

Projekt "Ein Schlückchen in Ehren..."

Das Thema:

Alkohol wird im europäischen Kulturkreis auf der einen Seite als Genussmittel bezeichnet, ist fester Bestandteil des gesellschaftlichen Lebens. Er ist selbstverständliches Getränk der meisten Partys, des gesellschaftlichen Beisammenseins. Auf der anderen Seite ist Alkohol eines der gebräuchlichsten Suchtmittel.

Im Alter zwischen 10 und 14 Jahren trinken Jugendliche in der Regel zum ersten Mal selbst Alkohol. Meist geschieht dies mit Billigung Erwachsener auf Familienfeiern o.ä. In den folgenden Jahren bildet sich dann ein Konsumverhalten aus, das in Grundzügen meist lebenslang beibehalten wird. Stark geprägt wird dieses Konsumverhalten durch die Einstellung des Freundeskreises, des sozialen Umfelds und der Eltern.

Je jünger sie sind, desto größer ist die Gefahr von Missbrauch und Abhängigkeit. Gerade die Pubertät ist eine schwierige Phase. Die Jugendlichen wollen sich vom Elternhaus lösen, haben aber in der Welt der Erwachsenen noch große Schwierigkeiten sich zu behaupten. Die körperliche Entwicklung, der erste Liebeskummer, schulischer Leistungsdruck erschweren diese Zeit enorm. Alkohol kommt in dieser Entwicklungszeit wie gerufen. Er schmeckt den jungen Erwachsenen zwar nicht unbedingt, wirkt aber enthemmend, entspannend und hilft dabei sich über Verbote hinwegzusetzen. Der Alkohol lässt das mangelnde Selbstvertrauen vergessen und auch die Zukunftsängste werden lässig überspielt. In vielen Cliquen gilt Alkoholkonsum als Zeichen von Stärke, dadurch entsteht der Gruppenzwang mitzutrinken. Alkoholkonsum wird in unserer Gesellschaft toleriert, er ist Bestandteil der Erwachsenenwelt. Wer als Jugendlicher mithalten will, muss auch mittrinken, als Abstinenzler gilt er schnell als Außenseiter. Dazu trägt auch wesentlich die Werbung mit Sprüchen wie "Spaß im Glas" bei. Der verantwortungsbewusste Umgang mit Genussmitteln kann jedoch erlernt werden, dazu haben Erwachsene eine Vorbildfunktion.

Jugendliche haben viele »Gründe« zu trinken: Sie möchten etwas erleben, dazugehören, Hemmungen und Langeweile überwinden. Die Wirkung des Alkohols macht dies wenn auch scheinbar und nur für kurze Zeit möglich. Eine echte Auseinandersetzung mit der unbefriedigenden Situation wird durch solche kurzfristigen Scheinlösungen jedoch verhindert. So erschwert Alkohol die Entwicklung einer stabilen Persönlichkeit, und mit fortschreitender Gewöhnung werden Belastungen immer weniger ertragen.

Jugendliche sind auch organisch anfälliger. Die Reifung des Gehirns, das Organ, das durch Alkohol am stärksten gefährdet wird, dauert etwa bis zum 17. Lebensjahr. Besonders gefährdet, vom »Hilfsmittel« Alkohol abhängig zu werden, sind verständlicherweise Jugendliche, die unter schweren Belastungen leiden, seien dies tiefer liegende persönliche Probleme wie große Unsicherheit, Versagensangst und Einsamkeit oder extreme Lebenserfahrungen wie (sexuelle) Missbrauchs- und Gewalterlebnisse. Häufiger oder gar täglicher Alkoholkonsum und Betrunkensein sind Warnsignale, auf die Eltern bzw. andere erwachsene Bezugspersonen reagieren sollten.

In dem Projekt geht es nicht darum Alkohol zu verteufeln, vielmehr soll den Jugendlichen Handwerkszeug zum verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol vermittelt werden!

