zu legen, vom Anfang bis zur Sucht.

HINWEISE UND ERFAHRUNGEN

Die beiden Jugendlichen dürfen sich in den zwei Minuten verbal auf ihre Reihenfolge verständigen. Achten Sie darauf, dass die Mitschülerinnen und Mitschüler das Geschehen unkommentiert beobachten. Nach zwei Minuten beenden Sie die Aufgabe und fordern die beiden Protagonisten auf, den anderen zu erklären, warum sie die Karten in die für alle sichtbare Reihenfolge gelegt haben. Danach geht die Frage an die gesamte Gruppe, ob sie mit dieser Reihenfolge einverstanden ist. Änderungsvorschläge werden von Ihnen aufgenommen und sichtbar gemacht, indem Sie die Kartenfolge verändern. In der Regel werden 3–5 Änderungen genannt; eine Diskussion entsteht.

SUCHTVERLAUF

Um das Gespräch in Gang zu halten, ist es hilfreich zu fragen, ob die Jugendlichen an eine bestimmte Substanz denken (z.B. Zigaretten) und ob der Verlauf auch für ein anderes Mittel richtig ist (z.B. Alkohol oder Medikamente). Spannend ist auch die Frage, ob es eine Sucht gibt, die ohne Rauscherlebnisse entsteht. Wenn keine Änderungen mehr vorgenommen werden, kann die Frage „Wie lange dauert es wohl, bis ein Mensch suchtkrank ist?“ oder „In welchem Stadium des Verlaufes kann ein Mensch wohl eher aufhören?“ erneut für Diskussion sorgen.

Wichtig: Wir haben es fast immer mit Betroffenen zu tun! In jeder Klasse treffen wir auf Jugendliche, die direkt oder indirekt mit dem Thema Sucht konfrontiert sind. Entweder durch eigenes Suchtverhalten, in der Familie oder im Freundes- und Bekanntenkreis. Neben der notwendigen Sensibilität ist es daher ratsam auf das lokale Hilfesystem hinzuweisen.

VARIATIONEN UND KOMBINATIONEN

Mehrere Sets mit dem oben beschriebenen Suchtverlauf eröffnen Ihnen die Möglichkeit, diverse Teams zu bilden. Die Arbeitsergebnisse können miteinander verglichen und diskutiert werden.

Eine weitere Möglichkeit stellt die Aufgabe dar, zu unterschiedlichen Substanzen einen Verlauf zu legen (Team A zu Tabak; Team B zu Alkohol; Team C zu Schokolade etc.).



ZIELE

- Förderung einer kritischen Auseinandersetzung mit alltäglichem Rauschmittelkonsum
- Herstellung eines Bezuges zur Lebenswelt der Jugendlichen
- Bewusstmachen von Risiken und unangenehmen Situationen, die durch Rauschmittelkonsum entstehen können
- Förderung der Meinungsbildung und Entwicklung einer Haltung zum Rauschmittelkonsum
- Entwicklung von Handlungsanweisungen und Tipps für Gleichaltrige



15 - 20 min



10 Karten mit Alltagsgegenständen im Stuhlkreis ausbreiten

BESCHREIBUNG

Setzen Sie sich mit den Jugendlichen in einen Stuhlkreis und legen Sie die Karten mit Alltagsgegenständen in die Mitte. Der erste Jugendliche nimmt sich eine Karte und stellt einen Zusammenhang mit dem Thema Nikotin-, Alkoholkonsum oder Sucht her. Im Folgenden soll er ein kurzes prägnantes Statement oder eine Handlungsanweisung für Gleichaltrige formulieren, die helfen soll sich vor negativen Folgen von Rauschmittelkonsum zu schützen. Danach nimmt sich der nächste Jugendliche eine Karte.

HINWEISE UND ERFAHRUNGEN

Wenn Sie das Spiel als allgemeinen Einstieg in die Thematik nutzen möchten, sollen die Statements und Handlungsanweisungen unkommentiert stehen gelassen werden. Intervenieren Sie nur, wenn offensichtlich falsche Aussagen getroffen werden oder andere Jugendliche stark irritiert sind. Möchten Sie anschließend mit den Statements weiterarbeiten, lassen Sie diese aufschreiben. Dann können die Jugendlichen darüber diskutieren, in welchen realen Situation die Statements sinnvoll wären und ob sie diese auch äußern würden.

DEINE MEINUNG ZÄHLT

VARIATIONEN UND KOMBINATIONEN

Sie können die Statements sammeln und in Form eines Posters oder Heftes präsentieren. Die Jugendlichen können im Vorfeld die Aufgabe bekommen, Alltagsgegenstände von zu Hause mitzubringen.



