

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](http://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

<b>Öffentliche Angebote:</b> .....	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.

**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 unterschiedlichen 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.

Die Elternabende:  
Die Fachstelle für Suchtprävention hilft bei der Gestaltung und Umsetzung bzw. bietet mit pädagogisch arbeitenden Institutionen und

Vereinen zusammen, themenspezifische sowie 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 VEREINE

## FÜR SCHULEN UND

### HaLT-Elternabende

(Hart am Limit - kommunale Alkoholpräventionsstrategie)

**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/>

sundheit gefährdendem

...he und ihre Eltern, aber auch an  
...hrer/-innen, Trainer/-innen). 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.

## WAS IST EIGENTLICH EIN

## BRÜLLEIMER?

Das ist ein Mülleimer, in den man all seine Wut  
Brülleimer.



reinbrüllen kann: Eben ein

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.

**Eigenständig**  
werden

## UNSERE ANGEBOTE FÜR GRUNDSCHULEN:

### Projekte zur Förderung von Lebenskompetenzen:

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

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

### 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](http://www.eigenstaendig-werden.de)



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 Schüler können gemeinsam täglich an einem Spielbrett Einheiten zu verschiedensten Themen spielen.

**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 Schüler\*innen der Klassenstufen 3-9 mit einem besonderen Förderbedarf, z. B. in Hauptschulen und Förderschulen. Das Programm wurde speziell für diese Zielgruppe vom Nordverbund suchtpreventiver 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.

**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/](http://www.hls-online.org/arbeitsbereiche/suchtpraevention/projekte/pep/)

aktion**beratung**

## 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.

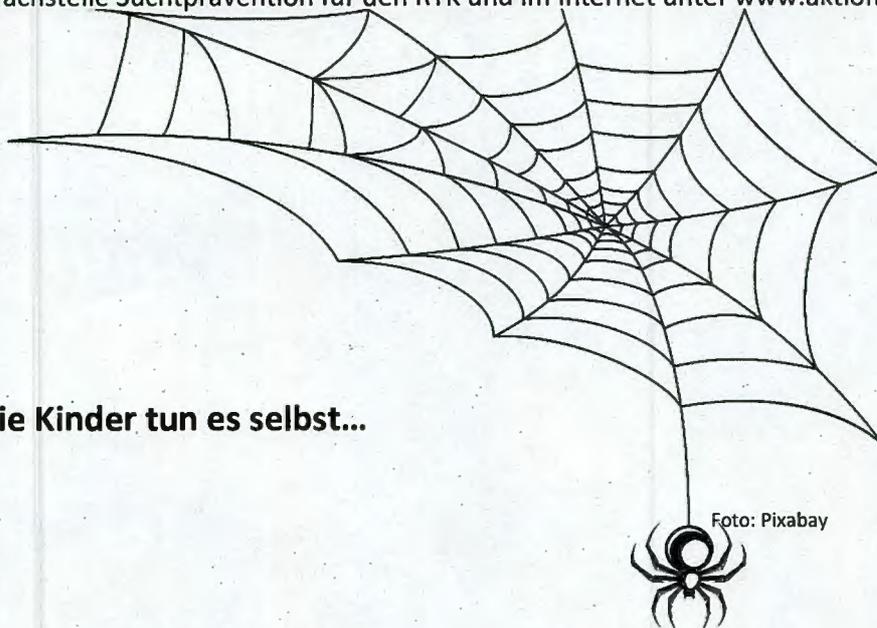
6

#### 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

## Wer schiebt Kinder durch ein Spinnennetz?

**Info:** Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter [www.aktionberatung.de](http://www.aktionberatung.de)



**Die Kinder tun es selbst...**

Foto: Pixabay

weil sie auf dem Schulhof eine erlebnispädagogische Übung machen zur Stärkung der Klassengemeinschaft. Hier müssen sich



## 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.

### **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](http://www.eigenstaendig-werden.de)

## ANGEBOTE FÜR ALLE SCHULFORMEN:

### **ALKOHOLPARCOURS für die Klassen 7 – 10**

Der Alkoholparcours ist ein primär- und sekundärpräventives Mitmachangebot für Schüler\*innen der Jahrgangsstufen 7 - 9.

Mittels des Parcours wird auf niedrighschwelliger 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 Teilnehmer\*innen 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 inter-aktive 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 unter-einander austauschbar sind.

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

**Zielgruppen:** Schüler\*innen aller Schulformen der Jah



Jugendlichen sieben bis neun

**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 Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter\*innen 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](http://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.

### Umsetzung

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

**Zielgruppe:**

Schüler\*innen aller Schulformen der Jahrgangsstufen acht bis zehn

**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](http://www.villa-schoepflin.de/tom-lisa.htm)

## ALKHOLPARCOURS FÜR FAHR- ANFÄNGER\*INNEN

„Voll normal oder Volle Pulle daneben?“

**Ein Mitmachparcours für Fahranfänger\*innen**

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

Mittels des Parcours sollen Fahranfänger\*innen 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 Teilnehmer\*innen werden in Kleingruppen (mit ca. fünf bis zehn Personen) aufgeteilt und absolvieren die Stationen. Ein Durchlauf dauert zwischen 90 und 140 Minuten.

**Zielgruppe:**

Schüler\*innen 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.

**Angebot:**

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

**Zielgruppe:**

Schüler\*innen 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

10



**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.

**Zielgruppen:**

14- bis 18-jährige Schüler\*innen aller Schulformen 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 Umgang näher zu bringen. Familien können aktiv an diesem Prozess, beispielsweise durch themenspezifische Elternabende, beteiligt werden.

**Info:** Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter [www.ins-netz-gehen.info](http://www.ins-netz-gehen.info)

**BLAU IM BAUCH**

Das Projekt (Medienpaket) Blau im Bauch wurde von Wigwam Zero in Kooperation mit der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin entwickelt. Es soll zu einer Sensibilisierung und Prävention der Fetalen Alkoholspektrums-Störungen (FASD) führen, da Alkoholkonsum während der Schwangerschaft das ungeborene Kind nachhaltig und irreparabel schädigen kann. Während



der Schwangerschaft gibt es keinen risikoarmen Workshop soll Jugendlichen frühzeitig bewusst Alkohol in diesem Lebensabschnitt ganz zu

Alkoholgenuss. Im gemacht werden, auf verzichten.

**Zielgruppen:** Schüler\*innen aller Schulformen zwischen 14 – 21 Jahre, 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/](http://www.wigwamzero.de/materialien/medienpaket-blau-im-bauch/)

## **WORKSHOPS UND UNTERRICHTSEINHEITEN ZU**

### **SUCHTRELEVANTEN THEMENGEBIETEN:**

Die Unterrichtseinheiten für Schüler\*innen werden je nach Absprache mit der Fachstelle Suchtprävention individuell konzipiert und durchgeführt

## **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 Projekttag zu konzipieren und zu organisieren. Auf Wunsch beteiligen sich Mitarbeiter\*innen an den Angeboten oder führen sie selbst durch. Die Dauer der Veranstaltungen hängt vom Thema und dem individuellen Bedarf ab (sinnvoll ab zwei Unterrichtsstunden).

Darüberhinausgehend 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.

Karate-do arbeitet stets gewaltfrei und defensiv. Es führt Menschen in die Welt der Kampfkunst ein, stets mit dem Blick auf Gewaltlosigkeit. Das Projekt soll zu mehr Bewegung anregen, Mut, neue 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 Schüler\*innen 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

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

Studien belegen, dass deutschlandweit ca. 2,65 Millionen Kinder und Jugendliche mit mindestens einem alkoholkranken Elternteil leben. Hinzu kommen Kinder aus Familien die Kontakt 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.

**Zielgruppe:** Lehrer\*innen und Schulsozialarbeiter\*innen aller Schulformen

#### 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/kinder-suchtkranker-eltern](http://www.hls-online.org/arbeitsbereiche/suchthilfe/themenfelder/kinder-suchtkranker-eltern)

**MOTIVIERENDE KURZINTERVENTION  
BEI KONSUMIERENDEN JUGENDLICHEN**

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/des Beratenden
- Rechtliche Grundlagen
- Einführung in das „Transtheoretische Modell“ nach Prochaska & DiClemente
- Einführung in das „Motivational Interviewing“ nach Miller & Rollnick

**Zielgruppen:**

Lehrer\*innen und Schulsozialarbeiter\*innen, andere pädagogische Mitarbeiter\*innen

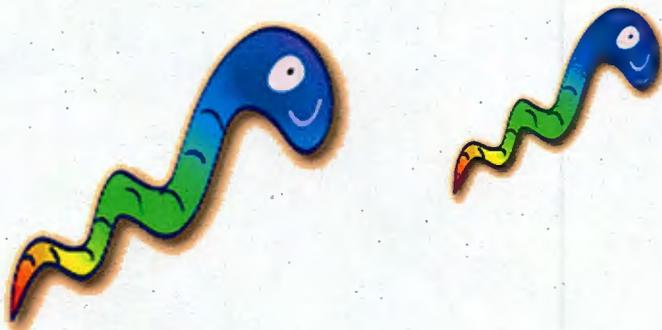
**Info:** Fachstelle Suchtprävention für den RTK und im Internet unter <https://www.ginko-stiftung.de/move/default.aspx>

**EINFÜHRUNG IN DAS SELBSTMANAGEMENT MIT DEM ZÜRICHER RESSOURCEN MODELL (ZRM)**  
„Machen Sie doch was Sie wollen!“

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

**Inhalte:**

Eine Einführung in das ZRM  
Ausgewählte Übungen



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

## **SPEZIELLE ANGEBOTE 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

14



## **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.

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

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

**Info:** Fachstelle Suchtprävention für den RTK

## **WEITERE ÖFFENTLICHE ANGEBOTE:**

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



„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:



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

**Info:** Fachstelle Suchtprävention für den RTK