

MITMACH Parcours DURCHBLICK!



Ein gemeinsames Projekt

- der Fachstelle für Suchtprävention
im Direktionsbezirk Dresden
- des Arbeitskreises
Jugendschutz - Suchtprävention
im Landkreis Görlitz



KNAPPSCHAFT

DIE ERFINDER DER KRANKENKASSE

Der Mitmach-Parcours ist ein gemeinsames Projekt:

**der Fachstelle für Suchtprävention
im Direktionsbezirk Dresden**

und

**des Arbeitskreises
Jugendschutz - Suchtprävention
des Landkreises Görlitz**

Er wurde möglich durch die Unterstützung der



weiter wurde der Parcours unterstützt von:

Arbeitskreis Suchtprophylaxe im Landkreis Bautzen

Berufliches Schulzentrum Löbau; Berufsbildende Förderschule "August Förster"

CJD Sachsen; Jugendhilfebüro Löbau - Erzieherischer Kinder- und Jugendschutz

Diakonie Löbau-Zittau; Jugendberatung Zittau

Martinshof Rothenburg Diakoniewerk; Mehrgenerationenhaus Rothenburg

KINDERLAND-Sachsen e. V.; Kinder -, Jugend- und Familienzentrum Eibau

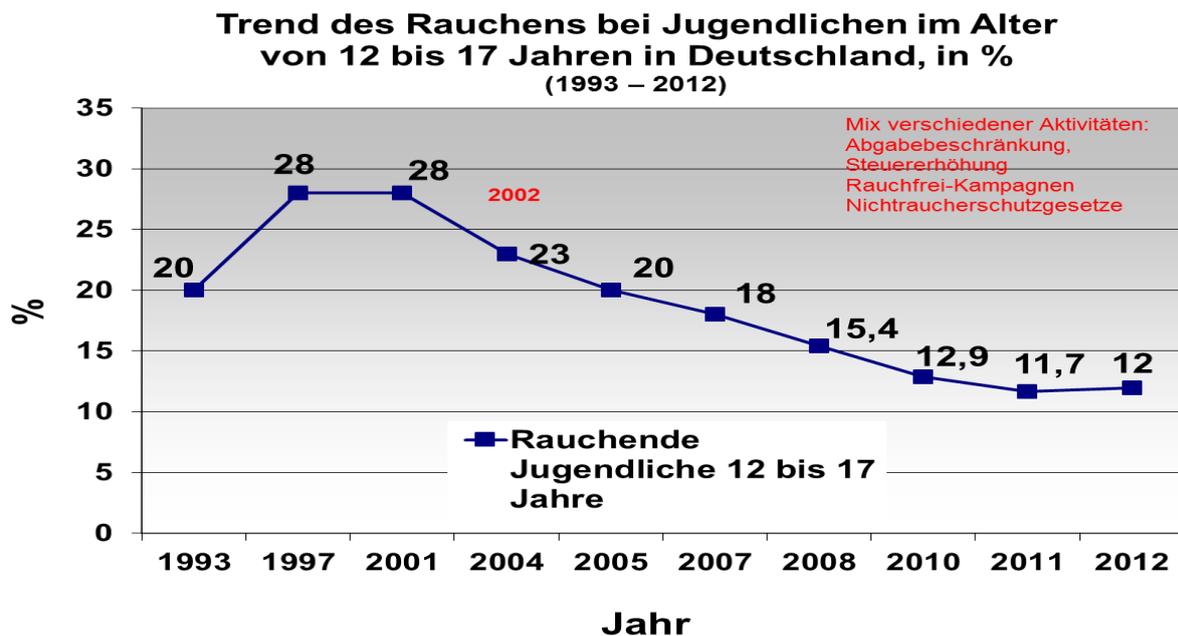
Landratsamt Görlitz; Jugendamt; Sachgebiet Kinder-, Jugend- und Familienarbeit

Sächsische Landesstelle gegen die Suchtgefahren e. V.

Präambel

Der Konsum, vor allem von **legalen** Drogen, stellt nach wie vor eine ernstzunehmende Form der Gesundheitsgefährdung bei Jugendlichen dar.

Das Einstiegsalter beim **Rauchen** ist in den letzten Jahren leicht angestiegen und lag im Jahr 2012 im Durchschnitt bei 14,4 Jahren. Der Trend beim Rauchverhalten von Kindern und Jugendlichen ist in den letzten 10 Jahren erfreulicher Weise rückgängig. Das ist unter anderem auch auf die starken Präventionsbemühungen in diesem Bereich zurückzuführen.



Beim **Alkoholkonsum** beträgt das durchschnittliche Einstiegsalter 14,8 Jahre. Mit 16,2 Jahren haben Jugendliche im Durchschnitt ihren ersten Alkoholrausch (BZgA; Drogenaffinitätsstudie 2015). Die 12-15-Jährigen konsumieren riskante Alkoholmengen noch relativ selten. Von den 16-17-Jährigen trinkt allerdings schon jeder Siebte bzw. jede Zwölfte im Durchschnitt pro Tag eine Alkoholmenge, die für einen Erwachsenen riskant ist (*bei männlichen Befragten mehr als 24 g reiner Alkohol am Tag; bei weiblichen Befragten mehr als 12 g reiner Alkohol am Tag*). Immerhin fast 20 % der 16- bis 17-jährigen männlichen Jugendlichen praktizieren „häufiges Rauschtrinken“ (*in den letzten 30 Tagen viermal oder öfter der Konsum von mindestens fünf alkoholischen Getränken bei einer Gelegenheit*; siehe Abbildung).

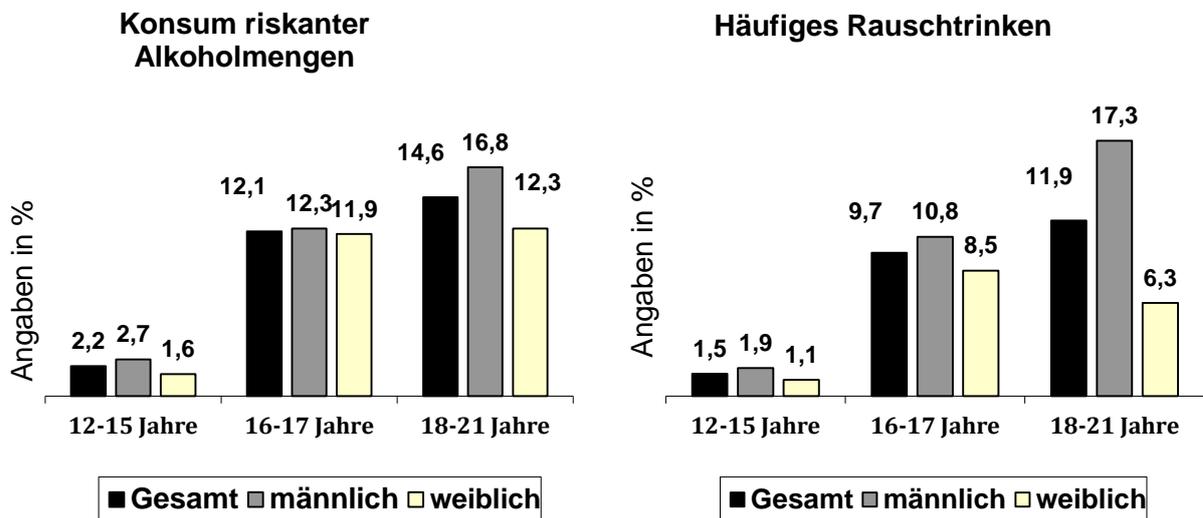


Abbildung: Prozentualer Anteil der Personen, die riskante Alkoholmengen konsumieren bzw. häufiges Rauschtrinken praktizieren, nach Altersgruppen (BZgA; Alkoholkonsum Jugendlicher 2015)

Cannabis wird in Deutschland im Durchschnitt mit 16,7 Jahren das erste Mal konsumiert. Die *Lebenszeit-Prävalenz* liegt bei ca. 40 %. Der Anteil von Personen, welche *regelmäßig* Cannabis konsumieren, bewegt sich mit 3,1 % allerdings auf einem sehr niedrigen Niveau.

