



K3plus

Projekt zur Suchtprävention und Gesundheitsförderung

Ein wichtiger Schutzfaktor gegen Sucht ist das gesunde Aufwachsen in einem stabilen familiären Umfeld. Für viele Schülerinnen und Schüler von Förderschulen und Integrationsklassen ist dieser Schutz wenig vorhanden. Durch einen geringen Bildungsstand, Arbeitslosigkeit, Erfahrungen mit Gewalt und Missbrauch, geringes Gesundheitsbewusstsein sowie Suchtbetroffenheit in der Familie wird die Familie zum Risikofaktor. Jugendliche aus solchen Verhältnissen weisen entwicklungs- und psychosoziale Defizite auf, die ebenfalls zu einem Risikofaktor werden können. Ein weiterer signifikanter Risikofaktor, der sich aus den genannten Defiziten ergibt, ist der geringe Bildungsstand der Schülerinnen und Schüler. Das Risiko erhöhten Suchtmittelkonsums und Suchtgefährdung unterscheidet sich je nach Schulform und Bildungsstand erheblich.

"Wir müssen unsere Präventionsmaßnahmen gezielt auf Risikogruppen ausrichten [...]", so die Drogenbeauftragte im Suchtbericht 2012.

Als Indikatoren für eine Suchtgefährdung bei Jugendlichen werden laut Deutscher Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) unter anderem folgende Kriterien benannt:

- Schulabwesenheit (Schwänzen)
- häufige Nichtversetzung
- minimale berufliche Zukunftschancen
- früher Einstieg in den Zigarettenkonsum
- geringes Selbstvertrauen und eine negative Einstellung zum eigenen Körper

Junge Schülerinnen und Schüler an Förderschulen und Integrationsklassen sind in der Regel besonders belastet durch gesellschaftliche und familiäre Faktoren wie Trennungs-, Sucht- und Gewalterfahrung auf der einen Seite und einer negativen Berufs- und Zukunftsperspektive andererseits. Die Möglichkeiten, konstruktive Lebensbewältigungsstrategien und Konfliktregelungen jenseits von Gewaltstrategien zu lernen, sowie ein positives Selbstbild zu entwickeln, sind gering und trotz teilweise intensiver Bemühungen von Seiten der Schulen, häufig gescheitert.

Herkömmliche Maßnahmen, z.B. im Rahmen von Gesundheitsförderung oder Suchtprävention sind für diese Zielgruppen meist wenig erfolgreich, da sie oftmals zu hohe Anforderungen an kognitive Fähigkeiten voraussetzen, oder mit Methoden arbeiten, die in diesen Schulformen so nicht realisierbar sind, weil beispielsweise die Aufmerksamkeitsspanne nicht ausreichend lange gehalten werden kann.

Als wirksam hat sich eine kontinuierliche und über einen langen Zeitraum laufende Präventionsarbeit erwiesen (s.a. Expertise zur Suchtprävention, BZgA 2013). Verhaltenspräventive und lebenskompetenzfördernde Inhalte sind zu präferieren und müssen sehr differenziert auf die unterschiedlichen Fähigkeiten des Schülers oder der Schülerin und deren Lebensweltbedingungen angepasst sein. Eine weitere Grundvoraussetzung für einen Erfolg präventiver Maßnahmen ist die konsequente Einbeziehung der Eltern. Durch die Vorbildfunktion und das Erziehungsverhalten haben die Eltern großen Einfluss auf das Rauch- und Trinkverhalten ihrer Kinder.

Die SVS und die ADB starten deshalb das Projekt zur **Stärkung der Gesundheits- und Lebensbewältigungskompetenzen an Förder- und Gemeinschaftsschulen in (Süd-) Stormarn und Lauenburg** unter dem Kurznamen **K3plus**.

