



Die Unterrichtsreihe

Check it!

**ein Konzept zur schulischen
Suchtprävention für 8. Jahrgänge**



Suchthilfe Aachen



Impressum

Veranstalter und Koordination:

Suchthilfe Aachen
Fachstelle für Suchtprävention

Ansprechpartner:

Yvonne Michel, Gudrun Jelich

Hermannstr. 14

52062 Aachen

Tel.: 0241/41356128

www.suchthilfe-aachen.de

<http://blog.suchthilfe-aachen.de>

Copyright:

ginko – Stiftung für Prävention

Fachstelle für Suchtprävention

Kaiserstraße 90

45468 Mülheim an der Ruhr

Norbert Kathagen, Tel. 0208/30069-44

Anneke Ratering, Tel. 0208/30069-45

Stand:

März 2014

Inhaltsverzeichnis

1. Vorbemerkung - Sucht hat immer eine Geschichte	4-6
2. Themen	7-12
2.1 Rauchen, saufen, kiffen, ...wo liegt das Problem? Eine Bestandsaufnahme des Konsumverhaltens	
2.2 Genuss, Lust, Image oder Dröhnung ... was soll's? Funktion und persönliche Bedeutung der Suchtmittel	
2.3 Klarkommen... wie geht das? Aufarbeitung von problematischen Alltagssituationen	
2.4 Saufen, kiffen, einwerfen... wo sind die Grenzen? Über den Sinn von Normen und Werten	
2.5 Folgen der Sucht Auswirkungen auf Freunden, Familie, Arbeit und Freizeit	
2.6 Elternabend - Sucht und Suchtvorbeugung	
2.7 Auswertung	
2.8 Wahlbaustein	
3. Organisatorisches	13-16
3.1 Hinweise zur Umsetzung	
3.2 Organisatorischer Ablauf	
3.3 Zeitplan	
4. Anhang	17-40

1. Vorbemerkung - Sucht hat immer eine Geschichte

Sucht entsteht nicht “auf einmal” oder “von heute auf morgen”. Suchtentstehung ist ein langer Prozess, bei dem individuelle, gesellschaftliche und suchtmittelspezifische Faktoren zusammenwirken.

Suchtvorbeugung ist ein ebenso langfristiger Prozess, der versucht, an diesen vielen unterschiedlichen Faktoren anzusetzen.

Nach dem aktuellen Wissensstand der Präventionsforschung (z.B. IFT-Studie, BzGA) ist Suchtvorbeugung u.a. wirksam, wenn:

- eine langfristige Ausrichtung,
- eine zielgruppenspezifische Arbeit,
- eine Förderung von Lebenskompetenzen,
- eine Verknüpfung von Lebenswelten sowie
- eine Vernetzung und Koordination von suchtvorbeugenden Angeboten gewährleistet werden.

In der Schule sind kurzfristige Aktionen oder ausschließliche Wissensvermittlung im günstigen Fall nicht effektiv, zumeist haben sie sich aber sogar als schädlich erwiesen. Durch das Vermitteln eines bewussten Umgangs mit den eigenen Bedürfnissen, Möglichkeiten und Kompetenzen kann dagegen einer Suchtentstehung auf der Ebene des Individuums vorgebeugt werden.

Check it! regt die Auseinandersetzung mit dem Thema Sucht auf der kognitiven, wie auf der emotionalen Ebene an. Es richtet sich hauptsächlich an Schüler ab dem 8. Jahrgang. Dabei bestärkt die Notwendigkeit einer frühzeitigen und kontinuierlichen Intervention die wichtige Rolle der Schule als Ort suchtvorbeugender Maßnahmen: Suchtvorbeugung in der Schule zeigt positive Effekte.

Check it! – Suchtvorbeugung in der Schule

Aus diesen Gründen bietet die Fachstelle für Suchtprävention der Suchthilfe Aachen das Konzept **Check it!** als Veranstaltungsreihe an.

Check it! wurde von den Kollegen der Fachstelle für Suchtvorbeugung in Mülheim an der Ruhr entwickelt und wird seit mehreren Jahren in vielen Kreisen und Städten NRW erfolgreich eingesetzt.

Das Konzept ...

- ⇒ ist ein kontinuierlicher Beitrag zur Vernetzung von Suchtvorbeugungsaktivitäten in der Stadt Aachen
- ⇒ senkt institutionelle Hemmschwellen
- ⇒ ist für alle Schulformen sinnvoll
- ⇒ ist flexibel auf die jeweiligen schulischen Bedingungen abzustimmen
- ⇒ orientiert sich am Erfahrungshorizont der Jugendlichen
- ⇒ bietet Möglichkeiten zur Reflexion eigenen Verhaltens
- ⇒ fördert die Entwicklung so genannter Schutzfaktoren
- ⇒ ist sowohl informativ als auch emotional anregend
- ⇒ kann und soll durch Unterrichtseinheiten unterstützt und ergänzt werden

Zur Umsetzung dieses vielseitigen und umfassenden Konzeptes bietet es sich an, mit verschiedenen schulischen und außerschulischen Kooperationspartnern zusammen zu arbeiten.

Neben den jeweiligen Schulklassen gehören in Aachen derzeit folgende Einrichtungen und Personen zu den Kooperationspartnern und Akteuren:

- Fachstelle für Suchtprävention der Suchthilfe Aachen
- Klassenlehrer, Fachlehrer und Beratungslehrer für Suchtvorbeugung und Gesundheitserziehung der teilnehmenden Schulen
- Jugend- und Drogenberatungsstelle der Suchthilfe Aachen
- Polizei Aachen, KK 44 - Kriminalprävention/Opferschutz
- Selbsthilfegruppe Anonyme Alkoholiker

Check it! – Suchtvorbeugung in der Schule

- Selbsthilfegruppe Kreuzbund
- Suchtberatung der Suchthilfe Aachen – Fachbereich Essstörungen

Die Organisation und die Koordination werden weitestgehend von der Fachstelle für Suchtprävention übernommen. Eine fachliche Begleitung für die beteiligten schulischen und außerschulischen Kooperationspartner wird gewährleistet.

Das vom ginko – Stiftung für Prävention in Mühlheim entwickelte und nun auch in Aachen umgesetzte Konzept sorgt für eine alltags- und praxisnahe Ausgestaltung des Themas. Dieses Konzept besteht aus sieben Pflichtbausteinen. Es bietet aber interessierten und engagierten Schulen einen Rahmen für vielfältige weitere Ergänzungsmöglichkeiten, z.B. im Fachunterricht, Projektarbeit, Wettbewerbe etc.

Anmerkung:

Zur besseren Lesbarkeit wird in diesem Konzept von Personen (z.B. Schüler, Lehrer) lediglich in der männlichen Form gesprochen. Alle Bezeichnungen beziehen sich jedoch gleichermaßen auf das weibliche Geschlecht.

2. Themen

Die Unterrichtsreihe **Check it!** beinhaltet sieben Pflichtbausteine, zu der sich jede Klasse verpflichtet. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, weitere Wahlbausteine zu bearbeiten.

Check it! ist so aufgebaut, dass sowohl die Schule Inhalte übernehmen muss, als auch Experten von außen. Hierzu finden Exkursionen der Schüler statt oder die entsprechenden Fachpersonen besuchen die Klasse in ihrer Schule. Die Reihenfolge der Bausteine sollte möglichst eingehalten werden, da sie aufeinander aufbauen.

2.1 Rauchen, saufen, kiffen ... wo liegt das Problem?

Eine Bestandsaufnahme des Konsumverhaltens der Jugendlichen

Dieser etwas provokante Titel der ersten Einheit möchte zur beispielhaften Bestandsaufnahme der Problematik und des Erfahrungshorizontes im Umgang mit Suchtmitteln in der jeweiligen Schulklasse anregen. Ziel ist es, die tatsächlichen Erfahrungen der Jugendlichen offen zu legen, ohne den Anspruch auf überprüfbare Genauigkeit zu haben. Der Umgang mit Sucht- und Rauschmitteln innerhalb der eigenen Erlebniswelten steht im Vordergrund, nicht Erlebnisse aus zweiter Hand, wie Fernsehen und Zeitschriften. Die Erhöhung der Sensibilität für das eigene Konsumverhalten - speziell von legalen Drogen - soll angeregt werden. Hiermit wird für die Übertragbarkeit des Themas in den Alltag der Jugendlichen Sorge getragen. Gleichzeitig können wir damit die Gefahr eingrenzen, Neugierde auf nicht zum Erfahrungshorizont der Jugendlichen gehörende Rauschmittel zu wecken. Im Regelfall handelt es sich dabei um illegale, harte Drogen, die eine besondere Faszination auf viele Jugendliche ausüben.

Tipps zur Umsetzung:

Dies kann unter anderem durch die Erstellung eines „anonymen Konsumprofils“ der Klasse geschehen.¹

¹ s. Anhang, Methode „Konsumprofil“

Check it! – Suchtvorbeugung in der Schule

Dazu wird eine Tabelle gefertigt (Vorlage siehe Anhang), in der alltägliche legale und illegale Suchtstoffe sowie stoffungebundene Süchte (z.B. Fernsehen, Handy, Computer) aufgeführt sind. Die Erstellung allein kann schon zur Diskussionen führen, beispielsweise darüber, ob Kaffee wirklich ein Suchtstoff ist und Fernsehen süchtig machen kann. Anschließend markieren die Schüler - anonym - wie oft sie diese Stoffe konsumiert haben.

Bei der Auswertung geben sie ein Statement ab, ob das Profil realistisch ist (Gruppendruck,...), was das Ergebnis über die Gruppe aussagt etc. Die Diskussion um Gruppendruck und Tabu-Themen bezogen auf die jeweilige Klasse steht im Vordergrund. Der geäußerte Konsum ist Ausgangspunkt und Anhaltspunkt für den tatsächlichen Erfahrungshintergrund der Jugendlichen.

Sollte noch Zeit bleiben, kann als nächstes das „Einstellungsspiel“² durchgeführt werden. Hier geht es um eine erste Einschätzung, was überhaupt Sucht ist und wo diese anfängt. Dazu bekommen die Schüler verschiedene Statements, die sie auf einer Skala zwischen den Polen „Sucht“ und „keine Sucht“ einsortieren. Nicht jeder wird der gleichen Meinung sein, sodass eine Diskussion über die Definition von Sucht und der eigenen Haltung beginnt – und auch gewünscht ist. Abschließend kann die Definition von „Sucht“ nach ICD-10 vorgestellt werden.

Die Durchführung dieses ersten Teilbereiches kann von den Klassen - oder Fachlehrern übernommen werden. Spezielles Wissen ist nicht zwangsläufig erforderlich, unabdingbar aber das Interesse an dem Diskussionsprozess in der Klasse.

Fachliche Unterstützung und evtl. weitere Bereitstellung von Materialien kann durch den Beratungslehrer für Suchtvorbeugung der eigenen Schule oder die Fachstelle für Suchtprävention gewährleistet werden.

² s. Anhang Methode „Einstellungsspiel“

2.2 Genuss, Lust, Image oder Dröhnung ... was soll's?

Funktion und persönliche Bedeutung der Suchtmittel

Im zweiten Baustein wird der Bezug zur eigenen Lebenssituation der Schüler hergestellt. Sie werden angeregt, intensiver über ihr eigenes Konsumverhalten nachzudenken und sich mit den Funktionen von Suchtmitteln in ihrem Alltag auseinander zu setzen. Die Reflexionsfähigkeit wird angeregt und eigene Verhaltensmuster näher beleuchtet, wodurch sich neue Entscheidungs- und Verhaltensmöglichkeiten bei Jugendlichen entwickeln können.

Tipp zur Umsetzung:

Hier eignet sich der Einsatz des „Suchtsacks“³. Dies ist ein Sack voller Symbole für verschiedene - stoffliche und stoffungebundene - Arten süchtigen Verhaltens.

Die Jugendlichen nehmen sich je ein Symbol und sagen, welche Funktion/Rolle es in ihrem Leben spielt, wo es ihnen im Alltag begegnet, was sie dabei empfinden etc.

Dieser Bereich kann entweder von dem Beratungslehrer, einem Schulsozialarbeiter oder Lehrer mit entsprechender Vorbildung (z.B. durch die Fortbildungen ALF oder MOVE) angeleitet werden. Je nach Bereitschaft der Gruppe und Fähigkeiten des Anleiters können sehr intensive Gespräche über das Konsumverhalten im Alltag und in der Familie initiiert werden. Sensibilität für die Ängste und Erfahrungen der Jugendlichen durch den Anleiter ist geboten.

Nebenbei können bei Bedarf auch Sachinformationen vermittelt und bitte Fragen für den Besuch der Experten gesammelt und notiert werden. Hierzu bietet es sich an, den Fragebogen⁴ gemeinsam mit den Schülern auszufüllen. Die Fragen der Klasse werden im Anschluss an die Koordinatorin von check it! bei der Suchthilfe Aachen geschickt.

³ s. Anhang, Methode „Suchtsack“

2.3 Klarkommen... wie geht das?

Umgang mit problematischen Alltagssituationen

Die Klasse erhält in der Schule Besuch von einem Experten aus der Jugend- und Drogenberatungsstelle. Die Jugendlichen lernen dabei persönlich Berater und Institution kennen, sodass die Hemmschwelle beim Aufsuchen von Beratungsstellen in eigenen Konfliktsituationen gesenkt wird. Die Mitarbeiter stellen sich und die Angebote der Suchthilfe Aachen vor. Es wird deutlich, was Sucht ist, wie diese entstehen kann und welche Hilfen in Anspruch genommen werden können. Darüber hinaus können offene Sachfragen geklärt werden, die sich aus den bisherigen Einheiten ergeben haben und von den entsprechenden Lehrern mit der Klasse erarbeitet wurden.

2.4 Saufen, kiffen, einwerfen - Wo sind die Grenzen?

Über den Sinn von Normen und Werten

Unter diesem Motto soll den Jugendlichen unter anderem die Grenzen durch gesetzliche Bestimmungen aufgezeigt sowie der Sinn von Regeln etc. vermittelt werden. Der Unterrichtsbesuch durch einen Vertreter der Polizei Aachen, KK 44 - Kriminalprävention/Opferschutz wird hierzu beitragen. Die Diskussion um Werte und Normen soll den Jugendlichen bei der Suche nach eigenen Standpunkten helfen und ihnen Orientierung vermitteln.

Die Erlebnishöhe für Jugendliche ist auch hierbei von Bedeutung, sodass jugendspezifische Interessen, wie z. B. Alkohol am Fahrradlenker, Auswirkungen des Betäubungsmittelgesetzes auf den Erwerb des Führerscheins etc. im Vordergrund stehen. Großes Interesse gibt es immer wieder im Bereich gesetzlicher Regelungen bei Cannabisprodukten in der Grenzregion. Auch hierbei sind weitere jugendspezifische Bezüge herzustellen, z.B. Jugendstrafrecht und Jugendgerichtshilfe.

Sinnvoll ist es, diese Einheit mit den Schülern vorzubereiten, um einen möglichst intensiven und interessenbezogenen Kontakt zum Polizeibeamten herzustellen.⁵

⁴ s. Anhang

2.5 Folgen der Sucht:

Auswirkungen auf Freunden, Familie, Arbeit und Freizeit

Diese Überschrift steht für die Beschäftigung mit Suchtentwicklung und die Auswirkungen auf den Alltag von Betroffenen.

Durch den Unterrichtsbesuch von Betroffenen können die Schüler die Suchtentstehung und die Veränderungen im Leben eines betroffenen Menschen „hautnah“ erfahren. Wie ist der Mensch in die Sucht gekommen, welche Auswirkungen hatte das auf Partner, Kinder, Familie, Beruf, Gesundheit und Freizeit? Wie war der Weg der Genesung?

Hilfreich ist es, diesen Besuch mit der Klasse vorzubereiten und gemeinsam Fragestellungen zu entwickeln.⁶ Die Einheit lebt weitestgehend von der Authentizität der Betroffenen bzw. Angehörigen, die mit Unterstützung der Lehrkräfte den Ablauf gestalten.

Hinweis: Die gesellschaftliche Bedeutung des Themas „Sucht“ legt auch die statistische Wahrscheinlichkeit nahe, dass in der Schulklasse persönliche Erfahrungen mit Suchtkranken auch in der Kernfamilie vorhanden sind. Kinder aus suchtbelasteten Familien haben ein 6-fach höheres Risiko eigener Suchterkrankung. Die evtl. auftretende erlebte Nähe zum Thema macht deshalb eine Nachlese mit der Klasse nötig. In dem Rahmen sollte auf das Projekt „Feuervogel – Hilfen für Kinder suchtkranker Eltern“ der Suchthilfe Aachen hingewiesen werden (www.feuvogel-aachen.de).

2.6 Elternabend - Sucht und Suchtvorbeugung

Zur Ergänzung der Unterrichtseinheiten und zur Verknüpfung der Lebenswelten zwischen Eltern und Kindern, wird im Laufe der Reihe ein Elternabend für die Eltern der teilnehmenden Klasse(n) von der Fachstelle für Suchtprävention angeboten. Gerade der Konsum legaler und illegaler Drogen der eigenen pubertierenden Kinder stellt Eltern vor schwierige Aufgaben und löst häufig Verunsicherung und Ängste aus. Die Inhalte dieses Elternabends werden rechtzeitig vereinbart und könnten sein: Definition und Entstehung von Sucht; gesellschaftliche Bedeutung legaler und illegaler Dro-

⁵ s. S. 20

gen; Gefährdungsmerkmale; Konsummuster unter Jugendlichen; Stoffkunde (Zigaretten und Shisha, Alkohol, Cannabis, PC- und Internet...); gesundheitliche Risiken des frühen Konsums; Schutz- und Risikofaktoren; Unterstützungsmöglichkeiten der Eltern; schulinterne und externe Hilfsmöglichkeiten...

2.7 Auswertung

Im Anschluss an diese Bausteine sollte der Klassen- oder Beratungslehrer der Schule das bisher gehörte und erlebte mit den Schülern besprechen und auswerten. Gibt es übrig gebliebene Fragen?

Gleichzeitig bitten wir zur Qualitätssicherung und –verbesserung alle beteiligten Schüler, die Unterrichtreihe mit einem Fragebogen⁷ nach dem schulischen Notensystem zu beurteilen sowie Wünsche und Verbesserungsmöglichkeiten mitzuteilen. Die Ergebnisse werden gegebenenfalls in das Konzept eingearbeitet, sodass dieses von der direkten Zielgruppe stetig weiterentwickelt wird.

2.8 Wahlbausteine

Je nach Interessenlage der Schüler und der verbleibenden Zeit für **Check it!** kann die Unterrichtsreihe mit einem weiteren Wahlbaustein ergänzt werden:

- Besuch durch Experten der Polizei Aachen – Kommissariat 44 Vorbeugung zum Thema „Gefahren im Internet“.
- Thema „Schönheitsideale und Essstörungen“ mit Besuch einer Expertin der Suchthilfe Aachen – Fachbereich Essstörungen.
- Thema „Cannabis“ mit Besuch einer Fachkraft der Suchthilfe Aachen und Einsatz des Cannabiskoffers.
- Thema „Alkohol“ mit Besuch einer Fachkraft der Suchthilfe Aachen und Einsatz ausgewählter Methoden aus dem euregionalen Alkoholparcours.

⁶ s. S. 20

2.9 Check it! goes Facebook

Für Jugendliche spielen Internet und Soziale Netzwerke wie Facebook, YouTube, WhatsApp und Co. eine große Rolle – bei der Kommunikation wie auch der Aneignung von Wissen und Meinungsbildung über Sucht und Drogen. Allerdings ist es nicht immer einfach, aus der Masse an Informationen seriöse Angebote und Inhalte herauszufiltern. Mit **Check it! goes Facebook** wollen wir diese Lücke schließen. Gleichzeitig binden wir die Seite als digitalen Bestandteil in unser Gesamtkonzept zur schulischen Suchtprävention ein. Inhaltlich gehen wir vor allem auf die meistgenutzten Substanzen ein wie Tabak und Alkohol, aber auch auf riskante Verhaltensweisen wie exzessives Computerspielen und Essstörungen. Um keine Neugierde bei den Jüngeren zu wecken, werden illegale Drogen wie z.B. Cannabis begrenzt und auf Nachfrage aufgegriffen. **Check it! goes Facebook** ergänzt als virtueller Ableger mit Informationen, Bildern, Videos und Diskussionen die weiterhin bestehenden schulischen Angebote. Auch Apps oder Wettbewerbe dienen als Türöffner für suchtpreventive Botschaften und Gespräche mit Jugendlichen. Die Facebook-Seite steht für seriöse Suchtprävention in Sozialen Netzwerken. Als Fachkräfte für Suchtprävention sorgen wir für aktuelle Inhalte, hilfreiche Anregungen und kompetente Begleitung der Jugendlichen.

Mit diesem Angebot sprechen wir in erster Linie Schülerinnen und Schüler aus den Projektregionen Aachen, Bochum und Mülheim an der Ruhr an – aber auch andere Jugendliche und junge Erwachsene sind herzlich willkommen, um sich zu informieren, mit uns in Kontakt zu bleiben oder um mit uns und anderen Jugendlichen zu diskutieren. Um sie zur Nutzung der Facebook-Seite zu motivieren, sind erfahrungsgemäß Fotos und Aktionen hilfreich. Dazu werden – mit Einwilligung der Eltern und der Jugendlichen – Gruppenfotos der mitwirkenden Klassen hochgeladen. Wir möchten daher die beteiligten Lehrpersonen freundlich darum bitten, die Einverständniserklärungen an die Eltern zu verteilen. Sie erhalten diese per PDF-Datei zum E-mail-Versand oder als ausgedruckten Flyer in der Fachstelle für Suchtprävention.

⁷ s. Anlage, Auswertungsbogen

3. Organisatorisches

3.1 Hinweise zur Umsetzung

Alle Einheiten sind von den Lehrkräften vor- und nachzubereiten. Es ist wünschenswert, das Thema „Sucht und Drogen“ auch in den Fachstunden aufzugreifen, um die Einheiten abzurunden. Hierzu eine Ideensammlung:

Deutsch	<ul style="list-style-type: none"> • Werbung • Trinkanlässe für Jugendliche (Rollenspiel) • Literaturbearbeitung
Geschichte	<ul style="list-style-type: none"> • Geschichte der Drogen • Kultur & Drogen (gesellschaftliche Einbindung)
Erdkunde	<ul style="list-style-type: none"> • Wo wächst was? • Wofür wird es in den Herkunftsländern benutzt?
Kunst	<ul style="list-style-type: none"> • Thema „Rausch und rauschhaftes Erleben“ • Werbung: Stilmittel erarbeiten – Eigene Werbung entwickeln • Künstler und Rausch
Hauswirtschaft	<ul style="list-style-type: none"> • Kräuter- und Teekunde (Biogene Drogen) • Alkohol in Lebensmitteln • Gesunde Ernährung • Alkoholfreie Cocktails mixen
Musik	<ul style="list-style-type: none"> • Bearbeitung aktueller Musiktitel zum Thema „Drogen und Rausch“ • Vertonen eigener Texte zum Thema (s.a. www.loq.de)

	<ul style="list-style-type: none"> • Alkohol und Drogen in der Welt der Musiker
Wirtschafts- und Soziallehre	<ul style="list-style-type: none"> • Wirtschaftsfaktor Rauschmittel • Krankenkassen – Gesundheitsverbände - Pharmaindustrie
Politik	<ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitspolitische Einordnung • Kultur- und Politikvergleich unterschiedlicher Länder
Religion	<ul style="list-style-type: none"> • Spirituelle Bedeutung von Suchtmitteln • Kirchliche Rituale
Sport	<ul style="list-style-type: none"> • Kletterwand – Grenzen erkennen und beachten • Vertrauens- und Erlebnisparcours • Sinnesübungen • Entspannungsmethoden • Rauschbrillen-Parcours
Informatik	<ul style="list-style-type: none"> • Internetrecherche: Informations- und Hilfsmöglichkeiten für Jugendliche, Selbsttests z.B. www.rauschfaktor.de, www.drugcom.de etc.
Mathematik	<ul style="list-style-type: none"> • Wie kann man die Alkoholkonzentration im Blut berechnen?

3.2. Organisatorischer Ablauf

Die inhaltliche und zeitliche Koordination schulinterner und -externer Kooperationspartner wird von der Fachstelle für Suchtprävention geleistet.⁸

Die folgende Tabelle zeigt die Arbeits- und Aufgabenverteilung von Schule und Kooperationspartner, die bei Bedarf auch auf individuelle Bedürfnisse angepasst werden kann. Jeder **Check it!**-Baustein dauert 1 ½ Schulstunden. Die Dauer der gesamten **Check it!**-Einheit ist variabel, sollte aber möglichst ein Schulhalbjahr nicht überschreiten.

Was	Wer?
Infogespräch	Klassenlehrer, Beratungslehrer, Fachstelle für Suchtprävention
Internes Abstimmungsgespräch	Klassenlehrer, Fachlehrer, Beratungslehrer
Terminkoordination	Fachstelle für Suchtprävention
Durchführung	Unterricht & Projekttermine (Vor- und Nachbereitung durch den Klassenlehrer)

⁸ Suchthilfe Aachen, Fachstelle für Suchtprävention, Yvonne Michel, Hermannstr. 14, 52062 Aachen, Tel.: 0241/41356130, michel@suchthilfe-aachen.de

Pflichtbausteine (evtl. ergänzt durch Wahlbausteine)	Rauchen, saufen, kiffen, ...wo liegt das Problem? Klassenlehrer, Beratungslehrer oder Schulsozial- arbeiter
	Genuss, Lust, Image oder Dröhnung...was soll's? Klassenlehrer, Beratungslehrer oder Schulsozial- arbeiter
	Klarkommen...wie geht das? Jugend- und Drogenberatungsstelle, Suchthilfe Aachen
	Saufen, kiffen, einwerfen ...wo sind die Grenzen? Polizei Aachen, KK 44 - Kriminalprävention/ Op- ferschutz
	Folgen der Sucht Selbsthilfegruppe
Elternabend – Sucht und Suchtvorbeugung Fachstelle für Suchtprävention, Suchthilfe Aa- chen	
Auswertung	Auswertungsgespräch mit der Klasse, Schülerfrage- bögen Klassenlehrer (mit Rückmeldung an Fachstelle für Suchtprävention)

4. Anhang

1. Informationsbrief an die Klasse	18-19
2. Fragebogen Schüler (Meine Fragen an)	20
3. Anleitung „Konsumprofil“	21-23
4. Anleitung „Einstellungsspiel“	24-29
5. Anleitung „Suchtsack“	30-34
6. Rückmeldebogen für Schüler	35-36
7. Rückmeldebogen für Lehrer	37
8. Adressen der Koordination und externen Einrichtungen	38-39



Datum _____

Check it! - Infobrief Schulklassen

Liebe Schüler und Schülerinnen der Klasse _____,

im Rahmen einer Unterrichtsreihe mit dem Namen **Check it!** werdet Ihr Euch in diesem Schulhalbjahr intensiver mit dem Thema „Sucht“ befassen.

Die Mitarbeiter der Fachstelle für Suchtprävention der Suchthilfe Aachen bieten diese Unterrichtsreihe an. Wir möchten damit ermöglichen, dass Ihr Euch auf abwechslungsreiche Art mit verschiedenen Aspekten von „Sucht“ befassen könnt. Nebenbei lernt Ihr Menschen kennen, an die Ihr Euch wenden könnt, wenn Ihr persönliche Fragen zu Sucht und Drogen habt und es einmal schwierige Situationen in Eurem Leben geben sollte.

Check it! besteht aus folgenden Pflichtbausteinen:

- In den ersten beiden Bausteinen arbeiten Euer Klassenlehrer und der Beratungslehrer Eurer Schule mit Euch. Dabei geht es um Euren Konsum, Eure Bedürfnisse und Wünsche und was diese vielleicht mit Sucht zu tun haben können.
- Im dritten Baustein lernt ihr die Jugend- und Drogenberatungsstelle kennen und könnt einen Berater Eure Fragen zu Suchtmitteln stellen. Vielleicht interessiert Euch das Thema Cannabis oder Ihr wollt wissen, wie Ihr einem Freund helfen und unterstützen könnt, wenn er Drogen nimmt?
- Während des Besuchs eines Polizeibeamten in Eurer Klasse könnt Ihr mit ihm über bestehende Gesetze für Rauschmittel bei uns in Deutschland und in den benachbarten Niederlanden diskutieren. Eure Fragen zu den Themen Alkohol/Drogen im Straßenverkehr, Jugendstrafrecht etc. finden hier Platz.

Check it! – Suchtvorbeugung in der Schule

- In einem Gespräch mit Betroffenen einer Selbsthilfegruppe erfahrt Ihr, wie sich Sucht im Alltag des Menschen, aber auch auf die Familie auswirkt. Auch die Frage was dem Menschen eine Hilfe beim Ausstieg aus der Sucht war, wird ein wenig klarer.
- Bei dem Thema „Sucht“ haben wir auch an Eure Eltern gedacht. Im Rahmen von **Check it!** sind Eure Eltern herzlich eingeladen, sich an einem Abend mit dem Thema „Sucht und Vorbeugung“ zu befassen. Vielleicht gibt es ja interessante Gespräche zwischen Euch und Euren Eltern, weil es unterschiedliche Meinungen und Erfahrungen gibt. Haben Eure Eltern z.B. schon mit Menschen aus einer Selbsthilfegruppen gesprochen?
- Die Reihe **Check it!** bieten wir für Euch an. Durch die Beantwortung eines abschließenden Fragebogens habt Ihr deshalb die Möglichkeit, Eure Meinung zu sagen und an der Verbesserung der Reihe für andere mitzuwirken.
- Wer auch nach unseren Klassenbesuchen mit uns in Kontakt bleiben, Informationen zum Thema erhalten und mit uns und anderen Jugendlichen diskutieren möchte, besucht uns auf unserer Facebook-Seite www.facebook.com/checktit.nrw.

Wir freuen uns, Euch im Rahmen von **Check it!** kennen zu lernen und wünschen Euch ein spannendes und interessantes Schuljahr!

Es grüßt Euch das check it!-Team der Fachstelle für Suchtprävention

Meine Fragen an:

I. Die Suchtberatungsstelle (Fragen zu Drogen, Hilfsmöglichkeiten....):

1. _____

2. _____

3. _____

II. Die Polizei (Fragen zu Gesetzen im In- und Ausland, Jugendstrafrecht, Alkohol/Drogen im Straßenverkehr....):

1. _____

2. _____

3. _____

III. Betroffene aus Selbsthilfegruppen (Folgen der Sucht für Menschen, Familie, Ausstiegshilfen):

1. _____

2. _____

3. _____

Baustein 1: Check it - Konsumprofil

Ziel	Selbstreflexion zum Konsumverhalten
Zeit	ca. 2 Schulstunde
Material	großes Plakat; ausreichend gelbe, rote und grüne Klebepunkte oder entsprechend der Teilnehmerzahl Kopien des Konsumprofils
Durchführung	<p>Mit Hilfe der Erstellung eines Konsumprofils kann den Schülern ihr eigenes Konsumverhalten verdeutlicht werden. Sie können anschließend evtl. Auffälligkeiten überdenken.</p> <p>Dazu erstellen die Schüler im Plenum eine Liste von den Dingen, die sie in der letzten Woche(n) konsumiert haben. Hierzu gehören sowohl legale und illegale Stoffe wie auch stoffungebundene Süchte. Beispiele könnten sein: Koffein (Kaffee, Energy-Drinks...), Tee, Bier, Wein, Zigaretten, Medikamente, Süßigkeiten, Fernsehen, Play-Station, Computer...</p> <p>Diese Begriffe werden auf einem großen Plakat notiert, sodass jedes einzelne Konsumverhalten eine Spalte bekommt. Im Anschluss kleben die Schüler anonym einen gelben Klebepunkt hinter die Begriffen, die sie in den letzten zwei Wochen weniger als dreimal und einen roten bei denen, die sie häufiger als dreimal konsumiert haben. Den grünen Klebepunkte setzen die Schüler, wenn sie eine Substanz noch nie konsumiert/ eine Verhaltensweise noch nie angewandt haben.</p> <p>So entsteht ein Konsumprofil der Klasse. Anschließend sollte die Gruppe Zeit haben, sich das entstandene Konsummuster anzusehen und darüber zu diskutieren.</p> <p>Impulsfragen für die Diskussion könnten sein:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Seid Ihr Euch darüber bewusst, dass Ihr diese Dinge in dieser Häufigkeit konsumiert? • Was hat Euch überrascht? • Wo sieht jeder einzelne sich und sein Konsumverhalten im Gegensatz zu der Gruppe? Über- oder Unterdurchschnittlich?
<p>Resümee aus der Praxis</p>	<p>Die Schüler sollten die Klebepunkte möglichst gleichzeitig aufkleben, damit nicht nachvollzogen werden kann, wer bei welchem Konsum einen Punkt geklebt hat. Hierdurch bewahren Sie etwas Anonymität, sodass Sie mit einer ehrliche Beantwortung der Fragen rechnen können. Evtl. ist es auch möglich, dass Sie für den Moment der Punkteverteilung kurz aus der Klasse gehen.</p> <p>Eine andere Variante ist, den Teilnehmern das beiliegende Formular auszugeben. Dieses sollte zunächst besprochen werden, damit es jeder versteht (z.B. Was versteht die Gruppe unter „gelegentlich“?...). Dann wird anonym ausgefüllt. Auf Flipchart-Papier oder der Tafel wird lediglich die Zusammenfassung eingetragen und für alle sichtbar gemacht.</p>

Check it!- Anonymes Konsumprofil -

GENERELLER
KONSUM

KONSUM IN DEN LETZTEN 14 TAGEN

	schon mal probiert	keinmal	einmal	gelegentlich	täglich
Zigaretten					
Shisha					
Medikamente					
Spielen					
Schnüffeln					
Kiffen (Ha- schisch)					
XTC					
Alkohol					
Fernsehen/ Computer					
andere Dro- gen					
diaten/ Nichtessen					

Baustein 1: Check it! – Einstellungsspiel

Ziel	eigene Haltung zum Thema legale und illegale Drogen bilden/ reflektieren; Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Haltungen und Bewertungen; Kennen lernen der Definition von Sucht
Zeit	ca. 1, 5 Schulstunden (bzw. im Rahmen von check it! so lange, wie Zeit bleibt)
Material	Karten der Polarisierung: „Sucht“ und „keine Sucht“ Karten mit Statements; evtl. Wäscheleine und Klammern
Durchführung	<p>Im Plenum werden die Pole „Sucht“ und „keine Sucht“ linear zueinander an zwei Enden gelegt oder an einer Wäscheleine aufgehängt. Im Anschluss werden die Aussagekarten an die Teilnehmer verteilt – entweder an alle oder bei weniger Zeit dürfen einige eine Karte ziehen. Sie erhalten zunächst die Auf- gabe, ihre Aussagekarte laut vorzulesen und zwischen die bei- den Pole mit einer persönlichen Begründung abzulegen. Im weiteren Schritt, wenn alle Karten von den Teilnehmern abge- legt sind, ist das Plenum aufgefordert, für sich zu überprüfen, ob es einige Karten gibt, die ihrer Meinung nach in einer ande- ren Position der Rangfolge liegen sollten. Persönliche Begrün- dungen sind hier erwünscht, sodass eine rege Diskussion be- ginnt.</p> <p>Anschließend erfolgt eine kurze fachliche Erklärung der Begrif- fe Konsum, Genuss, Missbrauch und Gewöhnung sowie die Definition der Krankheit Sucht nach der WHO.</p> <p>Beispiele für die Aussagekarten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ein Vater, der jeden Abend eine Flasche Bier trinkt. • Ein 19-jähriger, der es liebt, nachts auf der Autobahn mit

	<p>200 km/h zu fahren.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ein Schüler, der immer während der Hausaufgaben Haribo nascht. • Ein Technofreak, der jedes Wochenende durchtanzt. • Ein 14-jähriges Mädchen, das jeden Nachmittag Talkshows guckt. • Eine Mutter, die ihr 2-jähriges Kind mit Süßigkeiten tröstet. • Ein 17-jähriger, der immer über sein Handy erreichbar ist. • Ein Schüler, der heimlich auf der Schultoilette raucht. • Ein 15-jähriger, der sich so betrinkt, dass er am nächsten Tag nicht mehr weiß, was er getan hat. • Ein Mann, der jedes Wochenende seinen Wagen wäscht. • Ein Mädchen, das in der Clique das erste Mal einen Joint raucht. • Ein Jungunternehmer, der 14 Stunden am Tag arbeitet. • Eine 23-jährige, die nächtelang im Internet chattet, um Kontakte zu knüpfen. • Ein junges Mädchen, das 5 kg abnehmen möchte. • Ein Lehrer, der vor dem Unterricht in einer schwierigen Klasse zu Tabletten greift. • Ein Junge der wütend ist, weil er am Nachmittag nicht am Computer spielen darf. • Eine Clique, in der regelmäßig Ecstasy konsumiert wird, um gut drauf zu sein. • Ein Schüler, der letzten Monat eine Handyrechnung in Höhe von 500,- Euro hatte. • Ein 20-jähriger, der seine 2. Ausbildung abbrechen muss, weil er immer breit ist.
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Ein Handwerker, der nach Feierabend mit seinen Kollegen auf der Baustelle 2-3 Flaschen Bier trinkt. • Ein Schüler, der ohne seinen Energy-Drink zum Frühstück in der Schule einschlafen würde. • Eine junge Mutter, die nach jeder Benutzung gründlich das Bad putzt. • Eine Frau, die immer beim Kaffee mit ihrer Freundin raucht. • Ein 16-jähriger, der fast täglich zu Fuß über die Grenze geht, um Cannabis zu konsumieren. • Ein Mann, der fast täglich Geld in der Spielothek verliert. • Eine Clique, in der vor jeder Party Ecstasy konsumiert wird, um gut drauf zu sein. • Eine Oma, die nach jedem Essen ein Schnäpschen trinkt. • Ein 19-jähriger, der seinen Führerschein verliert, weil er gekifft hat. • Eine Mädchenclique, die jedes Wochenende vor der Disco mehrere Flaschen Sekt trinkt. • Ein 5 Jahre altes Kind, das immer einen Schnuller im Mund trägt. • Eine 17-jährige, die Heroin konsumiert, um ihre Vergangenheit zu vergessen. • Eine junge Frau, die jeden Trend mitmacht. • Ein junger Mann, der seine Kumpels zu einem Bong einlädt.
<p>Resümee aus der Praxis</p>	<p>Alle Karten sind offen formuliert und geben die Möglichkeit, in alle Richtungen zu argumentieren. Es geht weniger um „richtig“ und „falsch“, als vielmehr um die Frage nach der eigenen Haltung und Bewertung.</p> <p>So entsteht eine hohe Diskussionsbereitschaft. Es ist sehr</p>

	spannend die unterschiedlichen Bewertungen der Teilnehmer kennen zu lernen. Interessant kann auch sein, dieses Spiel mit verschiedenen Generationen zu spielen, um Unterschiede und Haltungen zu diskutieren.
--	---

Definitionen (nach WHO):

Sucht ist eine zwanghafte und Lebensbestimmende Verhaltensweise mit den folgenden Merkmalen:

1. „...ein Zwang, sich ein Mittel zu verschaffen, es zu konsumieren und seinen Konsum fortzusetzen oder sich in einen bestimmte Situation oder in eine bestimmten Zustand zu begeben (auch wenn man die Risiken und Schäden kennt und vielleicht schon an sich selbst feststellt), der immer zwanghaft gesucht und als wohltuend empfunden wird.
2. die verminderte Kontrollfähigkeit bezüglich des Beginns, der Beendigung und der Menge des Konsums
3. die Neigung und Tendenz, die Dosierung eines Wirkmittels zu steigern oder sich in immer stärkerem Maß in einen Zustand zu begeben, diesen immer öfter herbeizuführen oder nur noch bzw. überwiegend in ihm zu verharren.
4. die Toleranzentwicklung, was bedeutet, dass, um die ursprüngliche Wirkung der Substanz oder der Verhaltensweise hervorzurufen, zunehmend höhere Dosen erforderlich.
5. die seelische, körperliche und/oder soziale Abhängigkeit von der Wirkung des Mittels, Zustandes oder der Situation, das oder die als angenehm empfunden worden sind.
6. die Entzugssymptome, wenn das gewünschte Mittel nicht zur Verfügung steht oder der gewünschte Zustand/die Situation nicht erreicht werden – Symptome, die dazu führen alles zu tun, um das Mittel zu erhalten oder den Zustand/die Situation wiederherzustellen.

7. der Sinn, den die Sucht gibt, die praktisch zum Lebensinhalt des Abhängigen geworden ist. Es wird immer mehr Zeit für den Konsum, die Beschaffung und die Erholung genutzt. Andere Interessen werden vernachlässigt...“

Die sichere Diagnose "Abhängigkeit" sollte nur gestellt werden, wenn irgendwann während des letzten Jahres drei oder mehr der Kriterien gleichzeitig vorhanden waren.

Jedes Bedürfnis, jeder Genuss und jedes subjektiv erlebte, angenehme Erlebnis eines Menschen kann zur Steigerung gebracht werden und zum Wunsch nach Wiederholung bis hin zum Wiederholungszwang führen. Sucht kann also bezogen sein auf einen Stoff (Nikotin, Alkohol, Cannabis,...) und auf eine Verhaltensweise (TV gucken, Arbeiten, Spielen,...). Wir sprechen hierbei von stoffgebundenen und stoffungebundenen Süchten.

Bevor es zu einer Sucht kommt, zeigen Menschen unterschiedliche Konsumformen. Diese lassen sich oftmals nicht eindeutig zuordnen, die Abgrenzung einzelner Konsumformen ist fließend.

Konsum bezeichnet zunächst ganz wertfrei den lang- oder kurzfristigen Gebrauch, Verzehr und Verbrauch von Gütern.