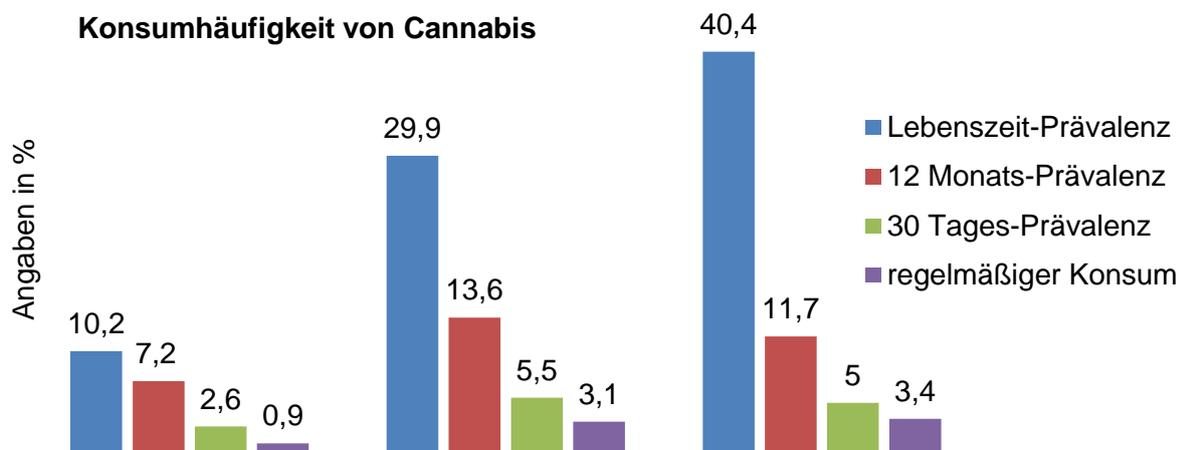


Abbildung: Prävalenzen des Cannabiskonsums nach verschiedenen Altersgruppen (BZgA; Alkoholkonsum Jugendlicher 2010)

Diese Zahlen belegen, dass es auch weiterhin wichtig ist, mit Jugendlichen den Genuss, Konsum und Missbrauch von Suchtmitteln bzw. den Umgang mit stoffungebundenen Süchten zu thematisieren. Dabei müssen die suchtpreventiven Aktivitäten den „Nerv“ der Kinder und Jugendlichen treffen. Die Themen müssen jugendgerecht aufgearbeitet und ansprechend sein. Die Behandlung dieser Themen sollte interaktiv mit den Jugendlichen erfolgen. Genau diese Zielsetzung wollen wir mit dem interaktiven Suchtpreventionsangebot „Durchblick“ erreichen.

An jeder Station werden 1 bis 2 **Moderatoren** eingesetzt. Hier wird es sich um Fachkräfte aus der jeweiligen Region, Mitglieder des AK Jugendschutz-Suchtprävention im Landkreis Görlitz bzw. speziell geschulte SchulsozialpädagogInnen, MitarbeiterInnen von Jugendeinrichtungen oder LehrerInnen handeln. Denkbar ist auch die Einbeziehung von Gleichaltrigen als Co-Moderatoren.

Die **Zielgruppe** sind vorrangig Jugendliche im Alter von 12 bis 18 Jahren. Die Jugendlichen werden in Gruppen von 10 bis max. 12 Personen aufgeteilt. Diese Gruppengröße ist optimal für eine Diskussion. Eine geschlechtliche Trennung der Jugendlichen ist nicht nötig, kann aber in speziellen Veranstaltungen unter dem Aspekt der geschlechtsspezifischen Suchtprävention praktiziert werden. Zusätzlich kann bei Bedarf auch eine Sensibilisierung von Pädagogen und Multiplikatoren für die Suchtpräventionsthematik erfolgen.

Der Parcours besteht aus 6 **Stationen**. In einem Umlauf werden im optimalen Fall 5 Stationen eingesetzt. Entsprechend der Altersstruktur der teilnehmenden Jugendlichen bzw. der thematischen Ausrichtung der Veranstaltung können aber auch weniger Stationen eingesetzt werden. Die einzelnen Stationen bearbeiten folgende Thematiken:

	Bezeichnung der Station	Thematischer Schwerpunkt der Station
1. Station	„RAUSCH-VOLL ‰“	(Alkohol)
2. Station	„WISSENS-DURST“	(Alkohol)
3. Station	„BLAUER DUNST“	(Nikotin)
4. Station	„ABWEGE“	(illegale Drogen / Klasse 8 -12)
5. Station	„NETT im WEB“	(Internet / Klasse 6 - 12)
6. Station	„ERNÄHRUNGSFALLEN“	(Essstörungen)

Bei einem kompletten Stationsbetrieb mit 5 Stationen wird für einen Durchlauf ein **Zeitungfang** von ca. 150 Minuten benötigt. Die Verweildauer pro Station beträgt mindestens 25 Minuten. Danach erfolgt der Wechsel der Gruppen zur nächsten Station. Ein Durchlauf hat eine max. Kapazität von ca. 60 Teilnehmern.

Der Einsatz des Parcours ist als Eröffnung der längerfristigen Behandlung des Themas gedacht. Die an den Stationen behandelten Themen können in der kurzen Zeit natürlich nur angerissen werden. Eine Nach- und Weiterbehandlung der verschiedenen Thematiken an den Schulen oder Jugendeinrichtungen, wo der Parcours zum Einsatz kommt, ist ausdrücklich erwünscht! Dafür ist es auch möglich, nur einzelne Stationen auszuleihen und einzusetzen und unter Umständen externe Fachkräfte mit einzubeziehen.

Drei weitere Parcours dieser Art existieren in den Landkreisen Bautzen und Sächsische Schweiz – Osterzgebirge. Sie werden dort seit 2007 bzw. 2011 eingesetzt und sind in den Städten Bischofswerda, Hoyerswerda und Pirna stationiert.

RAUSCH-VOLL‰



**WAHRNEHMEN
FÜHLEN
COOL SEIN?!?**

Mit freundlicher
Unterstützung der



Station RAUSCHVOLL‰

Ziele:

- ▶ Jugendlichen wird mit Hilfe der „Rauschbrille“ verdeutlicht, wie schwierig die einfachsten Dinge sind, wenn man Alkohol getrunken hat.
- ▶ So kann z. B. der Zusammenhang von Alkoholgenuss und Wahrnehmungsstörungen verdeutlicht werden.

Ablauf:

- ① Der Moderator macht die Jugendlichen kurz mit der „Rauschbrille“ und den spezifischen Aufgaben bekannt.
- ② Einige Schüler absolvieren den Parcours!
- ③ Es werden anhand des Erlebten verschiedene alkohol-spezifische Fragestellungen thematisiert.

WISSENS-DURST



KLARE FAKTEN ALLTAG DURCHBLICK

Mit freundlicher
Unterstützung der



Station WISSENS-DURST

Ziele:

- ▶ Vertiefung des Wissens zu Einflüssen und Folgen des Alkoholkonsums durch eine moderierte Diskussion über alltagsrelevante Themengebiete Jugendlicher.

Ablauf:

- ① Der Moderator macht die Jugendlichen mit der Station vertraut.
- ② Durch Würfeln einer Zahl wird ein Thema bestimmt, welches dann von den Jugendlichen diskutiert wird.
- ③ Vom Moderator werden wichtige Fakten in die Diskussion eingebracht.

BLAUER DUNST



GELD
RISIKO
DAZUGEHÖREN

Mit freundlicher
Unterstützung der



Station BLAUER DUNST

Ziele:

- ▶ Erreicht werden soll eine Sensibilisierung hinsichtlich der Motive und Folgen des Tabakkonsums.
- ▶ Die finanzielle Belastung einer längeren Raucherkarriere wird deutlich gemacht.

Ablauf:

- ① Mit verschiedenen Fragen & Antworten, welche in den Zigaretten zweier überlebensgroßer Zigaretenschachteln stecken, werden Jugendliche hinsichtlich der Gefahren des Rauchens sensibilisiert.

ABWEGE



**ILLEGALITÄT
RECHTSLAGE
KRIMINALITÄT**

Mit freundlicher
Unterstützung der



Station ABWEGE

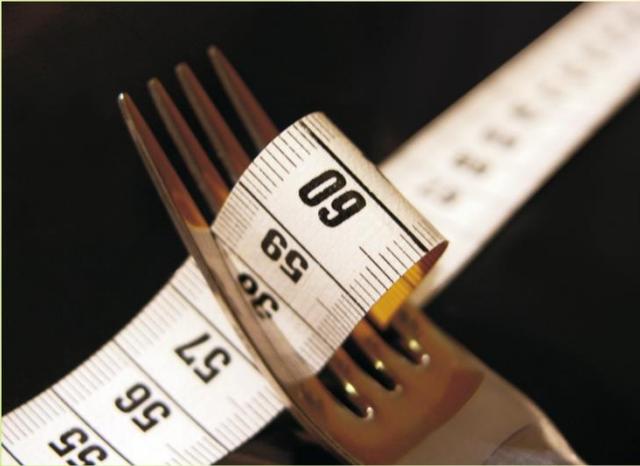
Ziele:

- ▶ Sensibilisierung der Jugendlichen hinsichtlich der Gefahren des Konsums illegaler Drogen
- ▶ Auseinandersetzung mit Aussagen rund um das Thema Drogen in verschiedenen Lebensbereichen verbunden mit der begründeten Zuordnung zu den Begriffen des Wegweisers

Ablauf:

- ① Der Moderator macht die Station den Jugendlichen vertraut und thematisiert die Begriffe des Wegweisers hinsichtlich der Bedeutung und Verknüpfung für die Jugendlichen.
- ② Durch Ziehen einer Karte wird eine Aussage bestimmt, die von dem Jugendlichen selbstbestimmt ergänzt und zu einem Begriff des Wegweisers begründet zugeordnet wird, das in der Gruppe diskutiert werden kann.

ERNÄHRUNGSFALLEN



GESUNDHEIT
GENUSS
SCHÖNHEIT

Mit freundlicher
Unterstützung der



KNAPPSCHAFT

Station Ernährungsfallen

Ziele:

- ▶ Reflexion des eigenen sowie die kritische Betrachtung der heute gesellschaftlich gängigen Schönheitsideale durch die Jugendlichen
- ▶ Auseinandersetzung mit gesunden und problematischen Ernährungsgewohnheiten
- ▶ Eine geschlechtsspezifische Bearbeitung des Themas ist je nach Gruppe möglich.

Ablauf:

- ① Anhand der Positionierung der Jugendlichen zu verschiedenen Thesen zum Thema wird in die Diskussion eingestiegen.
- ② Begleitend wird durch den Einsatz einer Ernährungspyramide die Verteilung von Konsumhäufigkeiten verschiedener Lebensmittel thematisiert.

NETT im WEB



SICHER SURFEN HANDY, SPIELE & TV SOZIALE NETZWERKE

Mit freundlicher
Unterstützung der



Station NETT im WEB

Ziele:

- ▶ Sensibilisierung der Kinder und Jugendlichen hinsichtlich des Umgangs mit den eigenen Daten im Internet
- ▶ Vermittlung einer selbst-reflektierten, selektiven und verantwortungsvollen Nutzung von Smartphones, Computerspielen und Web 2.0
- ▶ Themenbereiche: Smartphone, TV, PC, Web 2.0, PC-Spiel, Recht
- ▶ Allgemein Medienpädagogik

Ablauf:

- ① Auf einer Spielplane ziehen beide Teams ihre Spielfiguren entsprechend der gewürfelten Zahl, wobei das Ankunftsfield das zu behandelnde Thema bestimmt.
- ② Unterschiedliche Sichtweisen zum jeweiligen Thema werden in der Gruppe diskutiert und durch den Moderator aufgelöst.

Falls Sie Interesse an einem Einsatz des Mitmach-Parcours „Durchblick“ in Ihrer Stadt, Ihrer Schule oder Ihrer Jugendeinrichtung des Landkreises Görlitz haben, bestehen folgende Kontaktmöglichkeiten:

Landkreis Görlitz

CJD Jugendhilfebüro Löbau
Erzieherischer Kinder- und Jugendschutz im LK Görlitz

Ansprechpartnerin: **Annette-Luise Birkner**

✉ Martin-Luther-Straße 5; 02708 Löbau

☎ (035 85) 40 33 75

💻 jhb@cid-sachsen.de

🌐 www.cid-sachsen.de

Sollten Sie Interesse am Nachbau dieses Mitmach-Parcours haben, wenden Sie sich bitte an die

Fachstelle für Suchtprävention im Direktionsbereich Dresden
bei der Sächsischen Landesstelle gegen die Suchtgefahren e.V.

Ansprechpartner: **Sirko Schamel**

✉ Glacisstraße 26; 01099 Dresden

☎ (03 51) 803 20 30

💻 schamel@suchtpraevention-sachsen.de

🌐 www.suchtpraevention-sachsen.de