- **Kompetenz- und Beziehungstraining** für Schülerinnen und Schüler
- **Kompetenztraining** für Eltern
- **Koordination** regionaler Angebote
- **plus** persönlicher Coach

K3plus setzt sich zum Ziel das Verhältnis zwischen Jugendlichen und deren Eltern, durch verhaltenspräventive Angebote, zu fördern, um damit den bestehenden Belastungen entgegenzuwirken. Die verhaltenspräventiven Angebote für die Kinder und Jugendlichen beinhalten Aspekte des Kompetenz- und Beziehungstrainings und fördern die psychische Gesundheit. Die Eltern sollen unterstützt und befähigt werden, ihre Kinder vor und während der Pubertät angemessen zu unterstützen. Um die Nachhaltigkeit der erzielten Effekte sichern zu können und die Jugendlichen nach Beendigung der Projektzeit in ein gesundheitsförderndes Umfeld zu entlassen, sorgt sich ein persönlicher Coach um die kontinuierliche Betreuung der Jugendlichen und begleitet sie in weiterführende Angebote, die in ihrem Umfeld angeboten werden. Förderung der psychischen und körperlichen Gesundheit, Verbesserung der familiären Atmosphäre und die Sinnstiftung durch die Vermittlung der Jugendlichen in außerschulischen Aktivitäten sind implizite und explizite Ziele von Präventions- und Gesundheitsförderungsaktivitäten, die nach den Bundesrahmenempfehlungen der Nationalen Präventionskonferenz umzusetzen sind.

Das Projekt besteht aus den folgenden Komponenten:

Kompetenz- und Beziehungstraining für Schüler:

Beim Kompetenz- und Beziehungstraining für Schüler geht es um Förderung einzelner Lebenskompetenzen wie Beziehungsfähigkeit, Selbstachtung, Körperwahrnehmung (in Zusammenhang mit gesunder Ernährung und Bewegung), sowie Wahrnehmung und positiver Umgang mit Gefühlen und Bedürfnissen, *Stressbewältigung*, konstruktiver Umgang mit Konflikten und Auseinandersetzung mit den *Konsumrisiken von Suchtmitteln*. (*Gesundheitsförderungskompetenz*)

In einzelnen Trainingsmodulen (maximal 2 (Schul-) Stunden, 1. Halbjahr 14-tägig, 2. Halbjahr Jahr monatlich, 3. + 4. Halbjahr Jahr vierteljährlich, in den Räumen der Beratungsstelle oder alternativ in der Schule) werden diese Themen aufgegriffen und die neu gewonnene Erfahrungen ausgewertet. Dieser Reflexionsprozess erfordert eine längerfristige Begleitung der Schüler. Für diese Aufgabe soll ein so genannter „Coach“ eingesetzt werden.

Kompetenztraining Eltern:

Untersuchungen zeigen, dass Eltern, die sich in schwierigen Lebenssituationen befinden (Arbeitslosigkeit, fehlende soziale Integration, *Sucht-* und/oder *Gewaltproblematiken*) häufig über eine mangelhafte Erziehungskompetenz verfügen. Ein kontinuierliches Elterstraining kann die Defizite im Erziehungsverhalten schrittweise kompensieren (3 Abende à 1,5 Std.). Themen sind u.a.:

- Wahrnehmung der Elternrolle
- Die Bedeutung von gesunder Ernährung und Bewegung in den versch. Entwicklungsabschnitten von Kindern und Jugendlichen
- Eltern in der Vorbildfunktion
- Konfliktlösungsstrategien zwischen Eltern und Kindern/Jugendlichen
- Techniken zum Abbau von Stress

Koordination regionaler Angebote:

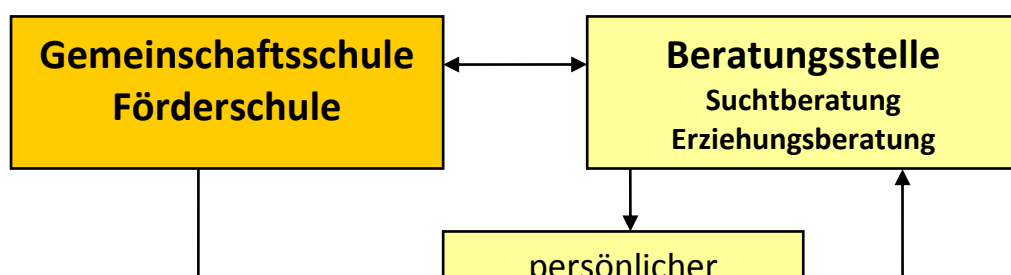
Häufig gibt es eine Fülle von regionalen Angeboten in Sportvereinen, Jugendpflege und Initiativen, die für diese Zielgruppe von Interesse und förderlich wären, aber von den betroffenen Kindern und Jugendlichen nicht ausreichend genutzt werden. Durch eine stärkere Vernetzung der Anbieter sowie den Abbau der Schwellenängste durch das Kompetenztraining soll eine Überleitung der Schülerinnen und Schüler in bestehende Angebote erleichtert werden. Hierzu soll auch ein *Peer Ansatz* aufgebaut werden.

In einer Phase 2 soll ein Unterstützungsangebot von Jugendlichen für Jugendliche aufgebaut werden, in dem Jugendliche Ihresgleichen besser bei der Nutzung von regionalen Angeboten unterstützen können und die Schranken und Hindernissen beim Nutzen von öffentlichen Angeboten wie Sportverein, Jugendfeuerwehr, Clubs eher überwunden werden.

plus Coach:

Coachen heißt einen Entwicklungsprozess zu begleiten, bestehende Ressourcen und Potentiale zu nutzen sowie in Konfliktsituationen nach konstruktiven Lösungsmöglichkeiten zu suchen.

Der (Schüler)- Coach soll eine Doppelfunktion als Trainer und persönlicher Ansprechpartner bei Krisen übernehmen. Die Schüler können ihn zu festgelegten Zeiten über Handy, SMS, WhatsApp oder andere soziale Medien erreichen, um sich gemeinsam zu beraten oder verabreden. Der Coach begleitet diesen Prozess verlässlich über die Dauer des Projektes.



Projektumfang:

Das Projekt ist insgesamt mindestens 3 Jahre angelegt. Es wird durch das integrativ arbeitende Beratungszentrum Südstormarn (Erziehungs- Familien und Lebensberatung, Sucht- und Drogenberatung, Frauen- und Mädchenberatung sowie sozialpsychiatrische Beratung und Begleitung) und die Alkohol- und Drogenberatung im Kreis Herzogtum Lauenburg durchgeführt. .

Die Besetzung der Stelle wird mit in Jugendsozialarbeit und Prävention qualifizierten sozialpädagogischen Fachkräften erfolgen.

Beispielrechnung für 1 Klasse

I. Kompetenz- und Beziehungstraining Schüler

- | | |
|---|-------------|
| 1. Halbjahr = 8 Trainings (3,5 Std. inc. Vor- und Nachbereitung, alle 14 Tage, minus Schulferien) | = 28 Std. |
| 2. Halbjahr = 5 Trainings (3,5 Std, 1 x monatlich) | = 17,5 Std. |
| 3. Halbjahr = 2 Trainings (3,5 Std 1x vierteljährlich) | = 7 Std. |
| 4. Halbjahr = 2 Trainings (3,5 Std. 1 x vierteljährlich) | = 7 Std. |
| 5. Halbjahr = 0 Trainings | = 0 Std |
| 6. Halbjahr = 0 Trainings | = 0 Std. |

Gesamtstunden auf 3 Jahre p. Klasse = 59,5 Std.

II. Kompetenztraining Eltern

3 Abende x 3 Std. (1,5 Std Training + Vor- u. Nachbereitung) = 9 Std.

III. Coaching

8 Std. p. Monat pro Klasse x 12 Monate = 96 Std.

Gesamtstunden auf 3 Jahre = 288 Std.

IV. Projektleitung 2 Std. p. Monat x 3 Jahre = 72 Std.

Gesamtstd. auf 3 Jahre = 428,5 Std.

Regionalentwicklung:

Vor Projektstart wird K3 Plus an den Schulen beworben. Konkret heißt das, dass Projekt nur mit breiter Unterstützung der Lehrer-, Elternschaft- und Schülerschaft zu initiieren ist. Es wird jeweils in der Schulkonferenz vorgestellt und muss dort vor dem Start auf eine breite Zustimmung stoßen. Die Genehmigung der Schulleitung wird in jedem Fall vorher schriftlich eingeholt.

Projektstart: 1. Schulhalbjahr 7. Klasse, September 2017