MAUER GEGEN DIE SUCHT



ZIELE

- Mit eigenen Werten, Stärken und Schwächen auseinander setzen
- Bewusst machen, welche Bedeutung bzw. Funktion Drogen im Leben eines Menschen haben können



30 min



30 Karten mit Begriffen, die als Ressource dienen können sowie zwei Karten mit den Begriffen Nikotin und Alkohol

BESCHREIBUNG

Legen Sie die umgedrehten Karten auf den Boden oder befestigen Sie die Karten an einer Wand. Die Karten sollen versetzt in einem Mauerverband angeordnet werden, so dass bildlich eine große Steinmauer entsteht.

Bitten Sie die Jugendlichen nacheinander eine Karte umzudrehen, den Begriff vorzulesen und zu sagen, welche Bedeutung dieser Begriff in ihrem Leben hat. Wenn alle Begriffe der Mauer sichtbar sind, fragen Sie, was passiert, wenn ein oder mehrere „Steine“ wegfallen. Provokativ können die Begriffe Alkohol und Nikotin in die Lücke gelegt und diskutiert werden. Wenn viele „Steine“ fehlen, können Sie die Mauer mit den Jugendlichen gemeinsam wieder aufbauen.

HINWEISE UND ERFAHRUNGEN

Anhand der Mauer kann die Bedeutung von Drogen veranschaulicht werden: Die Mauer symbolisiert unsere Schutzmauer gegen Sucht. Wenn aus dieser Mauer Steine herausfallen, wird sie wacklig und droht einzustürzen. Die entstehenden Lücken können mit Drogen gefüllt werden, die scheinbar gute Lückenfüller sind. Je mehr Lücken ich habe, desto größer ist

MAUER GEGEN DIE SUCHT

das Bedürfnis, diese zu füllen. Wichtig ist die Erkenntnis, wo mir oder meinen Freunden etwas fehlt. Wie können die Lücken wieder gefüllt werden? Was ist mir wichtig, stärkt mich? Wer kann mir dabei helfen?

Die Übung hat oftmals einen sogenannten Aha-Effekt in Hinblick auf die Funktion von Drogen. Es ist wichtig, den Jugendlichen ausreichend Zeit dafür zu lassen.

VARIATIONEN UND KOMBINATIONEN

Die Karten können durch weitere, von Ihnen oder den Jugendlichen vorgeschlagene Begriffe ergänzt werden. Die Jugendlichen können eine Mauer zu einem bestimmten Thema bauen.

Die Mauer kann in nach dem Geschlecht getrennten Kleingruppen gebaut werden.

PASSEN WIR ZUSAMMEN?



ZIELE

- Verdeutlichung des Zusammenhangs von Promille-Werten und körperlichen Reaktionen
- Motivierung zu einem risikoarmen, sozialverträglichen Konsum



15 - 20 min



11 Karten mit Promillewerten,
20 Karten mit Tätigkeiten,
Übersicht über Promillewerte und
körperliche Reaktionen

BESCHREIBUNG

Ein Jugendlicher zieht zwei Karten - je eine mit einem Promillewert und einer Tätigkeit - und gibt eine Einschätzung, wie die Tätigkeit von dem Promillewert beeinflusst wird. Nach der ersten Einschätzung wird die Erläuterung der körperlichen Reaktion auf den Promillegehalt von einem anderen Jugendlichen vorgelesen. Die Gruppe diskutiert, ob die erste Einschätzung richtig war, oder ob sie durch die Erläuterung zu einem anderen Ergebnis kommt.

HINWEISE UND ERFAHRUNGEN

Für Jugendliche ist es oft schwer vorstellbar, welche Mengen Alkohol für wie viel Promille konsumiert werden müssen. Rechnen Sie mit den Jugendlichen zusammen anhand einer Formel den Wert aus.

VARIATIONEN UND KOMBINATIONEN

Die Promillewerte werden als Skala aufgelegt und die TN ordnen alle Tätigkeiten den Promillewerten zu, bei denen sie denken, dass sie noch problemlos ausgeführt werden können. Anschließend wird über die Aufteilung diskutiert.



JUGENDFILMTAGE

**Nikotin und Alkohol
Alltagsdrogen im Visier**

IMPRESSUM

Herausgeberin

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, BZgA
Maarweg 149 – 161
50825 Köln
www.bzga.de

Projektleitung
Konzeption
und Text
Gestaltung

Katharina Klaus, BZgA

Sinus – Büro für Kommunikation GmbH
Klinkebiel GmbH

Dieses Projekt wird im Rahmen der Alkoholpräventionskampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ der BZgA umgesetzt und von dem Verband der privaten Krankenversicherung e. V. (PKV) und dem Bundesministerium für Gesundheit gefördert.

~~rauch~~ **frei!**

NULL ALKOHOL
VOLL POWER 

ALKOHOL?
Kenn dein Limit.

 **PKV**
Verband der Privaten
Krankenversicherung

BZgA Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung