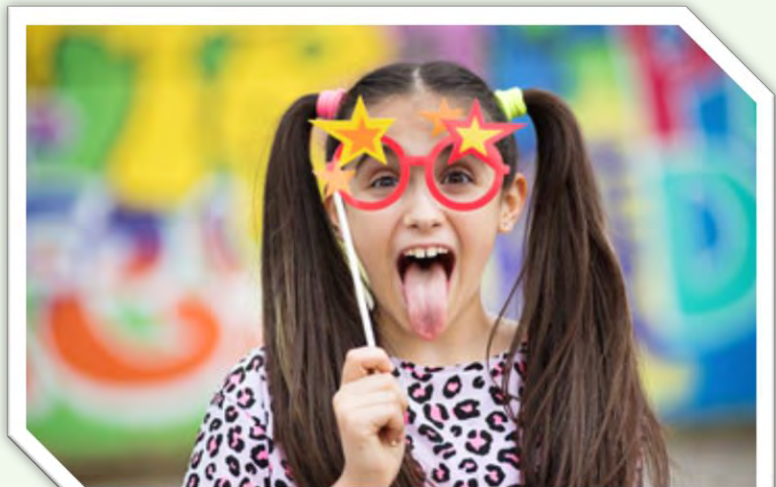


SUCHTPRÄVENTION STELLT SICH DIE FRAGE, WIE
GESUNDHEIT ENTSTEHT UND SETZT DIESE
FRAGESTELLUNG IN ZIELGRUPPENSPEZIFISCHEN
ANGEBOTEN UM.



FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe für den Rheingau-Taunus-Kreis
Aarstr. 44, 65232 Taunusstein-Bleidenstadt,
Tel.: 06128/3031
www.jj-ev.de

Inhaltsverzeichnis

Eltern und Familie:

Elternseminare	3
Elternabende für Schulen.....	4
Elternabende für Schulen und Vereine	5

Schule: 6

Angebote für Grundschulen.....	7-8
Angebote für Förderschulen	9-10
Weiterführende Schulen.....	12
Alle Schulformen.....	13-21

Angebote für Multiplikatoren:

Fortbildungen.....	22-26
Spezielle Angebote für Lehrkräfte und Kollegien.....	25

Öffentliche Angebote:..... 26-29

ELTERN UND FAMILIE

Mehr Freude und weniger Stress in der Familie

ELTERNSEMINARE für alle, die an der Erziehung von Kindern und Jugendlichen beteiligt sind.

3

Umsetzung:

Die Elternseminare werden in Kooperation mit unterschiedlichen Einrichtungen im Rheingau-Taunus-Kreis je nach Anfrage und Bedarf durchgeführt oder öffentlich ausgeschrieben.

Es finden jeweils drei bis sechs Abende zu verschiedenen Themengebieten für Erziehende mit Kindern im Kindergartenalter, im Grundschulalter oder mit Jugendlichen in der Pubertät statt.



Wir möchten Eltern in ihrer Erziehungskompetenz stärken und gleichzeitig den Blick darauf lenken, was unsere Kinder so besonders macht.

ELTERNABENDE FÜR SCHULEN:

Werden Kapitäne seltener abhängig?

Das besprechen wir auf unseren Elternabenden zu der Fragestellung „Wie können Sie Ihr Kind vor Abhängigkeit schützen?“.

Eine Antwort darauf ist: Je besser ausgebildet die Person am Steuer ihres eigenen Schiffes ist, desto besser wird sie auch die hohen Wellen in ihrem Leben meistern. Was das mit Suchtprävention zu tun hat und wie Eltern ihre Kinder zu guten Seefahrer*innen machen können, darum geht es in unseren Elternabenden.

4

Die Elternabende:

Die Fachstelle für Suchtprävention hilft bei der Gestaltung und Umsetzung bzw. bietet mit pädagogisch arbeitenden Institutionen und Vereinen zusammen, themenspezifische und projektbezogene Elternabende an. Mögliche Inhalte könnten z. B. die Themengebiete Förderung von Lebenskompetenzen, Resilienzförderung, Medien, Pubertät, ... aber auch substanzspezifische Themen (Alkohol, Cannabis oder andere Drogen) sein.

Die Elternabende können auch in digitaler Form stattfinden.

Umsetzung

Die Elternabende werden je nach Anfrage und Bedarf individuell konzipiert und durchgeführt.

Darüber hinaus stellt die Fachstelle Infomaterialien zur Verfügung.

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK

ELTERNABENDE FÜR SCHULEN UND VEREINE

HaLT-Elternabende

(Hart am Limit - kommunale Alkoholpräventionsstrategie)

Schutz von Kindern und Jugendlichen vor riskantem und die Gesundheit gefährdendem Alkoholkonsum

5

Um dieses Ziel zu erreichen, wenden wir uns direkt an Jugendliche und ihre Eltern, aber auch an Erwachsene, die in Kontakt mit Jugendlichen stehen (z. B. Lehrkräfte, Trainerinnen und Trainer, ...). In diesem Rahmen führen wir Elternabende zum Thema Pubertät und Alkoholkonsum durch, da die Adoleszenz oftmals der Lebensabschnitt ist, in dem Jugendliche erste Erfahrungen mit Alkohol machen. Eltern fühlen sich in dieser Situation häufig hilflos und überfordert und wissen nicht genau, wie sie reagieren sollen. Hier setzt der Elternabend an, gibt Informationen rund um die Pubertät und stellt Materialien zum Thema Alkohol zur Verfügung.

Umsetzung

Die Elternabende werden je nach Anfrage und Bedarf individuell konzipiert und durchgeführt.

Info: Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe für den RTK und im Internet unter dem **Link:** <https://www.jj-ev.de/projekte> oder <https://www.hls-online.org/arbeitsbereiche/suchtpraevention/projekte/halt-in-hessen/>

WAS IST EIGENTLICH EIN BRÜLLEIMER?



Das ist ein Mülleimer, in den man all seine Wut reinbrüllen kann: Eben ein Brülleimer.

6

Denn Kinder sollten früh lernen, dass ihre Gefühle erlaubt sind und wie sie damit umgehen können. Das hilft ihnen, mit schwierigen Lebenssituationen klar zu kommen und zur Entlastung nicht zu einem Suchtmittel greifen zu müssen.

Das gilt natürlich auch für die Trauer, die Angst, die Langeweile, aber auch für die schönen Gefühle wie den Stolz oder die Entspannung. In vielen unserer Projekte in den Grundschulen geht es darum, spielerisch die Lebenskompetenzen der Kinder zu fördern. Dazu gehören auch: Die Kommunikations- und Konfliktfähigkeit, die Ernährungsgewohnheiten, Bewegungsfreude, ein gutes Körpergefühl, Selbstbewusstsein, Frustrationstoleranz, Verantwortung übernehmen u. v. m.

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter dem **Link:** www.jj-ev.de/angebote/praevention

UNSERE ANGEBOTE FÜR GRUNDSCHULEN:

Projekte zur Förderung von Lebenskompetenzen:

EIGENSTÄNDIG WERDEN FÜR DIE KLASSEN 1-4

Das evaluierte Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltprävention sowie Persönlichkeitsentwicklung ist für die Jahrgangsstufen 1 - 4 an Grundschulen entwickelt worden.

7

Zielgruppen:

Zweitägige Fortbildung für Lehrerkollegien der Grundschulen, die ganz- oder halbtägig angeboten werden können.

Ziele/Inhalte:

Die Unterrichtseinheiten des Programms beschäftigen sich mit den Themen:

- Selbstwahrnehmung,
- Umgang mit eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer,
- Kommunikation,
- Umgang mit Stress und Emotionen sowie konstruktives Konflikt- und Problemlösen.

Materialien:

Ordner mit Unterrichtseinheiten, Handbuch für Lehrkräfte, Arbeitshilfen, Musik-CD

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter dem **Link:** www.eigenstaendig-werden.de



KLASSE KLASSE

Das evaluierte Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltprävention sowie Persönlichkeitsentwicklung ist für die Jahrgangsstufen 1 - 4 an Grundschulen entwickelt worden.

Das Unterrichtsprogramm wurde als Präventionsspiel entwickelt. Lehrkraft und Schulkinder können gemeinsam täglich an einem Spielbrett Einheiten zu verschiedensten Themen spielen.

8

Zielgruppen:

Zweitägige Fortbildung für Lehrerkollegien der Grundschulen, die ganz- oder halbtägig angeboten werden können.

Ziele/Inhalte:

Die Unterrichtseinheiten des Programms beschäftigen sich mit den Themen:

- Lebenskompetenzförderung
- Sucht- und Gewaltprävention
- Bewegungsförderung
- Ernährungsbildung

Materialien:

Spielbrett, Spielstein, Lehrerhandbuch mit Lehrerarbeitsheften, Spielkartenbox, Aufsteller, Video-Tutorials

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK
im Internet: <https://www.kiksup.de/klasse-klasse/>

FÖRDERSCHULEN:

PeP – Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltprävention

PeP ist ein Unterrichtsprogramm für Kinder und Jugendliche der Klassenstufen 3-9 mit einem besonderen Förderbedarf, z. B. in Hauptschulen und Förderschulen. Das Programm wurde speziell für diese Zielgruppe vom Nordverbund suchtpräventiver Fachstellen und dem IFT-Nord als Modul des Projektes „Anschub.de“ der Bertelsmann-Stiftung entwickelt. Die Ausrichtung liegt sowohl im Bereich der Förderung der allgemeinen Lebenskompetenzen als auch im Bereich der Gruppenentwicklung und der Sucht- und Gewaltprävention.

9

Zielgruppen:

Ein bis zweitägige Fortbildung für Lehrerkollegien der Förderschulen, die ganz- oder halbtägig angeboten werden können.

Ziele/Inhalte:

Die Unterrichtseinheiten des Programms beschäftigen sich mit den Themen:

- Selbstwahrnehmung und Empathie
- Kommunikation
- Umgang mit Stress und Emotionen
- Konflikt- und Problemlösen
- Sucht- und Gewaltprävention

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK

Im Internet: www.hls-online.org/arbeitsbereiche/suchtpraevention/projekte/pep/

WORKSHOPANGEBOT

zum Thema „Sucht“ für Förderschulen

mit den Schwerpunkten geistige Behinderung oder Lernbehinderung. Weitere Zielgruppen sind Menschen in Einrichtungen der Eingliederungshilfe (wie ambulante oder stationäre Wohneinrichtungen) und Werkstätten für behinderte Menschen.

Das Konzept wurde zusammen mit den Fachstellen Suchtprävention Wiesbaden, Main-Taunus-Kreis und dem Modellstandort der Aktion Beratung in Wiesbaden entwickelt.

10

Ziele/Inhalte:

- Vorstellung von Suchtmitteln und süchtigen Verhaltensweisen mit Hilfe des Films „Nuggets“
- Mögliche Entstehung einer Sucht/Abhängigkeit
- Merkmale einer Suchterkrankung
- Schutzfaktoren
- Informationen zu Hilfsangeboten vor Ort

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter www.aktionberatung.de

Wer schiebt Kinder durch ein Spinnennetz?

Die Kinder tun es selbst...



Foto: Pixabay

weil sie auf dem Schulhof eine erlebnispädagogische Übung machen zur Stärkung der Klassengemeinschaft. Hier müssen sich die Kinder gegenseitig durch ein riesiges Seilgewirr heben ohne dieses zu berühren. Geschult wird dabei die Teamarbeit und auch das Durchhaltevermögen.

Erlebnispädagogik ist eine der Methoden, mit der in Schule suchtpreventiv gearbeitet wird. Ziel ist es, durch ganzheitliches Lernen die Lebenskompetenzen der Kinder und Jugendlichen zu stärken. Bei starken Persönlichkeiten sinkt das Risiko, eine Abhängigkeit zu entwickeln oder gewalttätig zu werden.



Weiterführende Schulen:

Eigenständig werden für die Klassen 5-6

Das evaluierte Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltprävention sowie Persönlichkeitsentwicklung ist für die Jahrgangsstufen 1-4 an Grundschulen entwickelt worden. Das Programm basiert auf dem von der WHO empfohlenen Erziehungsansatz, Lebenskompetenzen zu fördern.

12

Zielgruppen:

Zweitägige Fortbildung für Lehrerkollegien der Grundschulen, die ganz- oder halbtägig angeboten werden können.

Ziele/Inhalte:

Die Unterrichtseinheiten des Programms beschäftigen sich mit den Themen:

- Selbstwahrnehmung,
- Umgang mit eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer,
- Kommunikation,
- Umgang mit Stress und Emotionen sowie konstruktives Konflikt- und Problemlösen.

Materialien:

Ordner mit Unterrichtseinheiten, Handbuch für Lehrkräfte, Arbeitshilfen, Musik-CD

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter www.eigenstaendig-werden.de

ANGEBOTE FÜR ALLE SCHULFORMEN:

ALKOHOLPARCOURS für die Klassen 7 – 10

Der Alkoholparcours ist ein primär- und sekundärpräventives Mitmachangebot für Klassen der Jahrgangsstufen 7 - 9.

Mittels des Parcours wird auf niedrigschwelliger Ebene jugendspezifisch über die Wirkung und das Suchtpotenzial der legalen Droge Alkohol informiert, ohne jedoch belehrend wirken zu wollen.

Der Parcours bietet eine feedback-orientierte Kommunikation und damit die Möglichkeit, alltagsnah und überzeugend auf Zielgruppen einzugehen. Das Angebot findet bei Jugendlichen eine positive Resonanz, da es ihrem Bedürfnis entspricht, sich auf unterhaltsame und aktive Weise mit Themen auseinander zu setzen. Durch die interaktive Struktur sollen Jugendliche motiviert werden, die Risiken von Alkoholkonsum realistischer einzuschätzen und verantwortungsbewusst zu handeln.

Der Parcours der Fachstelle ist in fünf unterschiedliche Stationen aufgeteilt, die flexibel einsetzbar- und untereinander austauschbar sind.

Die Teilnehmenden werden in Kleingruppen (mit ca. fünf bis zehn Personen) aufgeteilt und absolvieren die Stationen. Ein Durchlauf dauert zwischen 90 und 140 Minuten.

Zielgruppen: Schülerinnen und Schüler aller Schulformen der Jahrgangsstufen 7 - 9

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK

Klarsicht Parcours (KofferverSION)

Der KlarSicht-Koffer zur Tabak- und Alkoholprävention wurde von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt und evaluiert. Der KlarSicht-Koffer besteht aus verschiedenen Mitmach-Stationen, an denen sich die Teilnehmenden auf einfache und interaktive Art über Risiken von Nikotin und Alkohol informieren können.

Neben der altersangemessenen und verständlichen Vermittlung von Informationen soll die Reflexion des eigenen (Konsum-) Verhaltens angeregt, ein eigenständiger und verantwortungsvoller Umgang mit legalen Suchtmitteln gefördert sowie die Schutzfaktoren der Jugendlichen gestärkt werden.

Umsetzung

Mit Hilfe des KlarSicht-Koffers (in der Fachstelle ausleihbar) können Lehr- und Fachkräfte der Schulsozialarbeit den Workshop, nach einer Schulung durch die Fachstelle, eigenständig durchführen.

Zielgruppen:

Klassen aller Schulformen der Jahrgangsstufen 8 – 10

Ziele/Inhalte:

Sensibilisierung für Risiken, Reflexion des eigenen Verhaltens und Förderung von Risikokompetenz sowie Sachinformation zu Alkohol und Nikotin

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und/oder dem **Link:** www.klarsicht.bzga.de

Tom&Lisa

Klassenworkshop für Jugendliche zum Thema Alkohol

Tom und Lisa feiern ihren Geburtstag – dieser rote Faden zieht sich durch den vierstündigen Klassenworkshop zur Alkoholprävention für siebte und achte Klassen aller Schulformen. In einem interaktiven Planspiel sind die Jugendlichen als Geburtstagsgäste beteiligt und lernen, wie ein verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol aussieht und wie in Gefahrensituationen richtig reagiert werden kann.

15

Umsetzung

Mit Hilfe des Tom&Lisa-Koffers (in der Fachstelle für Suchtprävention ausleihbar) können Lehrkräfte und Fachkräfte der Schulsozialarbeit den Workshop nach einer Schulung durch die Fachstelle in Schulen eigenständig durchführen.

Zielgruppe:

Schülerinnen und Schüler aller Schulformen der Jahrgangsstufen 8 - 10

Ziele/Inhalte:

- Erwerb von Risikokompetenz im Umgang mit Alkohol
- Informationen über Wirkung und Risiken von Alkohol
- Jugendschutz
- Promillegrenzen
- Konsumverhalten

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter www.villa-schoepflin.de/tom-lisa.htm

ALKOHOLPARCOURS FÜR FAHR- ANFÄNGERINNEN UND FAHRANFÄNGER

„Voll normal oder Volle Pulle daneben?“

Ein Mitmachparcours

16

Der Alkoholparcours ist ein primär- und sekundärpräventives Mitmachangebot für jugendliche Fahranfänger.

Mittels des Parcours sollen junge Menschen im Alter zwischen 17 und 21 Jahren über die Wirkung und das Suchtpotenzial der legalen Droge Alkohol und deren mögliche rechtliche Folgen bei missbräuchlichem Konsum, insbesondere im Straßenverkehr informiert werden, ohne jedoch belehrend wirken zu wollen.

Die einzelnen Stationen arbeiten interaktiv und mit feedback-orientierter Kommunikation.

Die Teilnehmenden werden in Kleingruppen (mit ca. fünf bis zehn Personen) aufgeteilt und absolvieren die Stationen. Ein Durchlauf dauert zwischen 90 und 140 Minuten.

Zielgruppe:

Schülerinnen und Schüler aller Schulformen der Klassen 10 – 13



Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK

WORKSHOP CANNABIS

Der Workshop vermittelt auf sachlicher, neutraler Ebene Informationen über Cannabis und die möglichen Folgen des Konsums.



17

Angebot:

Interaktiver Workshop: die Schülerinnen und Schüler sollen miteinander ins Gespräch kommen, die Risiken des Cannabiskonsums erkennen und mögliches Vorwissen erweitern.

Zielgruppe:

Schülerinnen und Schüler aller Schulformen der Jahrgangsstufen 8 – 12

Ziele/Inhalte:

Sensibilisierung, Reflexion des eigenen Verhaltens und Förderung von Risikokompetenz sowie Sachinformation zu:

- Wirkungen und Risiken von Cannabis
- Konsumverhalten
- Gesetzliche Grundlagen
- Cannabis und Führerschein

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK

NET-PILOTEN

Das Projekt ist eine bundesweite Initiative der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und verfolgt einen innovativen Ansatz, der zur Prävention von exzessivem Computerspiel- und Internetgebrauch bei Jugendlichen eingesetzt werden soll. Es zeichnet sich durch einen besonders effektiven Peer-Ansatz aus, bei dem Jugendliche von Gleichaltrigen lernen.

18

Zielgruppen:

14- bis 18-jährige Schülerinnen und Schüler aller Schul-formen werden in einer 20-stündigen Ausbildung durch die Fachstelle Suchtprävention zu „Net-Piloten“ geschult.

Ziel ist es, mittels Peer-Education Informationen rund um Computer- und Internetnutzung sowie deren Risiken und Wirkungen an jüngere Mitschülerinnen und Mitschüler weiter zu geben und somit den verantwortungsvollen Um-gang näher zu bringen. Familien können aktiv an diesem Prozess, beispielsweise durch themenspezifische Eltern-abende, beteiligt werden.

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter www.ins-netz-gehen.info

BLAU IM BAUCH

Das Projekt Blau im Bauch (Medienpaket) wurde von Wigwam Zero in Kooperation mit der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin entwickelt. Es soll zu einer Sensibilisierung und Prävention der **Fetalen Alkohol-spektrums-Störungen** (FASD) führen, da Alkoholkonsum während der Schwangerschaft das ungeborene Kind nachhaltig und irreparabel schädigen kann. Während der Schwangerschaft gibt es keinen risikoarmen Alkoholgenuss. Im Workshop soll Jugendlichen frühzeitig bewusst gemacht werden, auf Alkohol in diesem Lebensabschnitt ganz zu verzichten.

Zielgruppen: Schülerinnen und Schüler aller Schulformen zwischen 14 – 21 Jahren, möglichst vor der ersten Schwangerschaft

Ziele/Inhalte:

- Sensibilisierung und Prävention der Fetalen Alkoholspektrums-Störungen (FASD)
- Informationen über Konsumverhalten
- Informationen über Teenagerschwangerschaften und die Fetale Alkoholspektrums-Störung (FASD)
- Reflektion des eigenen Konsumverhaltens

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und/oder im Internet unter:
www.wigwamzero.de/materialien/medienpaket-blau-im-bauch/

WORKSHOPS UND UNTERRICHTSEINHEITEN ZU SUCHTRELEVANTEN THEMENGEBIETEN:

Die Unterrichtseinheiten für Schulklassen werden je nach Absprache mit der Fachstelle Suchtprävention individuell konzipiert und durchgeführt

20

SPEZIELLE ANGEBOTE FÜR SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER

Die Fachstelle Prävention hilft in Absprache mit der zuständigen Lehrkraft bzw. dem Kollegium, individuell zugeschnittene Informationsveranstaltungen, Workshops und/oder Projektstage zu konzipieren und zu organisieren. Auf Wunsch beteiligen sich Mitarbeitende an den Angeboten oder führen sie selbst durch. Die Dauer der Veranstaltungen hängt vom Thema und dem individuellen Bedarf ab (sinnvoll ab zwei Unterrichtsstunden).

Darüber hinausgehend bietet die Fachstelle auch Projekte und Workshops zu Entspannungsverfahren, Yoga, Selbstverteidigung und Kampfsport an.

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK



STAND STRONG

ein Budo-Pädagogisches Projekt zur Stärkung der Sozialkompetenzen

Kampfkunst bietet eine ideale Grundlage zur Förderung und Stärkung der allgemeinen Lebenskompetenzen bei Kindern und Jugendlichen.

21

Karate-do arbeitet stets gewaltfrei und defensiv. Es führt Menschen in die Welt der Kampfkunst ein, jedoch stets mit dem Blick auf Gewaltlosigkeit. Das Projekt soll zu mehr Bewegung anregen, Mut machen Neues auszuprobieren und neue Erfahrungen zu machen, jedoch stets die eigenen Grenzen im Blick behalten und trotzdem ab und zu über diese hinaus zu wachsen. Karate-do schult seine Kinder und Jugendliche in Selbstdisziplin, Eigen- und Fremdwahrnehmung, Körperbeherrschung, Beweglichkeit, Harmonie, Kraft und Konzentration. Aus der Beherrschung kann tiefes Vertrauen in sich selbst und andere entwachsen.

Ziele:

- Sozialkompetentes Verhalten in der Gruppe erlernen, z. B. Kooperation und Verantwortung
- Ausgleich von Bewegungsmängeln
- Steigerung der Leistungsfähigkeit
- Verbesserung der Körperwahrnehmung
- Verantwortung für das eigene Handeln

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter <http://www.jka-karateschule.de/index.php/bad-schwalbach.html>

Angebote für Multiplikatoren

KIND s/SUCHT FAMILIE

Studien belegen, dass deutschlandweit ca. 2,65 Millionen Kinder und Jugendliche mit mindestens einem alkoholkranken Elternteil leben. Hinzu kommen Kinder aus Familien die Kontakt zu- und Abhängigkeiten von anderen Suchtmitteln haben. Diese Kinder sind stark gefährdet, selbst süchtig zu werden oder Ängste, Depressionen und andere psychische Störungen auszubilden. Konkret heißt dies, dass in Deutschland ca. jedes siebte Kind von einer elterlichen Suchterkrankung betroffen ist.

22

Zielgruppe: alle Teams, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten

Ziele/Inhalte:

- Einführung in die Problematik
- Basiswissen „Sucht“
- Elternverantwortung und Suchterkrankung
- Auswirkungen elterlicher Suchterkrankung auf die Kinder
- Einschätzung möglicher Kindeswohlgefährdung
- die Rolle der Fachkraft im suchtbelasteten System
- Information zur rechtlichen Situation

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter www.hls-online.org/arbeitsbereiche/suchthilfe/themenfelder/kindersuchtkranker-eltern/



MOTIVIERENDE KURZINTERVENTION BEI KONSUMIERENDEN JUGENDLICHEN

23

Move ist ein evaluiertes Frühinterventionskonzept, das die Veränderungsbereitschaft von jungen Menschen in Bezug auf (riskanten) Suchtmittelkonsum fördert und unterstützt. Das vermittelte Beratungskonzept orientiert sich an den Prinzipien des Motivational Interviewing (MI) und des Transtheoretischen Modells der Verhaltensänderung (TTM). Anhand konkreter Gesprächssituationen werden die Interventionen und Strategien vorgestellt und praxisnah trainiert.

Inhalte:

- Hintergrundwissen zur Sucht und eigene Haltung der/der/des Beratenden
- Rechtliche Grundlagen
- Einführung in das „Transtheoretische Modell“ nach Prochaska & DiClemente
- Einführung in das „Motivational Interviewing“ nach Miller & Rollnick

Zielgruppen:

Lehrerinnen und Lehrer, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter sowie andere pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter <https://www.ginko-stiftung.de/move/default.aspx>

EINFÜHRUNG IN DAS SELBSTMANAGEMENT MIT DEM ZÜRICHER RESSOURCEN MODELL (ZRM)

„Machen Sie doch was Sie wollen!“

Das Züricher Ressourcenmodell (ZRM) ist ein psychoedukatives Selbstmanagement-Training, welches von Maja Storch und Frank Krause für die Universität Zürich entwickelt wurde. Integriert wurden Erkenntnisse der Psychoanalyse und Motivationspsychologie basierend auf neurowissenschaftlichen Erkenntnissen zum menschlichen Lernen und Handeln.

24

Inhalte:

Eine Einführung in das ZRM
Ausgewählte Übungen



Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter <https://www.majastorch.de/>

SPEZIELLE ANGBOTE FÜR LEHRKRÄFTE ODER KOLLEGIEN

Individuell angepasste Fortbildungen und pädagogische Tage zu den Themen der Suchtprävention gehören zum Angebot der Fachstelle Suchtprävention. Dies beinhaltet z. B. Sachinformation zur Suchtprävention, Vorstellung von Methoden, die im Unterricht eingesetzt werden können, sowie Sensibilisierung für die Thematik – auch im Zusammenhang mit der schulischen Organisationskultur.