Die Ziele:

- Durch verschiedene methodische Ansätze und Aktionen wollen wir:
- primär
 - Aufklären und zur Auseinandersetzung mit der Thematik anregen
 - Gespräche zum Thema im familiären Kreis und im sozialen Umfeld anregen
 - sekundär
 - den persönlichen Umgang mit Alkohol hinterfragen

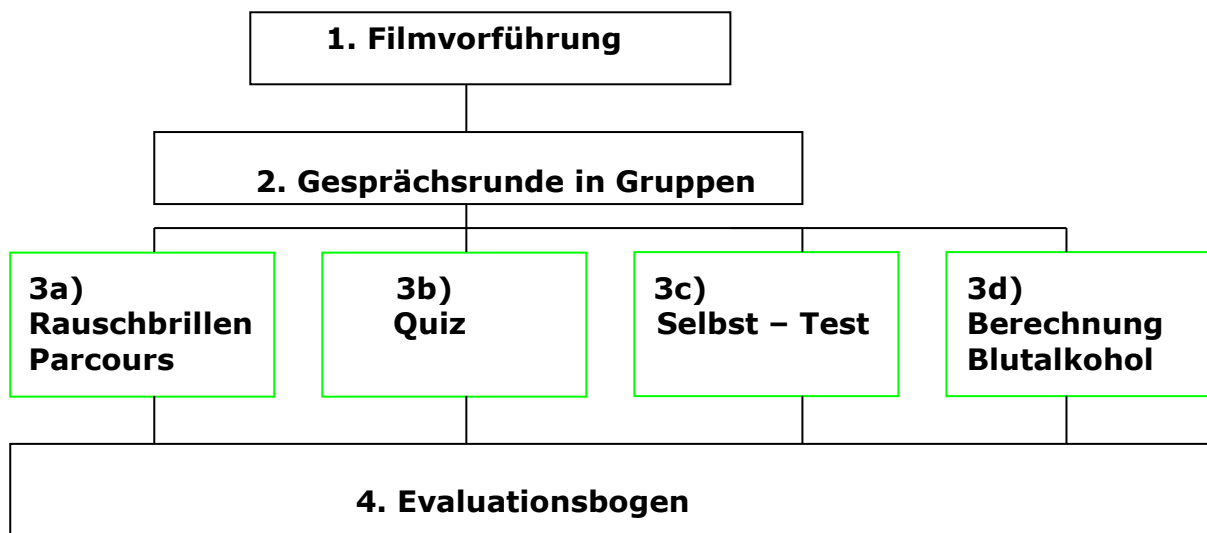
Die Zielgruppe:

Das Projekt wendet sich ausdrücklich an Jugendliche ab Klasse 7, die bereits Erfahrungen mit Alkohol gemacht haben und an Eltern.

Methodische Herangehensweise:

Es empfiehlt sich, das Projekt im Rahmen eines thematischen Elternabends mit Schülern durchzuführen. Diese Vorgehensweise ermöglicht die Problematik in das Gesichtsfeld der Familie zu rücken. Dies hat eine positive Wirkung auf die Nachhaltigkeit des Projektes. Eine weitere denkbare Variante ist die Durchführung eines Projekttages zum Thema.

Projektaufbau



Die Module 3a bis 3d können einzeln oder komplett in das Projekt eingefügt werden.

1. Einstieg Filmvorführung „Abgefüllt und Spaß dabei“

Sowohl bei einem Projekttag, als auch bei einem thematischen Elternabend in Anwesenheit der Schüler, sieht sich der Personenkreis zunächst gemeinsam den Film „Abgefüllt und Spaß dabei“ an.

Das Video vereint Lustvolles und Problematisierendes aus dem „ganz normalen“ (Trink-) Verhalten von Jugendlichen.

Die drei 18jährigen Schülerinnen Christina, Daniel und Mohamed eines Wuppertaler Gymnasiums sind FilmemacherInnen und Interviewte in ihrem Film zugleich. Für den Film führen sie ein sehr nahes Gespräch über ihren Alkoholkonsum: über die Gründe, warum sie trinken –bzw. warum Mohamed als Moslem nicht trinkt – was sie wo, zu welchen Gelegenheiten trinken, welche positiven und negativen Auswirkungen das hat, wie ihr Trinkverhalten im Zusammenhang mit dem Alkoholkonsum ihrer Eltern und ihres Freundeskreises steht.

Während des intensiven Gesprächs in Kristinas Küche filmen sich die Jugendlichen mit je einer mobilen DV-Kamera aus der Hand selbst. Um das Trinkverhalten zu visualisieren, veranstalten sie mit Freundinnen eine Party und filmten sich und die Freundinnen dabei.

2. Gesprächsrunde zum Film

An den Film schließt sich eine Gesprächsrunde mit Fachpersonal in Gruppen an. Günstiger Weise sollten Eltern eine Gruppe, die Schüler eine zweite Gruppe bilden.

Bei der Durchführung als Schulprojekt (ohne Eltern) ist die Klasse in 2 Gruppen (eventuell geschlechtsspezifisch) zu teilen. Dabei sollten die Schüler entscheiden dürfen, ob die Anwesenheit des Lehrers am Gespräch gewünscht wird.

Die Gruppengespräche sollten von je einem Moderator und einem Fachmann/frau (eventuell Vertreter der Suchtberatungsstelle) geführt und begleitet werden.

Der Film bildet den Einstieg zur Diskussion. Es soll eigenes Trinkverhalten analysiert werden, über „normalen“ Umgang mit Alkohol diskutiert werden. Die Durchführung der Gesprächsrunde von Fachleuten bietet die Möglichkeit, Fragen zu stellen und fundierte Antworten zu erhalten. Bei Vorhandensein eines Problems im Umgang mit Alkohol knüpfen wir an diese zwanglose Diskussion gleichzeitig die Hoffnung, die Hemmschwelle zum Besuch einer solchen Beratungsstelle ab zu bauen.

Einen möglichen Einstieg in die Gesprächsrunde bildet der beiliegende Gesprächsleitfaden.

3. Praxisteil

Im Nachgang an die Gesprächsrunde ist es möglich, zwischen 4 Angeboten zu wählen, oder bei entsprechender personeller Untersetzung (mindestens 5 Personen) und räumlichen Voraussetzungen Kleingruppen zu bilden, um alle Angebote durch zu führen.

3a) „Rauschbrillen – Parcours“

Viele Nutzer der Brillen werden beim ersten Blick durch die Brille bezweifeln, dass diese einen realistischen Rauscheindruck verschaffen können. Was sie sehen, entspricht nicht den eigenen Erfahrungen bzw. der optischen Erinnerung eigenen Rauscherlebens. Zwar vermittelt die starke optische Wirkung der Rauschbrillen andere Bilder, als sie real wahrgenommen werden, aber das Gefühlserleben und die Reaktion auf den Körper sind doch mit der Realität sehr vergleichbar. Das Gefühl der Verunsicherung und der eingeschränkten Kontrolle über Körper und Körperfunktionen ist erlebbar und eine eindrucksvolle Selbsterfahrung.

Voraussetzung:

- Freifläche ca. 15m lang, ca. 7 m breit für Rauschbrillen – Parcours (kann auch im großen Raum durchgeführt werden)
- Sachpreis
- 2 Betreuer

Ablauf:

Es wird ein Hindernis – Parcours aufgebaut.

Dieser sollte folgende Elemente beinhalten:

- laufen auf einer geraden Strecke / Kreidestrich etwa 5 Meter
- greifen von Gegenständen und Ablage in Gefäß
- Zusammenstecken von Bausteinen
- Hindernislauf um Kegel
- Zielwurf / Einwurf eines Balles in einen Eimer aus ca. 2m Entfernung
- oder fangen von Bällen

Der Parcours wird aufgebaut und im 1. Durchgang mit entsprechender Zeitmessung und ohne Rauschbrille absolviert.

Ein 2., analoger Durchlauf erfolgt mit Rauschbrille und unter Messung der Zeit.

Ergebnis:

Die Beeinträchtigung hinsichtlich Reaktionsvermögen und Kontrollverlust über den eigenen Körper wird eine beeindruckende Selbsterfahrung sein. Auch Zuschauer werden den Eindruck haben, angetrunkene Personen zu sehen. Der bei der Demonstration entstehende Effekt der Komik ist durchaus erwünscht. Der ernste Hintergrund sollte jedoch durch vor- und nachgeschaltete Angebote nicht aus dem Blick verloren werden.

Der Sachpreis wird demjenigen in Aussicht gestellt, dem es gelingt den Parcours mit Brille genauso schnell oder schneller als ohne Brille zu absolvieren. Da es nicht möglich ist, mit Brille gleiche oder bessere Durchlaufzeiten zu erzielen, wird eine gewisse Frustration eintreten. Diese Reaktion ist erwünscht und soll den reinen Spaßfaktor der Aktion eindämmen. Daher sollte der Preis einen wirklichen Anreiz darstellen.

Hinweis:

Übungen mit den Rauschbrillen erfolgen freiwillig und auf eigene Gefahr. Bei geschwächtem oder schlechtem Gesundheitszustand, bei Psychoerkrankungen, Schwangerschaft oder Epilepsie sollen die Brillen nicht benutzt werden. Brillenträger sollten ihre Brillen nicht absetzen. Angetrunkene oder berauschte Personen dürfen wegen der Addition der beeinträchtigenden Effekte nicht an der Übung teilnehmen!!

3b) Quiz zu Alkohol

Das Quiz besteht aus 10 Fragen mit jeweils drei Antwortmöglichkeiten (A, B, C). Im Anschluss wird das Quiz gemeinsam ausgewertet. Dabei werden die einzelnen Antworten erklärt und mit Hintergrundwissen untermauert.

3c) Test zu eigenem Trinkverhalten

Hierzu nutzen wir zum einen die Broschüre „Alles Klar“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Die Broschüre ist für Erwachsene und ältere Jugendliche geeignet. Für jüngere Jugendliche finden Sie einen Selbsttest in den Anlagen.

Jeder macht den Test für sich allein. Die Testergebnisse werden nicht eingesammelt.

Der Test bietet die Möglichkeit sich mit dem eigenen Trinkverhalten auseinanderzusetzen und einzuschätzen.

3d) Schätzen des Blutalkoholspiegels und anschließende Berechnung

Die Schüler sollen aus einer Anzahl von alkoholischen Getränken (Bier, Wein, Schnaps) die Anzahl der Flaschen/ Gläser entnehmen, von der sie glauben nach dem Trinken einen Blutalkoholgehalt von 0,5 Promille zu haben.

Die Jugendlichen werden im Anschluss gewogen und der Blutalkoholgehalt der beim Trinken der entnommenen Getränke feststellbar wäre, wird gemeinsam berechnet.

4 . Evaluationsbogen

Abschließend werden alle Teilnehmer des Projektes gebeten ihre Eindrücke und gesammelten Erfahrungen auf einem Fragebogen festzuhalten. Diesen Bogen senden Sie bitte an uns zurück. Der Bogen ermöglicht uns das Projekt und seine Wirksamkeit zu reflektieren und bei Bedarf zu bearbeiten.

Wenn zeitlich und räumlich die Möglichkeit besteht kann zusätzlich noch eine mündliche Auswertung vorgenommen werden.

Materielle, personelle und räumliche Anforderungen:

Um das Projekt durchzuführen benötigen Sie:

- 2 Personen als Moderatoren im Rahmen der Gruppenarbeit (Gespräch zum Film) und für Praxisteile
- Beamer, DVD Player und Leinwand (kann gegen eine Gebühr in der Geschäftsstelle des Jugendring Plauen e.V. zur ausgeliehen werden)
- Test zum Trinkverhalten aus der Broschüre „Alles Klar“, kostenfrei über die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zu bestellen (www.bzga.de) Bestell- Nr.: 32010000
- Broschüren zum Thema für die Teilnehmer, ebenfalls über die BZgA zu beziehen
- Sachpreis für Praxisteil (Rauschbrillen – Parcours)
- Räumlichkeiten:
 - o 1 großer Raum für Filmvorführung und Praxisteil
 - o 2 kleine Räume für Fachgespräch zum Film im Rahmen von Gruppenarbeit
 - o ggf. Freifläche 15m lang, 7 m breit für Rauschbrillen – Parcours (kann auch im Großen Raum durchgeführt werden)

Wir stellen bereit:

- Beamer, DVD – Player und Leinwand (kostenpflichtig)
- DVD „Abgefüllt und Spaß dabei“
- Materialien Praxisteile:
 - o Rauschbrillen – Parcours
 - o Materialien Berechnung „Promillezahl“
 - o Quiz zu Alkohol
 - o Personenwaage

Zur Unterstützung des Projektes durch Experten stehen ihnen die Mitarbeiter der Suchtberatungs- und Behandlungsstelle gern zur Seite. Um eine terminliche Abstimmung gewährleisten zu können, ist es erforderlich, mindestens 8 Wochen vor Projektdurchführung mit ihnen Kontakt aufzunehmen.

Dauer ca. 3 Zeitstunden, zeitlich nach hinten offen.

Sollten wir mit dem Projekt Ihr Interesse geweckt haben, würden wir uns freuen, Sie mit unseren Materialien und unseren Erfahrungen unterstützen zu dürfen.

Kontakt: **Jugendring Plauen e.V.**
Frau Langheinrich
Anton – Kraus – Straße 31
08529 Plauen
Tel. (03741) 442107
E-Mail: ksb@jugendring-plauen-ev.de

Suchtberatungs- und Behandlungsstelle
Diakonisches Werk – Stadtmission Plauen e.V.
Marktstraße 15
08523 Plauen
Tel. (03741) 223489
E-Mail: sbb@diakonie-plauen.de