

Von *Risikojugendlichen* und jene die mit ihnen arbeiten – Suchtpräventive Ansätze in arbeitsmarktpolitischen Einrichtungen



Workshop Nr. 3
ARGE Tagung 14. bis 16. Oktober 2013

Carmen Klein
Wolfgang Zeyringer
Martin Onder



Training zur Anregung der Selbstwahrnehmung und Regulationsfähigkeit von Gefühlen

Zielgruppen von Choice (Stmk)

- Jugendliche in arbeitsmarktpolitischen Einrichtungen oder Beschäftigungsprojekten (z.B. Produktionsschulen, Qualifizierungsmaßnahmen...)
- Die Jugendlichen weisen jedoch **kein** manifestiertes Suchtverhalten und überwiegend auch **kein** riskantes Konsumverhalten auf.
- Bringen durch ihre sozioökonomische Situation (z.B. Abbruch der Schule oder der Ausbildung, Migrationshintergrund etc.) ein höheres Risiko mit, eine Sucht zu entwickeln
- Alter von 15 bis 25 Jahren, gemischte Gruppen von maximal 10 Personen

Projektstruktur (Stmk)

- **Erstkontakt**/Auftragsklärung
- **Vorgespräch** in der Einrichtung
Mit dabei: Projektleitung, Trainer/in, Einrichtungsleitung, Kontaktperson in Einrichtung
- Bei Bedarf „**Vertrauensgespräch**“ zwischen Trainer/in und Kontaktperson in der Einrichtung
- Durchführung des **Kurses** durch Trainer/in (~acht Termine á zwei Std., Laufzeit ca. zwei bis drei Monate)
laufender Kontakt und Zwischengespräche mit der Kontaktperson der Einrichtung (Austausch, Tipps geben, Zwischenreflexion etc.) und mit der Projektleitung
- **Abschlussgespräch** mit Einrichtung (Projektleitung, Trainer/in, Einrichtungsleitung, Kontaktperson)

Suchtprophylaxe



Grundgedanke

- Einfache Methoden und Techniken erlernen, um die negative Spirale zu durchbrechen bzw. in eine positive umwandeln



- Förderung von Handlungs- und Entscheidungsfähigkeiten junger Menschen

Suchtprophylaxe



Ziele von Choice

- Gefühle wahrnehmen, annehmen, ausdrücken
 - Eine große Spannbreite von Gefühlen ist normal, richtig und wichtig
- Wir sind unseren Gefühlen nicht ausgeliefert, sondern können diese bewusst regulieren
 - Gefühlszustände übermannen uns grundsätzlich nicht, sondern jeder hat die Wahl, seine Gefühle zu beeinflussen
 - Unser „inneres Steuerrad“ in die Hand nehmen und selbst führen, Förderung der Selbstregulation
- Belastende Gefühle durch angenehme und stärkende Gefühle zu ersetzen

Ziele von Choice

- Auf Stärken konzentrieren
- Möglichkeit und Techniken zur Entspannung kennenlernen
- Bisherige Erfolge erkennen und anerkennen
- Eigene Wünsche und Ziele formulieren
- Stärkung des Selbstvertrauens
- Stärkung der Ressourcen im Alltag

Suchtprophylaxe



Methoden

- Kreative Methoden:
z.B. Mein Leben ist ähnlich einer Bootsfahrt



Methoden

- Entspannungsübungen, z.B. Progressive Muskelrelaxation
- Fantasiereisen: Abschalten und Entspannen
 - Ballonfahrt → Perspektivenwechsel
 - Sonnenwärme → wer oder was ist die Sonne in deinem Leben
- Atemübungen (wie kann ich mich durch Atem beruhigen, wenn ich zornig oder aggressiv bin)
- Meditationsübungen, z.B. Baummeditation

Methoden

Baummediation als
Vorbereitung für eine
kreative Übung

**Baum der Stärken,
Erfolge, Wünsche
und Ziele**



Methoden

- Körperübungen, z.B. Pizzamassage
- Aktivierungsübungen: Wurfjonglage, Platzwechsel, Monsterübung, Billi Billi Bob / Toasterspiel
- Übungen, die Vertrauen zwischen den Jugendlichen fördern: z.B. Führen mit Bleistiften
- Diskussionen
- Gespräche

Methoden

- Arbeitsblätter

CHOICE

Lars & Lisa

VIVID
suchtprävention

Eis?



- Worum geht es in diesem Comic?
- Gibt es andere Erklärungen für die Absage von Lisa, als das, was Lars denkt?
- Was müsste passieren, um das Comic mit einem lachenden Lars zu beenden?
- Was könnten Gründe für die negativen Gedanken von Lars sein?
- Welche Gedanken könnte Lars haben, um ein positives Gefühl zu bekommen?

Fledermäuse sind nachtaktive Säugetiere ...



- Gibt es andere Erklärungen für die Blicke der anderen SchülerInnen als die von Lisa?
- Was kann Lisa tun, um sich in der Situation besser zu fühlen?
- Wie können solche Gedanken überhaupt entstehen?
- Welche Gedanken könnte Lisa haben, um ein positives Gefühl zu bekommen?

Suchtprophylaxe



Rückmeldungen der Jugendlichen (Evaluation)

Frage: Hat dir Choice etwas gebracht? Wenn ja, was?

- Dass ich über gewisse Dinge nachgedacht habe.
- Bessere Gedanken und positive Gefühle.
- Mir geht´s besser nach jeder Einheit.
- Wie ich mich verhalten soll, wenn´s mir schlecht geht.
- Freizeit (Schlafen)
- Nichts außer Kekse
- Selbstbewusstsein
- Entspannung
- Kreativität

Suchtprophylaxe



Rückmeldungen der Jugendlichen (Evaluation)

Frage: Wenn du schlecht drauf bist: Gehst du jetzt anders damit um als vor Choice? Was machst du anders?

- Ich atme schön durch und beruhige mich.
- Ich denk genau darüber nach, was mich aufregt.
- Ich höre Musik.
- Viel mehr Musik hören und mit jemandem reden über Probleme.
- Ich rede mit meinen Eltern darüber.
- Nix.
- Ziemlich gleich, vielleicht einfallsreicher.

Suchtprophylaxe



Rückmeldungen der Jugendlichen (Interview)

- *Was hat euch gut gefallen?*
„Fantasiereisen. Und der Perspektivenwechsel war auch nicht schlecht.“
- *Konnte in der Gruppe offen gesprochen werden?*
„Das war bei uns ziemlich schwierig, weil wir uns untereinander nicht wirklich gekannt haben.“
- *Habt ihr in einer Situation schon einmal an die Sachen gedacht, die ihr bei Choice gemacht habt?*
„Das löst man halt immer so, wie man es gewohnt ist... Es hat gute Vorschläge gegeben, was wir machen könnten, aber im Endeffekt glaub ich, macht man es wieder so, wie man es gewohnt ist.“

Suchtprophylaxe



Rückmeldungen der Einrichtungen

- Wertvolle Bereicherung und Unterstützung der eigenen sozialpädagogischen Arbeit
- Manche methodischen Elemente werden weiter geführt bzw. Wunsch nach Einblick in Methoden
- Begriff „Choice“ kommt gut an, da neutral gehalten
- Positive Entwicklungen bei einzelnen Jugendlichen beobachtbar – kausale Verbindungen zu Choice jedoch schwer herstellbar
- Struktur für wechselseitigen Infoaustausch zwischen Trainer/in und Kontaktperson ist hilfreich

Suchtprophylaxe



Ausgangssituation in der Steiermark

- immer wieder Einzelanfragen von arbeitsmarktpolitischen Einrichtungen
- Unsicherheiten in Einrichtungen beim Thema Sucht/Drogen
- kein spezielles Angebot für dieses Setting
- 2010: strategische Entscheidung für Schwerpunktsetzung in diesem Bereich (selektive Prävention)
- Konzeptentwicklung - zwei Säulen des Angebotes:
 1. Bildungsangebot für MultiplikatorInnen
 2. Kursangebot für Jugendliche
- Beginn der Umsetzung im Herbst 2011 (erster Lehrgang)

Suchtprophylaxe



Lehrgang „Suchtvorbeugung in Jugendausbildung und –beschäftigung“



Struktur und Inhalte des Lehrganges

- Inhaltlicher Aufbau siehe Folder
- Prämisse bei Umfang: so wenig wie möglich, so viel wie nötig
- Fokus auf Verbesserung des Fachwissens und der Handlungskompetenz zum Themenkreis Sucht/Suchtvorbeugung sowie auf Vernetzung unter den TeilnehmerInnen
- Einbindung von externen ReferentInnen aus der Suchthilfe – Kennenlernen von Personen/Institutionen
- Einfach umsetzbare Arbeitsaufträge zur Vertiefung der Lehrgangsinhalte

Suchtprophylaxe



Rückmeldungen von TeilnehmerInnen

„Ein sehr spannender und abwechslungsreicher Lehrgang; sehr gut aufgebaut, viele interessante Themen, kompetente Vortragende“

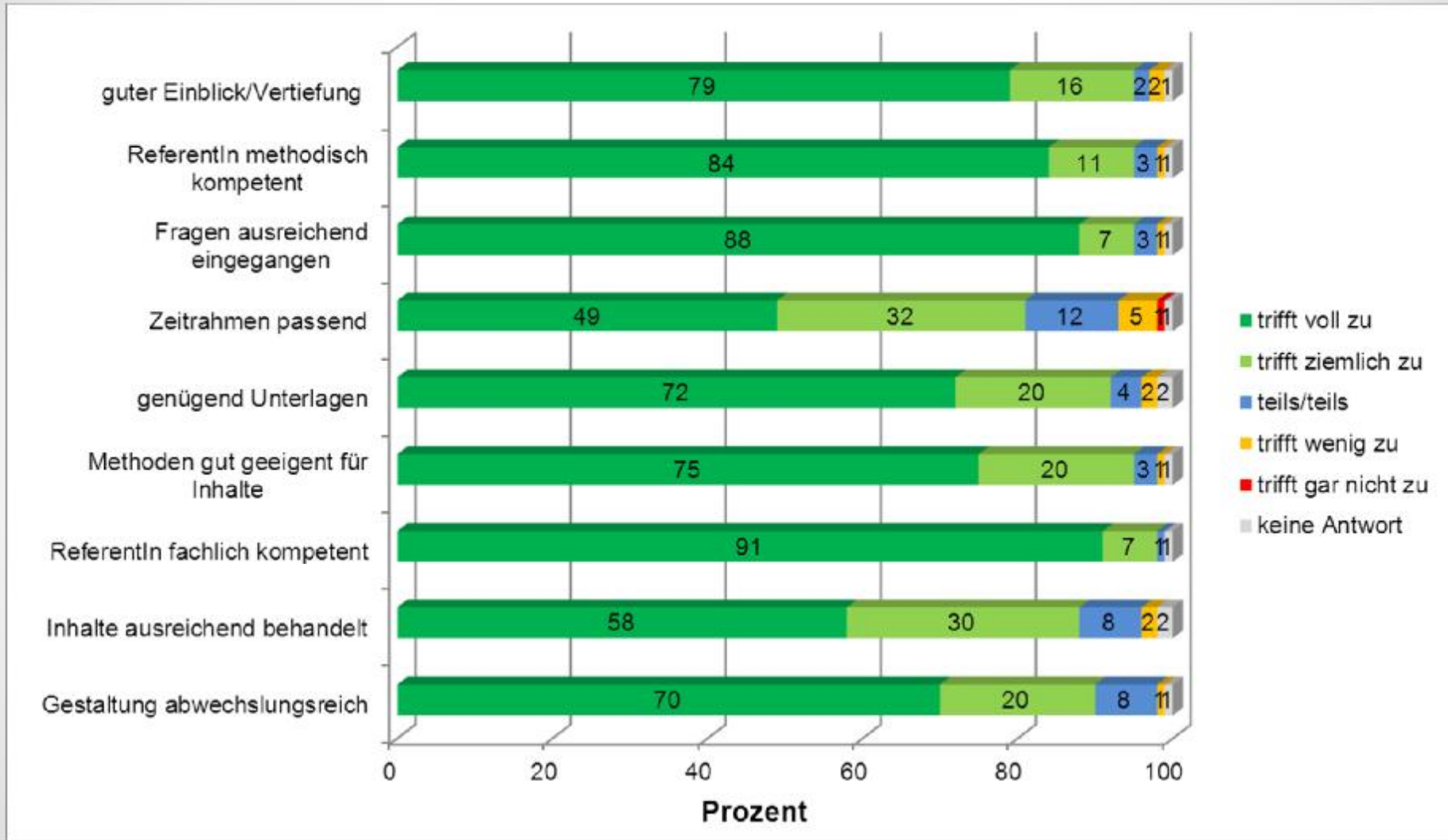
„sehr vielfältiger, praxisnaher, informativer und lustiger Lehrgang, der auch sehr individuell und professionell begleitet wird“

*„Suchtprävention hat etwas mit Selbstwert zu tun. VIVID sehr bemüht. VIVID versucht, Werte (Toleranz, Lebenshaltung, Einstellung, Wertschätzung) zu vertreten und vermitteln
→ manchmal etwas anstrengend im Workshop-Alltag“*

„guter Überblick zum Thema Prävention mit vielen Handlungsmodellen, die einladen es umzusetzen und auch weiter am Thema zu bleiben“

„sehr gut, nur zu kurz“

Bewertung der Lehrgangsmodule



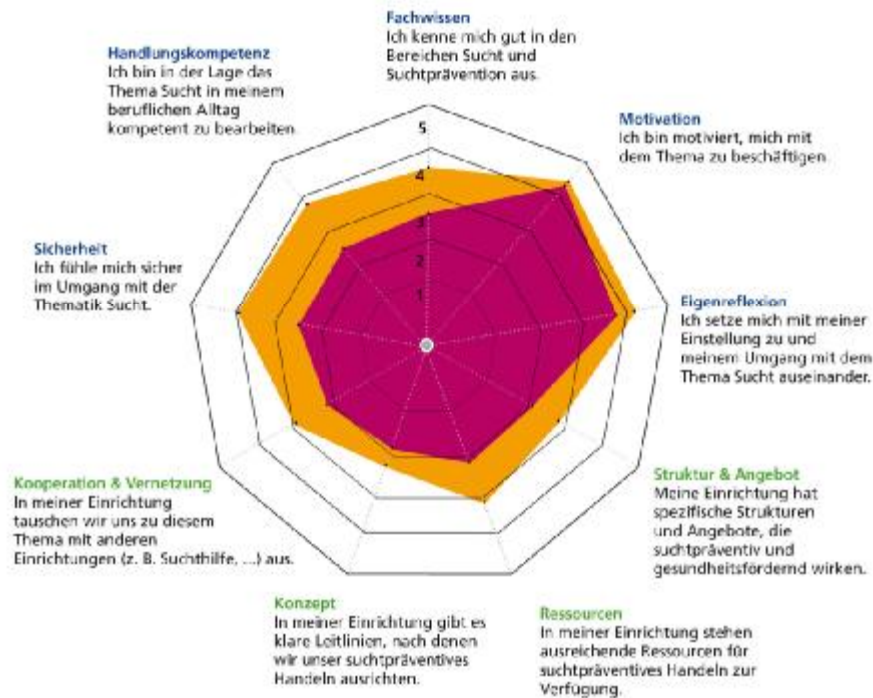
Suchtprophylaxe



Veränderungen Person bzw. Einrichtung

Vergleich Erhebungszeitpunkt 1 & 2
(17 Personen)

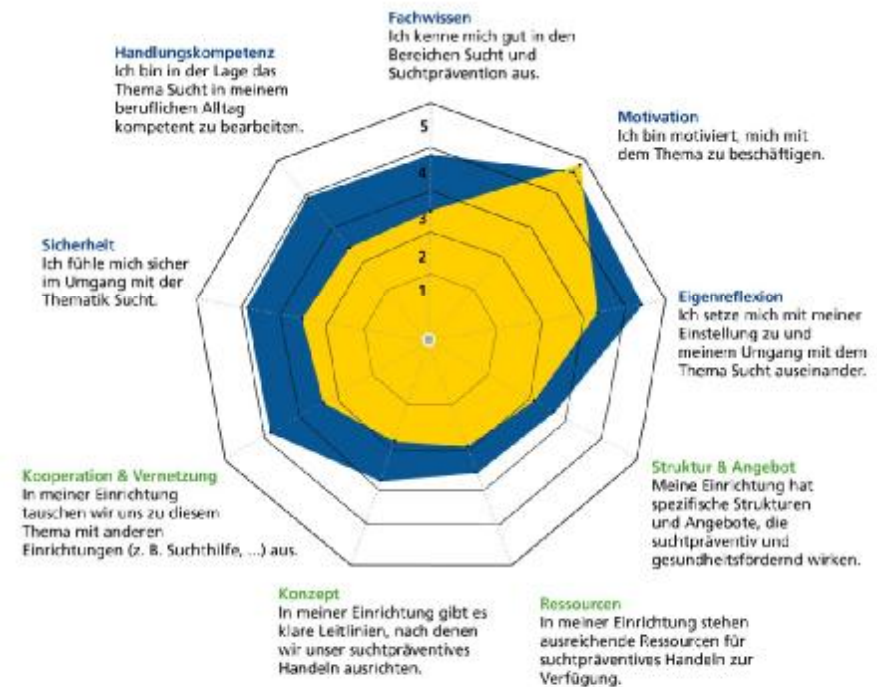
Wo stehe ich als Person?



Wo steht meine Einrichtung?

Vergleich Erhebungszeitpunkt 1 & 2
(14 Personen)

Wo stehe ich als Person?



Wo steht meine Einrichtung?

- 1...trifft gar nicht zu
- 2...trifft wenig zu
- 3...teils / teils
- 4...trifft ziemlich zu
- 5...trifft voll zu

Wichtige Erkenntnisse von TeilnehmerInnen

„Vieles auf der Handlungsebene ausprobieren (auch nach dem trial-error-Prinzip). Wertfreie und vorurteilsfreie Haltung den Klienten gegenüber beizubehalten. Unterschiedliche Themen kontroversiell diskutieren. Offene Gesprächsführung durch movin'.“

„Wo bekomme ich die Infos zum Thema Sucht? gut aufgeklärt und vernetzt; ich muss nicht die Expertin zu jedem Thema sein.“

„Noch mehr 'hinzuschauen' - bin sensibilisierter geworden!“

„Dass es sehr viel Material und Methoden zu den unterschiedlichsten Themen gibt, die sich auch leicht umsetzen lassen. Präventionsarbeit ist umfassend und lässt sich überall Themenunabhängig einsetzen“

„Mein Interesse ist von Neugier - in richtiges Vorgehen bzw. Auseinandersetzen mit dem Thema gewachsen!“

„Bestätigung meiner Arbeit, vieles mache ich richtig“