Die Dauer der Veranstaltungen richtet sich nach Thema und Absprache.

- Fortbildungen zu suchtspezifischen Themen
- z. B. Risflecting®, eine Einführung in die Rausch- und Risikopädagogik
- Fortbildungen zu pädagogischen Themen, z. B. Gestaltung von schulischen Elternabenden, aktueller Stand der Resilienzforschung, ...
- Fortbildung zum Thema Haltungen
- Fortbildung / Unterstützung schulisches Präventionskonzept



GEWALT-SEHEN-HELFEN

ein Projekt zur Förderung der Zivilcourage

Das Programm „**Gewalt-Sehen-Helfen**“ will Menschen dafür sensibilisieren Gewalt im öffentlichen Raum frühzeitig zu erkennen und konkrete Tipps bzw. Informationen zum richtigen und gefahrlosen Helferverhalten geben. Dabei zeigt "Gewalt-Sehen-Helfen" auf, dass jeder, unabhängig von körperlichen Voraussetzungen, Hilfe leisten kann.

26

Im Workshop werden Handlungsmöglichkeiten erprobt, mit denen - immer unter Berücksichtigung der eigenen, persönlichen Fähigkeiten und an die konkrete Situation angepasst - Hilfe geleistet werden kann, **ohne sich selbst zu gefährden**.

Zielgruppe: alle

Zeitraumen: 4:00 Stunden

Das Projekt wird in Kooperation mit Frau Hertling (Polizeipräsidium Westhessen) durchgeführt.

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK oder im Internet unter <https://netzwerk-gegen-gewalt.hessen.de/programme/gewalt-sehen-helfen/gewalt-sehen-helfen>

DIE ALKOHLFREIE COCKTAILBAR

ein Baustein der strukturellen Alkoholprävention



27

Die mobile alkoholfreie Cocktailbar kann an Veranstaltungen und öffentlichen Festen im regionalen Bereich eingesetzt werden, an denen Jugendliche und junge Erwachsene als Besucherinnen und Besucher erwartet werden.

An der Bar werden frisch gemixte alkoholfreie Cocktails als attraktive Alternative zu alkoholhaltigen Getränken angeboten.

Parallel hierzu soll der Raum aber auch als niedrigschwelliges Kontaktangebot regionaler Institutionen sowie des Zentrums für Jugend- und Suchthilfe für den Rheingau Taunus Kreis und der Fachstelle für Suchtprävention dienen.

Durch den Einsatz der mobilen alkoholfreien Cocktailbar soll in der breiten Bevölkerung ein Bewusstsein für die Alkoholprävention vor Ort geschaffen und vermittelt werden, dass Festivitäten nicht zwangsläufig mit dem Konsum von Alkohol verbunden sein müssen und dass es hierzu leckere Alternativen gibt.

WEITERE ÖFFENTLICHE ANGEBOTE:

- Individuelle Präventionsberatung
- Hilfe bei der Erstellung und Umsetzung eines individuellen Präventionskonzeptes
- Gesundheitsförderung in Betrieben
- Teilnahme an öffentlichen Veranstaltungen mit verschiedenen Angeboten

28



„Mehr Zeit für Familie –

die besten Dinge des Lebens sind nicht käuflich!“

Eine interaktive Rätselrally für die ganze Familie, Bad Schwalbach 2017

ACHTSAMKEITSBASIERENDE UND KÖRPERORIENTIERTE ANGEBOTE:

29



- Workshops und Kurse zur Entspannung
- Stressbewältigung
- Progressive Muskelentspannung (PME)
- Yoga
- Karate und Selbstverteidigung
- Arbeit mit Klangschalen

Info: Fachstelle Suchtprävention für den RTK

FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

im

Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe für den
Rheingau-Taunus-Kreis

Aarstr. 44, 65232 Taunusstein-Bleidenstadt,

Tel.: 06128/3031

www.jj-ev.de

30

Unsere Zielgruppen:

