

Jungenspezifische Suchtprävention für 7.-10.Klassen

Informationsbroschüre
für Schulen, Lehrer und Eltern



Inhalt

1. Vom Jungen zum Mann... doch wie?.....	2
2. Der Workshop.....	3
4. Beratungsstellen, Infotelefone und Links.....	6
5. Literaturhinweise.....	9

Die Geschichte von Michael

Der 5-jährige Michael spielt auf dem Abenteuerspielplatz mit seinen Freunden und stolpert in seiner Unbedachtheit. Er schürft sich das rechte Knie auf und beginnt zu weinen. Sein Vater betrachtet das Geschehen aus näherer Entfernung. Erst als sich Michael nicht von alleine beruhigt geht er zu ihm und versucht ihn zu trösten. Mit der Aussage: „Ein Indianer kennt keinen Schmerz!“ stellt er ihn wieder auf die Beine, säubert ihm mit einem Taschentuch die Wunde, wischt ihm die Tränen aus dem Gesicht und klopf ihm zwei Mal auf die Schulter. Dann schickt er ihn wieder spielen, damit er sich vor seinen Freunden nicht blamiert. Die Mutter, die gerade mit Michaels kleinem Bruder schaukeln war, entdeckt Michaels aufgeschürftes Knie, nimmt ihn in den Arm und verarztet fürsorglich die Wunde.

Michael befindet sich in einer ambivalenten Situation. Der Vater sagt, dass ein Junge nicht weint und die Mutter fragt ihn nach seinen Gefühlen und seinem Wohlbefinden. Welche Auswirkungen hat dies auf Michaels Entwicklung? Wird er das traditionelle Männerbild des väterlichen Vorbilds übernehmen oder wird Michael lernen mit seinen Gefühlen und Bedürfnissen umzugehen und diese zu äußern?

Michael ist mittlerweile 14 Jahre alt und befindet sich mitten in der Pubertät. Viele seiner Freunde in der Schule haben

bereits Erfahrungen mit **Alkohol** gesammelt. Einige von ihnen hatten sogar schon ihre ersten Rauscherlebnisse. Auch Michael hat schon auf seiner Konfirmationsfeier erste Erfahrungen mit Alkohol gemacht. Heute ist er mit seinen Freunden unterwegs; sie wollen am Baggersee feiern. Gegen Mitternacht beginnen die Ersten mit Trinkspielen und fordern Michael auf mitzumachen. Doch er ist sich unsicher.

Wie gut kennt er bereits seine eigenen Grenzen? Besitzt Michael genug Risikokompetenz um sein Handeln und die eventuell daraus resultierenden Konsequenzen abzuwägen?

Michael ist 2 Jahre älter und mit 16 Jahren dem anderen Geschlecht sehr aufgeschlossen. Er hat heute eine Verabredung mit einem Mädchen, das er über das **Internet** kennengelernt hat. Michael ist täglich mehrere Stunden online. Seine Eltern sagen, er könne sich doch im realen Leben mit seinen Freunden treffen. Zudem sei er süchtig, sein Verhalten könne nicht gesund sein. Doch wie Michael sind auch die meisten seiner Freunde täglich im Internet. Können alle süchtig nach dem Medium Internet sein?

Michael geht, wie viele Jugendliche in seinem Alter regelmäßig ins Fitnessstudio, beziehungsweise in den Sportverein, um sich fit zu halten und seinen Körper zu stählen. Er nennt es „**Sport** machen“. Er ist der Meinung, dass er seine Verabredung heute Abend nicht ohne den entsprechenden Körperbau bekommen hätte. Zudem ist „Sport machen“ besser als Rauchen und Trinken. Michael trainiert so oft, dass seine Eltern ihm bereits das zusätzliche Joggen verboten haben. Deshalb trainiert er heimlich am Abend.

Hat Michael die sogenannte „Muskelsucht“? Dies ist eine **Essstörung** bei Jungen, die kaum bekannt ist. Essstörungen werden meist Mädchen zugeschrieben. Daher gibt es kaum Aufklärungsarbeit über Essstörungen bei Jungen. Doch auch bei Jungen und Männern gibt es über die Muskelsucht hinaus Essstörungen, wie Anorexie oder Bulimie.

Michael hat durch intensives Training im Verein, beziehungsweise Fitnessstudio und den übermäßigen Konsum des Mediums Internet nur noch wenig Zeit für seine Familie. Ihm ist dies ganz recht. Sein Vater ist unter der Woche selten zu Hause und mit seiner Mutter versteht er sich nicht sonderlich gut. Wenn die Eltern am Wochenende etwas mit ihm unternehmen wollen, zieht er sich in sein Zimmer zurück. Aufgrund der Alkoholsucht des Vaters streiten sie sich die meiste Zeit. Michael hat gelernt zu schweigen und hat sich selbst seinem besten Freund nicht anvertraut. Stattdessen reagiert er sich beim Fußball spielen an seinen Kameraden ab und ist schon häufiger vom Trainer des Platzes verwiesen worden. Auch in der Schule ist Michael schon durch seine „verhaltenskreative“ Art gegenüber den Lehrkräften und seinen Mitschülern aufgefallen.

Michael wünscht sich Aufmerksamkeit. Er fühlt sich von allen missverstanden. Er hat Probleme seine **Gefühle** äußern, er weiß nicht wie. Er versucht sie über den Sport und das Medium Internet zu kompensieren, beziehungsweise zu verdrängen. Diese **Bewältigungsstrategien** sind wenig erfolgreich. Ein paar seiner Freunde rauchen regelmäßig **Marihuana** und berichten viel über die angenehme Wirkung. Michael beschließt es auch zu versuchen. Vielleicht findet er auf diesem Wege etwas Ruhe...

Die Geschichte von Michael ist provokativ und überspitzt dargestellt. Sie soll verdeutlichen, dass es in der Entwicklung von Jungen viele Einflüsse auf der seelischen, körperlichen und sozialen Ebene gibt. Diese können wiederum eine Entwicklung und den Umgang mit einer Abhängigkeit, beziehungsweise den Konsum von Suchtmitteln fördern und bedingen.

Erleben - Konfrontieren - Reflektieren

juPP bedeutet **jungenspezifisches Präventionsprojekt** und steht für die Kombination aus traditioneller Wissensvermittlung von Risiken und Folgen des Drogenkonsums, erweitert um die Aspekte der Förderung von Risiko- und Lebenskompetenzen:

Jungen müssen etwas erleben!

juPP bietet ihnen die Möglichkeit, mittels erlebnispädagogischer Elemente und Spiele, in einem geschützten Rahmen ihr Risikoverhalten zu reflektieren. Es ist ein praxisnaher Workshop, bei dem die Jungen theoretisch (neu-) erlerntes Wissen direkt in die Praxis umzusetzen können.

... denn Suchtprävention besteht nicht nur aus Theorie, sondern besonders für Jungen auch aus Praxis.

Im Folgenden bieten wir eine detaillierte Übersicht über unser Konzept, die Grundlagen des Workshops und unsere Haltung gegenüber Abhängigkeiten, Drogen und deren Konsum:



Der Workshop

Das Setting

Die Zielgruppe sind Jungen der 7. bis 10. Klasse im Alter zwischen 12 und 17 Jahren. Die Gruppe umfasst in der Regel eine Klasse, also 10-15 Jungen.

Der Workshop findet sowohl in den Klassenräumen für den theoretischen Teil, als auch auf Rasen- oder Sportflächen auf dem Gelände der Schule und/oder in der Sporthalle für den praktischen Teil statt.

Die Dauer des Workshops beträgt in der Regel 2x6 Schulstunden an 2 Vormittagen.

In der Regel stellen die Mitarbeiter Informations- und Arbeitsmaterialien, beziehungsweise -papiere zur Verfügung. Materialien wie Flipcharts, Seile und Bälle können in Absprache mit der Schule organisiert werden.

Der geschützte Rahmen

Der Workshop findet in der Regel ohne Lehrkräfte statt, da die Anwesenheit z.B. des Klassenlehrers die offene Stimmung unter den Jugendlichen gefährden kann. Alternativ kann aber der Vertrauenslehrer an der Veranstaltung teilnehmen, wenn die Jungen eine Vertrauensbasis zum Lehrer haben oder die Gruppe die Größe von 15 Jungen übersteigt. Darüber hinaus werden zu Beginn des Workshops Vereinbarungen getroffen:

1. Jeder darf sich mitteilen, ohne gewertet zu werden
2. Ich höre zu, wenn ein anderer spricht
3. Ich falle dem Sprechenden nicht ins Wort
4. Alles was hier passiert, bleibt hier
5. Ich verzichte auf jegliche Art von Gewalt
6. Alle Aktionen und Gespräche beruhen auf Freiwilligkeit

Die Methoden

juPP kombiniert die Grundlagen einer reflektierten Jungenarbeit mit erlebnispädagogischen Elementen.

juPP vermittelt den Jungen die Einbindung weiblicher Eigenschaften in männliche Verhaltensweisen und erweitert ihre Handlungsspielräume und -möglichkeiten.

juPP bedeutet rollenerweiternde Jungenarbeit. Denn Jungen sollen sich nicht immer nur von Mädchen abgrenzen, sie sollen auch eigene Freiräume nutzen und erfahren dürfen.

Die Ziele

1. Förderung von Selbst-, Sozial- Sachkompetenzen,
2. Förderung von Risikokompetenzen und Selbstregulierungsfähigkeiten,
3. Förderung von gesundheitsorientiertem Denken und Handeln in Bezug auf Risikoverhalten,
4. Stärkung des Selbstwertgefühls und Selbstbewusstseins,
5. Stärkung der Selbstheilungsfähigkeiten,

6. Stärkung der Selbstakzeptanz in Bezug auf die eigenen Fähigkeiten, Eigenschaften und den eigenen Körper,
7. Vernetzung der Fachkräfte von Schulen und Beratungsstellen und der Eltern für eine nachhaltige Projektgestaltung im Sinne einer dauerhaft angelegten Prävention,
8. Einbeziehung der Eltern und Fachkräfte der Schulen für die weitere Ausgestaltung des Unterrichts und der Alltagssituation im Umgang mit Süchten und Suchtstoffen vor, nach oder während des Workshops,
9. Sicherung und Unterstützung bei der Hilfe zur Selbsthilfe für die Jungen, die Fachkräfte der Schule und die Eltern.

Unsere Haltung

Jeder Junge ist einzigartig und hat ganz eigene Bedürfnisse.

Wir wertschätzen jeden Jugendlichen in seiner Individualität, mit seinen sozialen Fähigkeiten und selbstheilenden Ressourcen.

Wir wertschätzen Konsumverhalten von Jugendlichen vor dem Hintergrund der Risikokompetenzförderung zur Erlangung eines eigenverantwortlichen Handelns im Umgang mit Abhängigkeiten und Suchtmitteln.

Wir werten den Konsum von Suchtmitteln und stoffungebundenen Problemverhalten nicht als medizinisches oder gesellschaftliches Problem, sondern als Lösungsstrategie für unterdrückte und nicht gelebte Bedürfnisse.

Nachhaltigkeit und Beratungsangebote

Uns ist wichtig Suchtprävention nachhaltig zu gestalten. Es gilt die Jugendlichen langfristig, beziehungsweise so lang wie möglich in ihrer Entwicklung zu unterstützen und sie auf ihrem Weg zumindest ein kleines Stück zu begleiten.

Unsere Erfahrung zeigt, dass sich oftmals vor oder nach dem Workshop Fragen ergeben... nur wem soll man diese stellen?

email: fragjupp@yahoo.de

www.myspace.com/fragjupp

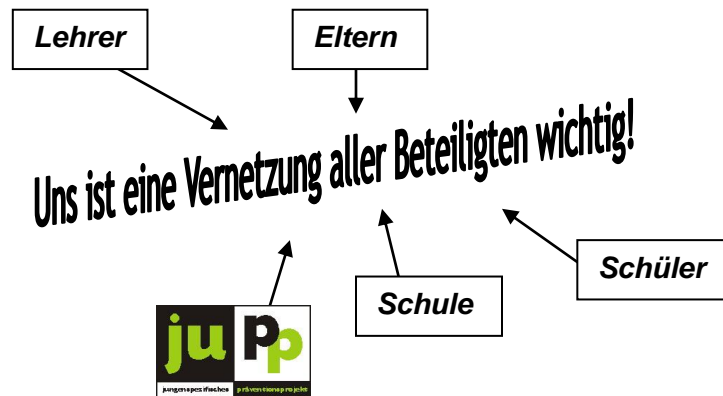


juPP bietet den Jungen dazu die Möglichkeit sich **online** beraten zu lassen. Die Beratungsstunden sind im Pauschalangebot des Workshops enthalten.

Sie können sich auf der **MySpace-Seite** aber auch nur über Drogen und Süchte informieren und finden darüber hinaus viele nützliche Links und interessante Videos.

Analog zur Beratung für die Jungen gibt es **auch für Lehrer und Eltern** die Möglichkeit eine Beratung in Anspruch zu nehmen. Denn unser Konzept beinhaltet auch die Einbeziehung von Lehrern und Eltern in die aktive Gestaltung einer nachhaltigen Suchtprävention.

So bieten wir bei Bedarf zusätzliche Veranstaltungen, wie zum Beispiel **Fortbildungen** für Lehrer oder die Teilnahme an **Elternabenden** an.



Die Themen

Das Angebot von **juPP** ist modular aufgebaut und kann je nach Wunsch der Jugendlichen variiert werden. Oftmals ergeben sich die Themen des Workshop auch im Laufe der Veranstaltung:

Das kleine Einmaleins der Sucht

Informationen zu Drogen und Süchten und Aufzeigen von Alternativen für gesundheitsfördernde Verhaltensweisen.

Sucht- und Risikoverhalten

Einschätzung der eigenen Fähigkeiten und Ressourcen in Bezug auf „männliches“ Gesundheitsverhalten.

Identität, Körperbild und Selbstwert

beinhaltet Themen wie Vorbilder, Selbstwertgefühl und die Auseinandersetzung mit der männlichen Rolle.

Gewaltfreie Kommunikation und Teamwork: „sozial und fair“

folgt dem Prinzip der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg und beinhaltet Themen, wie z.B. Konfliktfähigkeit und Selbstbehauptung.

Gefühls-, Genuss- und Erlebensfähigkeit

Gefühlszustände kennenlernen, benennen können und lernen diese zu akzeptieren.



Heidelberg

VIVO e.V.

Beratungsstelle für Suchtkrankheiten und Essstörungen

Elsenzweg 9, 69123 Heidelberg

Tel. 06221/831287

beratung@vivo-hd.de

Blaues Kreuz Suchtberatung und Selbsthilfegruppe
Plöck 16-18, 69117 Heidelberg
Tel. 06221/149822

Ev. Stadtmission e.V.
Zeppelinstr. 32, 69121 Heidelberg
Tel. 06221/4769 - 0
psbhd@stadtmission-hd.de
lwww.stadtmission-hd.de

Ehrenamtliche Hilfe Heidelberg
www.hilfe-hd.de/gesund.htm

Psychosoziale Beratungsstelle
Theaterstr. 9, 69117 Heidelberg
Tel. 06221/23433

Psychosoziale Beratung und Behandlung der AGJ Heidelberg
Bergheimer Str. 127 / 1, 69115 Heidelberg
Tel.: 06221 29051
psb-heidelberg@agj.freiburg.de

Karlsruhe

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Karlsruhe Stadt e.V.
KID-Hilfe für drogenabhängige, Eltern und ihre Kinder
Kronenstraße 15, 76133 Karlsruhe
Tel.: 0721 35007-147
www.awo-karlsruhe.de

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Karlsruhe Stadt e.V.
Anlauf- und Kontaktstelle für DrogengebraucherInnen
Kriegsstr. 76, 76133 Karlsruhe
Tel.: 0721 375635
getin@awo-karlsruhe.de

Badischer Landesverband für Prävention und Rehabilitation (blv) e.V.
Karlstr. 61, 76133 Karlsruhe
Tel.: 0721 352398-10
fs-karlsruhe@blv-suchthilfe.de
www.blv-suchthilfe.de

Diakonisches Werk Karlsruhe e.V.
Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle
Stephanienstr. 98, 76133 Karlsruhe
Tel.: 0721 167-292
huber@dw-karlsruhe.de
www.diakonisches-Werk-Karlsruhe.de

Stadt Karlsruhe Jugend- und Drogenberatung
Kaiserstr. 64, 76133 Karlsruhe
Tel.: 0721 133-5391 / Fax.: 0721 133-5489
drogenhilfe@karlsruhe.de

Bundesweit

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)
Postfach 1369, 59003 Hamm
Tel.: 02381 9015-0
info@dhs.de
www.dhs.de

BZgA-Infotelefon zur Suchtvorbeugung

Telefon: 0221 892031

(Kostenpflichtig. Preis für Gespräche in das Kölner Ortsnetz)

BZgA-Telefonberatung zur Raucherentwöhnung

Telefon: 01805 313131

(Kostenpflichtig. Preis 14 Cent pro Min. aus dem deutschen Festnetz)



Links

juPP Homepage:

www.myspace.com/fragjupp

Aktion von Jugendlichen für Jugendliche zum Thema Alkohol:

www.bist-du-staerker-als-alkohol.de

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

www.bzga.de

Aktion Jugendschutz Bayern:

www.bayern.jugendschutz.de

Aktion Jugendschutz Baden Württemberg:

www.ajs-bw.de

Informationen speziell zu Cannabis:

www.cannobis.de

Gewaltfrei kommunizieren:

www.gewaltfrei.de

Informationen zu Essstörungen:

www.bzga-essstoerungen.de

Allgemeine Informationen zu Drogen:

www.drugcom.de

Nichtrauchen:

www.rauch-frei.info



Literaturhinweise

Vogel, G. „...Immer gut drauf?“ - Ideenbuch zur jungenspezifischen Suchtprävention, Aktion Jugendschutz Bayern
ISBN 3-9805157-4-5

Böhnisch, L. „Männliche Sozialisation. Eine Einführung“
ISBN 3-7799-1372-0

Schnack, D. „Kleine Helden in Not. Jungen auf der Suche nach Männlichkeit“
ISBN 3-4996-0906-1

Sielert, U. „Praxishandbuch für die Jungenarbeit (2)“
ISBN 3-7799-0261-3

Sturzenhecker, B. „Praxis der Jungenarbeit (Praxishilfen für die Jugendarbeit)“
ISBN 3-7799-0971-5

Tilke, B. & Wurz, A. „Eltern stark machen“

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

BZgA, „Alkohol. Materialien für die Suchtprävention in den Klassen 5 - 10“

BZgA, „Rauchen. Materialien für die Suchtprävention in den Klassen 5 - 10“

BZgA, „Arzneimittel. Materialien für die Suchtprävention in den Klassen 5 - 10“

Die Unterrichtsmaterialien der BZgA sind unter www.bzga.de als PDF oder in Papierform zu beziehen

Kontakt:

Sven Mangei
Tel.: 0721 - 565 42 69
email: fragjupp@yahoo.de

© **juPP** - jungenspezifisches Präventionsprojekt 2008