



Bensheim: Eine Mauer gegen die Sucht bauen

Von: Nadine Spangenberg – Die Fachstelle Suchtprävention der AWO Jugend- und Suchtberatung PRISMA führte am Freitag einen Workshop zum Thema „Suchtprävention“ in der Heinrich Metzendorf Schule in Bensheim durch. Daran haben insgesamt zwölf interessierte Schülerinnen und Schüler aus den EIBE-Klassen (Eingliederung in die Berufs- und Arbeitswelt) teilgenommen. Präventionsprojekte sind fester Bestandteil des pädagogischen Konzeptes der EIBE-Klassen, die durch den Europäischen Sozialfonds (ESF) gefördert werden.

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde wurde in vertraulicher Atmosphäre das Konsumprofil der Gruppe besprochen und die eigene Genussfähigkeit reflektiert. Dabei ging es nicht nur um Nikotin, Alkohol oder Cannabis, sondern auch um den Konsum von Kaffee, Süßigkeiten, Fernsehen, Smartphones und die Sportgewohnheiten der Schüler. In Gruppenübungen erarbeiteten sich die Schülerinnen und Schüler dann die Unterschiede zwischen Genuss, Missbrauch und Abhängigkeit. Sie lernten, wie eine Sucht entstehen kann und welche Phasen dabei durchlaufen werden. Es wurde besprochen, wie schnell man von einer in die nächste Phase – manchmal auch unbemerkt – rutschen kann. Im Anschluss wurden die Schülerinnen und Schüler zur Reflexion eigener Standpunkte zum Thema Sucht angeregt.

Eindrucksvoll war für die Schülerinnen und Schüler die Übung mit den sogenannten Rauschbrillen (siehe Bild). Die Rauschbrillen simulieren, dass man Alkohol getrunken hat und lassen die Teilnehmenden erleben, wie sich Reaktionsvermögen, das Einschätzen von Distanzen, die Koordinationsfähigkeit etc. unter Alkoholkonsum verändern können. Vor allem in Bezug auf die Teilnahme am Straßenverkehr war diese Übung für viele sehr lehrreich.

Zum Abschluss des Workshops wurden die Schülerinnen und Schüler von Anke Wilk und Michael Niedermayr dazu angeregt, Dinge, Verhaltensweisen und Personen zu benennen und aufzuschreiben, die ihnen gut tun, die ihnen bei Konflikten helfen und unterstützend wirken. Ziel dabei war es, den Schülern vor Augen zu führen, welche Faktoren aus ihrem Alltag dazu beitragen, eine ganz „persönliche“ Mauer gegen Sucht zu bauen und sich gegen süchtiges Verhalten zu wappnen.

Die Schülerinnen und Schüler wurden außerdem über Hilfsmöglichkeiten und Anlaufstellen bei Problemen und Schwierigkeiten informiert. Sie lernten, dass die Suchtberatung Prisma ein offenes,

kostenfreies Angebot für Hilfe suchende Menschen ist. Prisma bietet Beratung und Unterstützung im Zusammenhang mit Alkohol, Medikamenten, illegalen Suchtmitteln, Glücksspielsucht und pathologischem PC Gebrauch. Außerdem werden auch Angehörige beraten. Das Projekt wurde durch eine großzügige Spende der EUROPA APOTHEKE Florian Meissl aus Bensheim an den Förderverein PRISMA e.V. ermöglicht.