

# PRÄVENTIONS- KATALOG

## **Jugendberatung Saalfeld,**

Brudergasse 18, Saalfeld

Tel. 03671 45589-125,

Mail: [jugendberatung.slf-ru@diakonie-wl.de](mailto:jugendberatung.slf-ru@diakonie-wl.de)

## **Psychosoziale Suchtberatungsstelle Saalfeld / Rudolstadt**

Brudergasse 18, Saalfeld

Tel.: 03671 - 455 89 111

Mail: [suchtberatung-saalfeld@diakonie-wl.de](mailto:suchtberatung-saalfeld@diakonie-wl.de)

*Inhaltsverzeichnis*

**1. Suchtprävention ..... 2**

**2. Suchtvorbeugung für Kinder und Jugendliche..... 3**

**2.1 Angebote für Jugendliche 10 – 12 Jahre ..... 3**

**2.2 Angebote für Kinder und Jugendliche im Alter von 13 - 15 ..... 5**

**2.3 Angebote für Jugendliche ab 15..... 7**

**3. Veranstaltungen für Jugendliche in betrieblichen und überbetrieblichen  
Ausbildungen ..... 9**

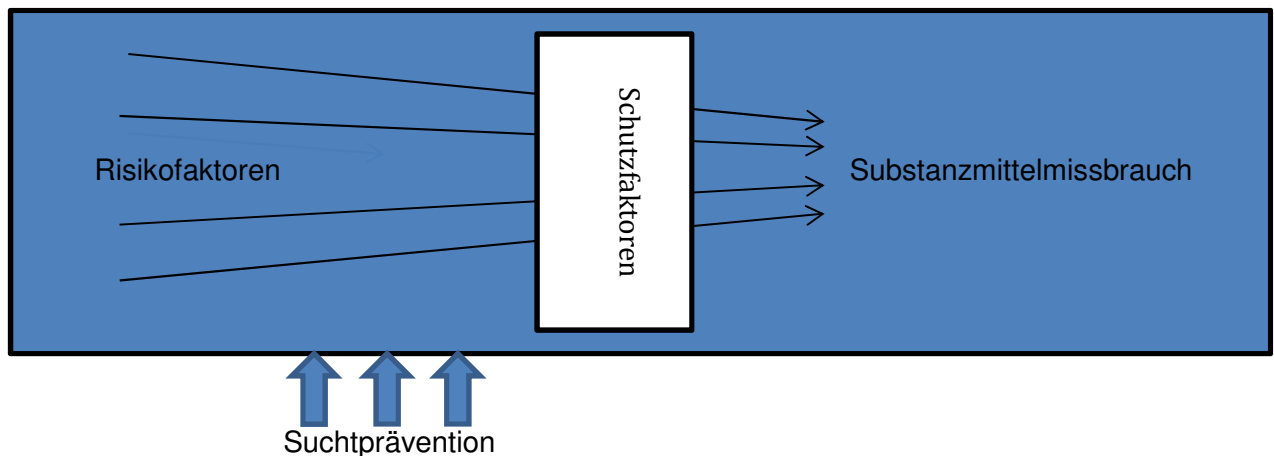
**4. Angebote für Jugendgruppen.....10**

**5. Veranstaltungen für Einrichtungen der Erwachsenenbildung.....11**

**6. Angebote für Eltern .....12**

# 1. SUCHTPRÄVENTION

Sucht in ihren vielfältigsten Formen ist ein weit verbreitetes Phänomen unserer modernen Gesellschaft. Es betrifft jedes Alter und jede gesellschaftliche Schicht. In einem hohen Maße sind Jugendliche betroffen, die in dieser Lebensphase Halt und Orientierung suchen. Suchtprävention heute liegt neben der Aufklärung in einer problemorientierten Beratung und aktiven Förderung von Rahmenbedingungen für eine suchtfreie Lebensgestaltung von Jugendlichen. Deshalb müssen Jugendliche die Möglichkeiten erhalten, Selbstbestätigung zu erfahren, Selbstkontrolle zu erlernen und Problemlösungskompetenz zu erwerben. In der suchtpreventiven Arbeit geht es vor allem darum, Kinder und Jugendliche gegenüber Suchtkrankheiten widerstandsfähig zu machen. Mit den verschiedensten Methoden gilt es, schützende Faktoren suchtspezifisch bei Kindern und Jugendlichen zu stärken. In der Fachsprache werden die Faktoren zusammengefasst als Lebenskompetenzen verstanden.



Der vorliegende Präventionskatalog der Diakoniestiftung Weimar Bad Lobenstein gGmbH stellt verschiedene Angebote zur Suchtvorbeugung vor, die durch die Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtkranke, Suchtgefährdete und Angehörige in Kooperation mit der Jugendberatung durchgeführt werden können.

Er richtet sich an Schule, Jugendarbeit, Betriebe und Einrichtungen der Erwachsenenbildung.

Die verschiedenen Module sind nach Altersgruppen und Themen zusammengestellt. Alle Module sind methodisch so entwickelt worden, dass sie neben Informationen zu den verschiedenen Suchtmitteln auch Methoden zur Stärkung protektiver Faktoren, Förderung der allgemeinen Lebenskompetenz und individueller Bewältigungsstrategien enthalten. Weiterhin bieten wir Informationsveranstaltungen für Eltern, Lehrer, Erzieher und andere Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen an.

Unsere Angebote sind speziell für die unterschiedlichen Altersgruppen zusammengestellt worden und werden kontinuierlich ergänzt und aufgebaut.

## **2. SUCHTVORBEUGUNG FÜR KINDER UND JUGENDLICHE**

### **2.1 ANGEBOTE FÜR JUGENDLICHE 10 – 12 JAHRE**

Die folgenden suchtpreventiven Angebote sind für Jugendliche der Klassenstufe 5 und 6 ausgerichtet (geringe altersspezifische Unterschiede). Kinder und Jugendliche im Alter von 10 – 12 Jahren haben hier schon erste Berührungspunkte mit dem Thema Sucht. Die angebotenen Module können unabhängig voneinander und flexibel eingesetzt werden, d.h. sie müssen nicht in einer bestimmten Reihenfolge oder Zeitspanne erfolgen. Zu empfehlen ist der Einsatz von mindestens 3 Modulen.

#### Modulübergreifende Themen und Ziele:

- Auseinandersetzung mit den Begriffen Sucht und Abhängigkeit
- Auseinandersetzung mit eigenen Gewohnheiten
- Stärkung der Selbstwahrnehmung
- Erkennen und Äußern eigener Bedürfnisse und Gefühle
- Stärken der Selbst- und Gruppenkompetenz
- Reflexion eigener Bewältigungsstrategien

#### Modulübergreifende Methoden

- Kooperationsübungen
- Interaktionsübungen
- Reflexionsübungen
- Filmmaterial
- Vorträge

#### Dauer und Umfang

- themenbezogenen Module zu mindesten 2 bis max. 6 Unterrichtseinheiten
- nach Bedarf individuell nutzbar

#### Zielgruppe

- Kinder und Jugendliche ab 10. Lebensjahr

## Übersicht der Module für Kinder und Jugendliche ab 10. Lebensjahr

Modul 1 Was macht das Leben lebenswert?

Modul 2 Ich kann was!

Modul 3 Alle zusammen!

Modul 4 Wie fühlst du dich?...

Modul 5 Was ist Sucht?

## 2.2 ANGEBOTE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE IM ALTER VON 13 - 15

Die folgenden suchtpreventiven Angebote richten sich an Kinder und Jugendliche der Altersgruppe 13 – 15 (geringe altersspezifische Unterschiede). Kinder und Jugendliche können sich in diesem Alter bereits in der Probierphase befinden und eventuell schon Erfahrungen mit einigen Substanzen gemacht haben. Folgende Module sind deshalb um einige Substanzen erweitert.

Die angebotenen Module sind können unabhängig voneinander und flexibel eingesetzt werden, d.h. sie müssen nicht in einer bestimmten Reihenfolge oder Zeitspanne erfolgen. Zu empfehlen ist der Einsatz von mindestens 3 Modulen.

### Modulübergreifende Themen und Ziele:

- Informationsvermittlung zu verschiedenen Substanzen (Alkohol, Nikotin, Cannabis, illegale Drogen, Medien, Essstörungen)
- Auseinandersetzung mit dem Suchtbegriff
- Auseinandersetzung mit eigenen Gewohnheiten
- Stärkung der Selbstwahrnehmung
- Erkennen und Äußern eigener Bedürfnisse
- Stärken der Selbst- und Gruppenkompetenz
- Reflexion eigener Bewältigungsstrategien

### Modulübergreifende Methoden

- Kooperationsübungen
- Interaktionsübungen
- Reflexionsübungen
- Filmmaterial
- Vorträge

### Dauer und Umfang

- themenbezogen Module zu mindesten 2 bis max. 6 Unterrichtseinheiten
- nach Bedarf individuell nutzbar

### Zielgruppe

- Kinder und Jugendliche ab 13. Lebensjahr

## Übersicht der Module für Jugendliche im Alter zwischen 13 – 15 Jahren

Modul 1 Was macht das Leben lebenswert?

Modul 2 Ich kann was!

Modul 3 Alle zusammen!

Modul 4 Wenn...,dann...

Modul 5 Was ist Sucht?

Modul 6 Na dann, Prost !

Modul 7 Alles nur Rauch

Modul 8 Kiffen

Modul 9 Größer, schneller, weiter

Modul 10 Zockst du noch oder lebst du schon?

## 2.3 ANGEBOTE FÜR JUGENDLICHE AB 16

Die folgenden suchtpreventiven Angebote richten sich an Jugendliche ab 16 Jahre. In diesem Alter haben Jugendliche schon Erfahrungen mit unterschiedlichen Substanzen gemacht oder im Freundes- oder Bekanntenkreis sind legale und illegale Suchtmittel Thema. Folgende Module enthalten Informationen zu aktuellen Suchtmitteln. Die in den angebotenen Modulen enthaltenen Methoden zielen auf eine kritische Auseinandersetzung beim Gebrauch von Suchtmitteln. In der Suchtprevention geht es vor allem darum, Jugendlichen andere Bewältigungsmöglichkeiten in schwierigen Lebenssituationen zu vermitteln. Deshalb können die angebotenen Module unabhängig voneinander und flexibel eingesetzt werden, d.h. sie müssen nicht in einer bestimmten Reihenfolge oder Zeitspanne erfolgen. Zu empfehlen ist der Einsatz von mindestens 3 Modulen.

### Modulübergreifende Themen und Ziele:

- Informationsvermittlung zu verschiedenen Substanzen (Alkohol, Nikotin, Cannabis, illegale Drogen, Medien, Essstörungen)
- Auseinandersetzung mit dem Suchtbegriff
- Auseinandersetzung mit eigenen Gewohnheiten
- Stärkung der Selbstwahrnehmung
- Erkennen und Äußern eigener Bedürfnisse
- Stärken der Selbst- und Gruppenkompetenz
- Reflexion eigener Bewältigungsstrategien

### Modulübergreifende Methoden

- Interaktionsübungen
- Reflexionsübungen
- Filmmaterial
- Vorträge

### Dauer und Umfang

- themenbezogenen Module zu mindesten 2 bis max. 6 Unterrichtseinheiten
- nach Bedarf individuell nutzbar

### Zielgruppe

- Kinder und Jugendliche ab 16. Lebensjahr



## Übersicht der Module für Jugendliche ab dem 16. Lebensjahr

Modul 1 – Was macht das Leben lebenswert?

Modul 2 – Ich kann was!

Modul 3 – Wenn..., dann...

Modul 4 – Was ist Sucht?

Modul 5 – Na dann Prost!

Modul 6 – Alles nur Rauch.

Modul 7 - Kiffen

Modul 8 – Höher, schneller, weiter

Modul 9 – Zockst du noch oder lebst du schon?

### 3. VERANSTALTUNGEN FÜR JUGENDLICHE IN BETRIEBLICHEN UND ÜBERBETRIEBLICHEN AUSBILDUNGEN

Angebote für diese Zielgruppe beinhalten Informationsvermittlung und Aufklärung zum Thema Sucht und den verschiedenen legalen und illegalen Drogen und dienen der Stärkung der Sachkompetenz. Neben diesen Angeboten können zusätzlich Module zur Stärkung der Sozial- und Selbstkompetenzen gebucht werden.

#### Modulübergreifende Themen und Ziele

- Information und Aufklärung zu verschiedenen Substanzen
- Auseinandersetzung mit dem Suchtbegriff
- Reflexion der eigenen Gewohnheiten und des Konsumverhaltens
- Stärkung der Selbstwahrnehmung, Selbstkompetenz
- Reflexion der eigenen Bewältigungsstrategien in Bezug auf Konflikte und Probleme
- Information zu Beratungs- und Hilfsangeboten

#### Modulübergreifende Methoden

- Interaktionsübungen
- Vorträge

#### **Übersicht der Module für Jugendliche in betrieblicher und überbetrieblicher Ausbildung**

Modul 1 Was ist Sucht?

Modul 2 Alkohol

Modul 3 Nikotin

Modul 3 Cannabis

Modul 4 Synthetische Drogen

Modul 5 Ich bin meine Zukunft

Modul 6 Wenn..., dann... für Profis

## 4. ANGEBOTE FÜR JUGENDGRUPPEN

Die Angebote für diese Zielgruppe sind sehr niedrigschwellig und sollen vor allem Spaß machen. Gruppenabenteuer sollen die Sinne schärfen und das Miteinander fördern. Zur Vertiefung zum Thema Sucht und Suchtmittel dienen die Module 1 - 4 zur Information und Aufklärung. Für Jugendgruppen können nach Bedarf auch Module entsprechend der Altersgruppe gebucht werden.

### Modulübergreifende Themen und Ziele

- Stärkung der Sinne
- Information und Aufklärung zu verschiedenen Substanzen
- Auseinandersetzung mit dem Suchtbegriff
- Reflexion der eigenen Gewohnheiten und des Konsumverhaltens
- Stärkung der Selbstwahrnehmung, Selbstkompetenz
- Reflexion der eigenen Bewältigungsstrategien in Bezug auf Konflikte und Probleme
- Information zu Beratungs- und Hilfsangeboten

### Modulübergreifende Methoden

- Interaktionsübungen
- Kooperationsübungen
- Rollenspiele
- Vorträge

### Übersicht der Module für Jugendgruppen

Gruppenabenteuer: Grabmal des Grauens

Modul 1 Alkohol

Modul 2 Nikotin

Modul 3 Cannabis

Modul 4 Synthetische Drogen

## 5. VERANSTALTUNGEN FÜR EINRICHTUNGEN DER ERWACHSENENBILDUNG

Angebote für Einrichtungen der Erwachsenenbildung beinhalten verschiedene Module zum Thema Sucht und den verschiedenen legalen und illegalen Drogen. Inhalt der Angebote sind Informationen und Aufklärung zu Sucht, Suchtentstehung und Suchtursachen. Je nach Bedarf können auch Module zur Stärkung der Lebenskompetenzen dazu gebucht werden.

### Modulübergreifende Themen und Ziele

- Information und Aufklärung zu verschiedenen Substanzen
- Auseinandersetzung mit dem Suchtbegriff
- Reflexion der eigenen Gewohnheiten und des Konsumverhaltens
- Stärkung der Selbstwahrnehmung, Selbstkompetenz
- Reflexion der eigenen Bewältigungsstrategien in Bezug auf Konflikte und Probleme
- Information zu Beratungs- und Hilfsangeboten

Modul 1 Was ist Sucht?

Modul 2 Alkohol

Modul 3 Nikotin

Modul 4 Cannabis

Modul 5 Synthetische Drogen

## 6. ANGEBOTE FÜR ELTERN

Besonders das Jugendalter stellt für Eltern und deren Kinder eine Herausforderung dar. Jugendliche haben in dieser Altersphase zahlreiche Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Eine wesentliche Rolle spielt dabei die Identitätsfindung, die sich auch im Experimentieren und Ausprobieren äußert. In diese Entwicklungsstufe ein gewisses Risikoverhalten von Jugendlichen, somit auch das Probieren von Rauschmitteln.

Dieser Elternabend soll einen Überblick über die Entwicklungsaufgaben in der Jugendphase geben und Eltern für diese schwierige Lebensphase ihrer Kinder sensibilisieren. Die Eltern erhalten einen Einblick in mögliche Handlungsalternativen, die diese Phase positiv beeinflussen können.

Darüber hinaus werden theoretische Informationen über Sucht und deren Entstehung vermittelt und der Bezug zur Experimentierphase im Jugendalter hergestellt.

### Ziele:

- Vermittlung von Informationen zu Sucht und ihre Stoffe
- Sensibilisierung der Eltern für die Entwicklungsaufgaben ihrer Kinder
- Erweiterung der elterlichen Kompetenz
- Überblick über mögliche Hilfs- und Unterstützungsangebote

### Überblick über Module für Eltern

Modul 1 Lebensphase Jugend

Modul 2 Drogenkonsum im Jugendalter

Modul 3 Was ist Sucht?

Modul 4 Alkohol

Modul 5 Nikotin

Modul 6 Cannabis

Modul 7 Synthetische Drogen