Der Konsum von Drogen wie Alkohol, Nikotin, Heroin o.ä. unterliegt dieser Definition. Drogenkonsum besagt also nichts anderes, als den Verzehr von pflanzlichen, halb- oder vollsynthetischen Stoffen mit dem Ziel, eine bestimmte Wirkung, wie beispielsweise geschmacklicher Genuss, rauschartiges Erlebnis oder gesteigerte Leistungsfähigkeit, zu erreichen.

Genuss ist mehr als der häufig unreflektierte Konsum. Genuss ist der besondere, angenehme Konsum. Genuss kann eine Begleiterscheinung eines bestimmten Konsums sein oder er wird zum bewussten Ziel gemacht.

Genuss ist aber nicht nur an bestimmte Konsummittel gebunden, sondern kann auch einen ideellen (stoffungebundenen) Hintergrund haben.

Check it! – Suchtvorbeugung in der Schule

Konsum und Genuss können beide bei nicht angemessener Benutzung zum Missbrauch führen.

Missbrauch liegt dann vor, wenn eine Person oder Sache ausgenutzt, verbraucht oder unsachgemäß verwendet wird und zum Schaden des Konsumenten oder Verwenders führt.

In Verbindung mit dem Sucht- und Drogenproblem wird der Missbrauch häufig in die Nähe der Abhängigkeit gerückt oder aber gar gleichgesetzt. Natürlich kann der missbräuchliche Umgang mit Wirksubstanzen zur körperlichen und seelischen Abhängigkeit führen, muss es aber nicht.

Baustein 2: Check it! - Suchtsack⁹

Ziel	Erkenntnis der Verschiedenheit und Vielfältigkeit von Verhaltens- und stoffgebundenen Süchten; Feststellung, dass „Sucht“ ein Thema ist, das uns alle angeht; Selbstreflexion
Zeit	ca. 2 Schulstunden
Material	Sack, gefüllt mit Alltagsmaterialien, die Assoziationen zum Thema „Sucht“ ermöglichen
Durchführung	<p>Variante 1:</p> <p>Der Suchtsack wird in der Gruppe herumgereicht. Jeder nimmt blind einen Gegenstand aus dem Sack.</p> <p>Jedes Gruppenmitglied überlegt sich nun, was sein gewähltes Symbol mit dem Thema „Sucht“ zu tun haben könnte und welche Bedeutung dies für das eigene Leben hat oder hatte.</p> <p>Ein Teilnehmer beginnt, indem er die Assoziation zum Symbol äußert. Die anderen können im Anschluss ergänzen, bzw. ihre Meinungen dazu nennen.</p> <p>Variante2:</p> <p>Die Gegenstände aus dem Suchtsack werden offen sichtbar ausgelegt. Jeder entscheidet sich für seinen passenden Gegenstand. Die Auswertung erfolgt unter folgenden Gesichtspunkten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was hat dieser Gegenstand mit mir zu tun? • Welche Konsumform verbinde ich damit?

⁹ in Anlehnung an: Landeskoordinierungsstelle Suchtprophylaxe NRW (Hrsg.) Leben in der Balance – Ein soziales Training im Rahmen sozialer Gruppenarbeit; Ein Kooperationsprojekt der Jugendgerichtshilfe der Stadt Ahlen und der Bewährungshilfe Ahlen, entwickelt mit der Fachstelle für Suchtvorbeugung der Jugend- und Drogenberatungsstelle e.V. Ahlen, Mülheim 2001

	<ul style="list-style-type: none"> • Wo begegnet mir dieses Verhalten/dieser Stoff in meinem Alltag? • Welche Funktion übernimmt er für mich? (z.B. Frustlöser, Kontaktmittel, Entspannung...) <p>Anschließend kann im Plenum noch darüber diskutiert werden, welche Sucht oder Droge die schlimmste ist. Die Schüler erstellen ihre „Hitliste“. Aber was bedeutet „schlimme Sucht/Droge“? Was ist für mich persönlich schlimm? Wovon sterben die meisten Menschen? Wovon sind die meisten süchtig? Was sind nach Meinung der Schüler die größten Probleme an der Schule) etc.</p> <p>Fragen zu Stoffen, statistischen Daten etc. können bei genügend Zeit hier beantwortet oder für die folgenden Bausteine mit Hilfe des Fragebogens zur Vorbereitung auf die Expertengespräche gesammelt werden.</p>
<p>Resümee aus der Praxis</p>	<p>Als Regeln sollten Sie festlegen, dass jeder so viel oder so wenig von sich erzählen mag, wie er möchte. Die Teilnehmer sollten sich gegenseitig zusichern, dass das Gesagte nicht außerhalb der Gruppe weiter erzählt wird.</p> <p>Einen Suchtsack können Sie bei der Fachstelle für Suchtprävention ausleihen oder auch selbst zusammenstellen. Hier einige Ideen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Telefonhörer, Handy oder Telefonbuch: Telefonier- und sms-Sucht; Angst vor Einsamkeit; Verschuldung; ständige Erreichbarkeit • Anrufbeantworter: Angst etwas zu verpassen • Chips: Geschmacksverstärker; Naschen vor dem Fernseher oder in Gesellschaft; Erfahrung, dass man nicht aufhö-

	<p>ren kann, wenn man einmal angefangen hat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Putzschwamm: Putzsucht; Reinlichkeitszwang • Stofftier: Nähe und Zuwendung (zu viel oder auch zu wenig); Flut von Spielzeug im Kinderzimmer; Trost • Kaffeetasse, Kaffeefilter: Koffeinsucht • Zigaretenschachtel: Nikotinabhängigkeit • Sektflasche: Alkohol für besondere Gelegenheiten (Jubiläum, Geburtstag, Silvester); Statement: „Ein Gläschen regt den Kreislauf an“ • Schnapsflasche: hoher Alkoholgehalt; Alkohol der Obdachlosen • Geldschein/Scheckkarte: Kaufrausch; Konsumsucht; Schulden • Coca Cola Flasche: Koffeinsucht; früherer Bestandteil: Kokain • Spielzeugauto: Auto als Statussymbol; Alkohol/Drogen am Steuer; Geschwindigkeitsrausch • Tennisball: Sportsucht; körpereigene Glücksstoffe; Doping • Kartenspiel: Spielsucht • Bonbons: Zucker; Belohnung und Strafe; Trostpflaster; Naschsucht • Klebstoff: Schnüffeln; Giftstoff; extrem billig, aber auch gefährlich • Spritze; Löffel: Opiatkonsum; Beschaffungskriminalität • Überraschungsei: Spiel; Spannung; Spaß; Schokolade; Werbung; Naschsucht • Kondom: Sexsucht; HIV; sexueller Missbrauch • Fettstift für die Lippen: Dauerhafte Nutzung vermindert eigene Fettproduktion • Schnupftabak: Nikotinsucht; sniefen (Verbindung zu Kokain/Pep)
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Schminke, Spiegel: Schönheitsideal; Wunsch nach Schönheit; Selbstsucht • Künstliche Fingernägel: Nägelkauen • Energy Drink: Koffein und Taurin; Jugendkultur; Leistungssteigerung • Nasenspray: Dauerhafter Gebrauch führt zur Austrocknung der Nasenscheidewände • Fernsehzeitung; Fernbedienung: Konsum; Fernsehsucht; zappen; Werbung • Aktenordner: Arbeitssucht • Besteck: Essstörungen; Fettsucht; Magersucht; Ess-Brech-Sucht • Medikamente: Medikamentenabhängigkeit oder – missbrauch; hohe Dunkelziffer der Abhängigen; sehr frühes Einstiegsalter beim Konsum; schnelles Verabreichen/Einnehmen von Medikamenten bei kleinsten Anzeichen des Unwohlseins • Computerdiskette: Computersucht; Computerspiele; Gewalt • Schnuller: erster Entzug • Zigarettenfilter: Cannabis; rechtliche Lage Deutschland – Niederlande • Techno-CD: Rave; durchtanzte Nächte; Partydrogen, wie Ecstasy, Pep, Amphetamine, Kokain ... • Pilze: Magic Mushrooms; Psilocybin; Giftstoffe; Halluzinogen; großes Gefahrenpotential; biogene Drogen • Barbypuppe/Diätbuch: Schönheitsideal; Diätenwahn; Essstörung • Barby-Ken: Muskelsucht; Schönheitsideale für Männer • Power-Riegel/Eiweißpräparat: Muskelsucht; Doping • Turnschuh: „Extrem“-Sport (Rauscherlebnisse durch kör-
--	---

	<p>pereigene Opiate)</p> <ul style="list-style-type: none">• Uhr: Zeitdruck (Hektik, fehlender Freiraum, Leistungsdruck)• Motorrad: Freiheit, Abenteuer, Geschwindigkeitsrausch• Kalender: Workaholic; fremdbestimmt; wichtig sein• Rasierklinge/ Messer: Ritzen• etc.
--	--

Datum _____

Rückmeldebogen für Schüler zu Check it!

Liebe Schüler, liebe Schülerinnen!

Anbei findet Ihr ein paar Fragen mit der Bitte, diese zu beantworten. Kreuzt hierfür Eure Meinung einfach im Schulnotensystem an. Mit Hilfe Eurer Bewertungen und Anregungen möchten wir **Check it!** für andere Schüler noch weiter verbessern. Vielen Dank schon jetzt für Eure Teilnahme und Mühe!

	Stimmt vollkommen \longleftrightarrow Stimmt gar nicht					
	1	2	3	4	5	6
1. Die Einheiten fanden in angenehmer Atmosphäre statt.	1	2	3	4	5	6
2. Wir konnten gemeinsam über Rausch, Sucht und Vorbeugung diskutieren.	1	2	3	4	5	6
3. Die Lehrer sind auf die Interessen und Wünsche der Schüler eingegangen.	1	2	3	4	5	6
4. Die externen Fachleute sind auf die Interessen und Wünsche der Schüler eingegangen.	1	2	3	4	5	6
5. Ich habe über Sucht und deren Auswirkungen allgemein nachgedacht.	1	2	3	4	5	6
6. Ich habe über mich und meinen Umgang mit Suchtmitteln nachgedacht.	1	2	3	4	5	6
7. Ich habe meine Einstellung zu suchtkranken Menschen überdacht.	1	2	3	4	5	6
8. Ich habe mich mit meinen Freunden oder meiner Familie über das Thema unterhalten	1	2	3	4	5	6
9. Die Veranstaltungen haben mir Spaß gemacht.	1	2	3	4	5	6
10. Die Informationen auf der Facebook-Seite (www.facebook.com/checktit.nrw) finde ich interessant und hilfreich.	1	2	3	4	5	6

Check it! – Suchtvorbeugung in der Schule

11. Folgende Informationen/Sichtweisen waren neu für mich:

12. Besonders interessiert hat mich:

13. Das hätte ich gerne noch gemacht:

14. Das sollte nächstes Mal anders sein:

15. Auf der Facebook-Seite von Check it! würde mich folgendes interessieren::

Datum _____

Rückmeldebogen für Lehrer zu Check it!¹⁰

Sehr geehrte Damen und Herren!

Sie haben sich mit Ihrer Klasse an der Unterrichtsreihe **Check it!** beteiligt. Anbei finden Sie ein paar Fragen mit der Bitte, diese zu beantworten. Mit Hilfe Ihrer Bewertungen und Anregungen möchten wir **Check it!** für andere Klassen weiter verbessern. Vielen Dank schon jetzt für Ihre Teilnahme und Unterstützung!

	Stimmt vollkommen	←————→				Stimmt gar nicht
Die Organisation der Veranstaltungsreihe von Seiten der Suchthilfe Aachen war gut.	1	2	3	4	5	6
Das Konzept Check it! und die Methodenbeschreibungen waren hilfreich und eine gute Unterstützung für mich.	1	2	3	4	5	6
Die Besuche der Experten waren gelungen und interessant.	1	2	3	4	5	6
Die Schüler waren am Thema interessiert.	1	2	3	4	5	6
Die Veranstaltungen habe ich gerne gemacht.	1	2	3	4	5	6
Ich finde Check it! ist eine sinnvolle Unterrichtsreihe.	1	2	3	4	5	6

Verbesserungsideen:

¹⁰ Bitte ausgefüllt zurück an: Suchthilfe Aachen, Yvonne Michel, Hermannstr. 14, 52602 Aachen; Fax: 0241/41356135, michel@suchthilfe-aachen.de

Adresse der Koordination:

Suchthilfe Aachen

Fachstelle für Suchtprävention

Ansprechpartner: Yvonne Michel, Gudrun Jelich

Hermannstr. 14

52062 Aachen

Tel.: 0241/41356128

michel@suchthilfe-aachen.de, jelich@suchthilfe-aachen.de

www.suchthilfe-aachen.de; <http://blog.suchthilfe-aachen.de>

Adressen der Kooperationspartner:

Suchthilfe Aachen

Jugend- und Drogenberatung

Pit Schlimpen

Herzogstr. 4

52070 Aachen

Tel.: 0241/980920

schlimpen@suchthilfe-aachen.de

www.suchthilfe-aachen.de, <http://blog.suchthilfe-aachen.de/>

Polizei Aachen

KK 44 - Kriminalprävention/Opferschutz

Ansprechpartner: Hans-Joachim Funken

Jesuitenstr. 5

52062 Aachen

Tel.: 0241/9577 - 34412

hans-joachim.funken@polizei.nrw.de

Check it! – Suchtvorbeugung in der Schule

Selbsthilfegruppe Kreuzbund

Ansprechpartner: Werner Barke

barke.werner@t-online.de

<http://www.kreuzbund.de>

Kontakt über Suchthilfe Aachen

Hermannstr. 14

52062 Aachen

Tel.: 0241/41356128

Selbsthilfegruppe Anonyme Alkoholiker

Kontakt über Suchthilfe Aachen

Hermannstr. 14

52062 Aachen

Tel.: 0241/41356128

<http://www.anonyme-alkoholiker.de>

Suchthilfe Aachen

Suchtberatung – Fachbereich Essstörungen

Ruth Schwalbach, Kristina Latz

Hermannstr. 14

52062 Aachen

Tel.: 0241/41356128

schwalbach@suchthilfe-aachen.de, latz@suchthilfe-aachen.de

www.suchthilfe-aachen.de, <http://blog.suchthilfe-aachen.de/>