



GESUNDHEIT

Einer der fünf
pädagogischen
Bausteine des
Freunde-
Programms:
„Platz zum Streiten“

Früh übt sich ... Bausteine für ein SUCHTFREIES LEBEN ...

Das Bedingungsgefüge, in dem eine Suchterkrankung entsteht, ist vielschichtig. Dementsprechend unterschiedlich sind auch die Strategien der Prävention. Das Programm FREUNDE ist eines davon. Es setzt bereits im Kindergartenalter an und konzentriert sich auf die Stärkung der sogenannten Lebenskompetenzen.

Von Tina Pruschmann

Warum bleiben die einen gesund, während andere eine Drogenabhängigkeit entwickeln? „Leider gibt es darauf keine allgemeingültige Antwort. Wir können lediglich Risikofaktoren benennen. Zu ihnen gehören eine niedrige soziale Schicht, Suchterkrankungen in der Familie, Drogenkonsum während der Schwangerschaft und psychiatrische Vorerkrankungen“, sagt Dr. Andries Korebrits, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am Helios Park-Klinikum

Leipzig. „In der Pubertät spielt zudem der soziale Druck aus der Peergroup, also dem Freundeskreis, eine Rolle.“

Mit Druck aus dem Freundeskreis umgehen zu können, ist eines der Ziele des *Freunde*-Programms, das sich im Rahmen der Gesundheitsförderung auch mit dem Thema Suchtprävention beschäftigt. Das Programm setzt bereits im Kindergartenalter an, also lange bevor die Kinder das erste Mal mit Drogen in Berührung kommen. „Die Kindertageseinrichtung bietet ein breites Übungs- und Lebensumfeld,

in dem wir fast alle Kinder erreichen können“, begründet *Freunde*-Programmkoordinatorin Kerstin Schnepel den frühen Präventionsansatz. *Freunde* wurde 1998 in Bayern entwickelt. Seit 2008 wird es durch die Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung auch den Kindertageseinrichtungen in Sachsen als Weiterbildung angeboten. Barbara Klepsch, die Sächsische Staatsministerin für Soziales und Verbraucherschutz ist die Schirmherrin. Kerstin Schnepel erklärt: „*Freunde* ist ein langfristiges Angebot zur Förderung der Lebenskompetenzen

von Kindern in Kindertageseinrichtungen". Die Formulierung dieser Kompetenzen folgt der Definition, die die Weltgesundheitsorganisation dafür gegeben hat. Demnach werden darunter psychosoziale Fertigkeiten verstanden, die es den Kindern ermöglichen, mit den Anforderungen des täglichen Lebens aus eigener Kraft erfolgreich umzugehen. Bezogen auf die Suchtprävention geht es dem Programm vor allem um Kompetenzen, wie:

- Selbstsicherheit
- Sich auch gegen den sozialen Druck verhalten zu können
- Ausreichende Strategien zu besitzen, um mit schwierigen Lebenssituationen umzugehen
- Frustration in gewissem Umfang aushalten zu können
- Gute Beziehungen zu anderen Menschen zu etablieren

VON PLÄTZEN ZUM STREITEN UND INSELN DER RUHE

Doch wie funktioniert das *Freunde*-Programm genau? Im Mittelpunkt stehen fünf pädagogische Bausteine. Sie heißen: „Mit viel Gefühl“, „Selbermach-Tag“, „Kinder reden mit“, „Platz zum Streiten“ und „Inseln der Ruhe“. Zu all diesen Bausteinen gibt es pädagogisches Material, konkrete Methoden und Übungen, die zum Teil das *Freunde*-Programm zur Verfügung stellt, zum Teil aber auch mit den Erzieherinnen unter Berücksichtigung der Bedingungen vor Ort entwickelt werden. Für einen kindgerechten Zugang sorgen die drei tierischen Freunde Johnny Mauser, Franz von Hahn und der dicke Waldemar, die den Kin-

dern aus Helme Heines *Freunde*-Büchern bekannt sind und als Piktogramm auf dem pädagogischen Material immer wieder auftauchen; die drei zeigen, wie sie Schwierigkeiten lösen, sich vergnügen, spielen, streiten. In Hinblick auf die Suchtprävention hebt Kerstin Schnepel die Bausteine „Mit viel Gefühl“ und „Platz zum Streiten“ hervor: „Wir möchten, dass die Kinder lernen, ihre Gefühle differenziert wahrzunehmen und benennen zu können, zum Beispiel zwischen Wut, Trauer und Enttäuschung zu unterscheiden. Eine Fähigkeit, die auch bei der Lösung von Konflikten hilft.“

ES GIBT KEINE GUTEN ODER SCHLECHTEN GEFÜHLE

Ein konkretes Umsetzungsbeispiel aus diesen beiden Programmbausteinen sind die Gefühlskarten und eine Decke als mobiler Platz zum Streiten. Die „Streit-Decke“ wird mit dem entsprechenden *Freunde*-Piktogramm versehen. Es signalisiert den Kindern, dass hier Raum ist, einen Konflikt auszutragen. Die Aufgabe der Erzieherin ist es nun, die Kinder in der Konfliktlösung zu begleiten. Ein anderes Beispiel sind die Gefühlskarten aus dem Baustein „Mit viel Gefühl“. Auch die Karten helfen den Kindern, ihre Gefühle differenziert wahrnehmen und benennen zu können. Sie sind Orientierungshilfe und Gesprächsimpuls. Die Erzieherinnen können zum Beispiel fragen, wie es sich anfühlt, wütend oder glücklich zu sein. Ein wichtiges Anliegen ist dabei der wertfreie Umgang mit Gefühlen. „Es gibt keine guten und schlechten Gefühle, sondern lediglich angenehme und un-

Die Frage, wie wir als Gesellschaft mit Drogen umgehen, ist mit Blick auf die Prävention wesentlich.

angenehme. Zudem sind wir bei diesem Thema sehr geschlechtersensibel, das heißt Jungs dürfen selbstverständlich Angst haben und Mädchen wütend sein“, erklärt Kerstin Schnepel.

Neben dem universellen Präventionsansatz bietet das *Freunde*-Programm einen Infoblock Sucht an. Die pädagogischen Fachkräfte erfahren das Wichtigste über Merkmale und Entstehung einer Suchterkrankung. Der Umgang mit suchgefährdeten beziehungsweise suchtkranken Eltern wird thematisiert, auf die Zusammenarbeit mit den Jugendämtern hingewiesen und der Umgang mit Suchtmitteln in den Einrichtungen kritisch reflektiert – zum Beispiel, ob den Eltern beim Sommerfest Bier ausgeschenkt werden sollte. Die Bedeutung einer kritischen Reflektion betont auch Andries Korebrits: „Die Frage, wie wir als Gesellschaft mit Drogen umgehen, ist mit Blick auf die Prävention wesentlich. Die Gegenwart und Zugänglichkeit von Drogen hat einen wichtigen Einfluss auf eine Suchtentwicklung.“

Dass das *Freunde*-Programm in den Kindertageseinrichtungen ankommt, ist Aufgabe der *Freunde*-Trainerinnen und -Trainer. Sie haben in den vergangenen zehn Jahren 1160 Erzieherinnen und Erzieher weitergebildet. Ob das Programm aber langfristig in das pädagogische Konzept der Einrichtungen integriert wird, hängt wesentlich von seiner Alltagstauglichkeit ab. „Wir legen großen Wert darauf, an Bestehendem anzuknüpfen und Übungen nah an der Praxis zu entwickeln“, sagt Kerstin Schnepel. Für interessierte Erzieherinnen und Kindertageseinrichtungen gibt es die Möglichkeit, an *Freunde*-Basisseminaren in den Landkreisen teilzunehmen oder eine Inhouse-Weiterbildung für das gesamte Kita-Team zu organisieren.

Für Kitas

Ansprechpartner, Fortbildungstermine und alle Informationen zu *Freunde* und anderen Präventionsprogrammen in Sachsen lesen Sie unter www.slf.de.

Für Schulen

Der KlarSicht-Koffer der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung vermittelt Jugendlichen ab 12 Jahren und jungen Erwachsenen interaktiv Informationen zu den Suchtstoffen Alkohol und Tabak. Mehr zu diesem und anderen Präventionsprojekten, die sich an Jugendliche wenden, finden Sie bei der Fach- und Koordinierungsstelle Suchtprävention Sachsen auf www.suchtpraevention-sachsen.de.

Für Eltern

Elternberatung bei Suchtgefährdung und Abhängigkeit von Kindern und Jugendlichen: ELSA ist eine Online-Beratung und Anlaufstelle bei Fragen rund um die Themen Cannabis, Alkohol, Computerspiele und Handysucht. Die Beratung wird von einem professionellen Team angeboten. Sie ist kostenfrei und auf Wunsch anonym. www.elternberatung-sucht.de