

**Rausch
und
Risiko**

**Hintergründe
Berichte
Interviews**

**Aktuelles aus den
Kompetenzzentren**



Editorial

Risiko vermeiden – Rausch kontrollieren



Das morgendliche Aufstehen mit verschlafenen, noch halb geschlossenen Augen; das Überqueren einer Strasse; das Traversieren einer steilen Wand beim Klettern: All diese Tätigkeiten bergen gewisse Risiken in sich. Manche sind klar erkennbar (der Kletterer ist sich seines riskanten Unterfangens bewusst), manche sind leicht vermeidbar (die Strasse könnte erst beim nächsten Fussgängerstreifen überquert werden) und manche sind überhaupt nicht voraussehbar (der schlaftrunkene Tritt in die am Vorabend nicht weggeräumten Nägel für das neue Gestell).

Manche Risiken nehmen wir einfach so hin, andere wollen wir unbedingt vermeiden. Die Risikobereitschaft jedes Einzelnen variiert stark und hängt von verschiedenen Faktoren wie Alter, sozialem Umfeld, eigenem Wissen oder einfach nur von der persönlichen Tagesform ab. Ein entscheidender Faktor, welcher die Risikobereitschaft eines jeden nachweislich erhöht, ist der Rauschzustand. Ein Glas über den Durst und schon werden Risiken hingenommen und eingegangen, welche man in nüchternem Zustand um jeden Preis vermeiden würde. Im berauschten Zustand sind psychomotorische Funktionen gestört, die Reaktionszeit ist verlängert, das Urteilsvermögen nimmt ab und Gemütsbewegungen verändern sich. Vor allem Jugendliche, die verglichen mit der Gesamtbevölkerung grundsätzlich schon risikofreudiger sind, neigen unter Einfluss von Alkohol oder anderen Rauschmitteln zu nochmals erhöhter Risikobereitschaft. Ausserdem unterschätzen die Jugendlichen die Wirkung des Alkohols, was die Unfall- und Verletzungsgefahr erhöht. In den letzten Jahren haben Rauscherlebnisse bei Schweizer Jugendlichen stetig zugenommen und die Konsumentinnen und Konsumenten von Cannabis und Alkohol werden immer jünger.

Das Bundesamt für Gesundheit sieht angesichts dieser verschärften Problemlage dringenden Handlungsbedarf. Mit dem zurzeit in Erarbeitung befindlichen ‚Nationalen Programm Alkohol (NPA)‘ wird zusammen mit den wichtigsten Akteuren der Alkoholpolitik bis Ende 2007 ein Massnahmenpaket entwickelt, um die negativen Folgen des Alkoholkonsums für sich persönlich und andere einzudämmen. Dem jugendlichen Konsumverhalten wird dabei besonders Rechnung getragen.

Es gibt verschiedene Risiken, welche man nicht vorhersehen kann, welche alltäglich sind und welche auch nicht vermeidbar sind, doch die Kombination von Rausch und Risiko birgt Gefahren in sich, welche weit ernsthaftere Folgen haben können als herumliegende Nägel.

*Flavia Schlegel, Dr. med. MAS
Vizedirektorin
Leiterin Direktionsbereich Öffentliche Gesundheit
Bundesamt für Gesundheit*

Impressum

Herausgeber

bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz
Bundesamt für Gesundheit BAG
Sektion Jugend, Ernährung und Bewegung
CH-3003 Bern

+41 (0)31 323 87 55

Der *Netzbrief b+g* erscheint zwei Mal jährlich. Gratisabonnements können unter www.bildungundgesundheit.ch bestellt werden.

Redaktionsleitung

Silvio Sgier, Consulting & Coaching, Chur

Redaktionsteam

Barbara Zumstein, Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen
Christoph Müller, Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu
Maya Mülle, Elternmitwirkung
Caroline Jacot-Descombes, Amorig

Gestaltung

Grafikatelier Thomas Küng, Luzern

Druck

Gegendruck, Luzern

Auflage

6'000 Exemplare

Die redaktionelle Verantwortung für den Netzbrief b+g tragen die Redaktionsleitung und das Redaktionsteam. Die Programmleitung von *bildung + gesundheit – Netzwerk Schweiz* stellt Kohärenz zum Programm b+g sicher. Für Inhalt, Stil und Übersetzungen der einzelnen Beiträge zeichnen die jeweiligen Autorinnen und Autoren, die Kompetenzzentren/Netzwerkpartner und das Redaktionsteam verantwortlich.

Vom Risiko der «Emotionalen Ignoranz» in der Schule

Tina Hascher

Vielleicht erinnern Sie sich: Als 1996/1997 der Bestseller «Emotionale Intelligenz» von Daniel Goleman auf dem deutschsprachigen Buchmarkt erschien, entbrannte eine teilweise heftig geführte Diskussion über Vor- und Nachteile des Konzepts. Das Konzept, obschon in Teilen durchaus wertvoll, löste berechtigte Kritik beispielsweise aufgrund seiner mangelnden wissenschaftlichen Fundierung, seiner missverständlichen Verwendung des Begriffs Intelligenz und hinsichtlich seiner undifferenzierten und zu stark verallgemeinernden Sichtweise aus. Es weckte aber – ebenso berechtigt – vor allem bei den Personen in Theorie und Praxis Interesse, bei denen bisher der starke Fokus auf kognitive Faktoren (Intelligenz, Leistungen, Bewertungen, Strategien etc.) Unbehagen ausgelöst hatte.

Interessanterweise hat das Flow-Konzept von Mihaly Csikszentmihalyi (1975) im deutschen Sprachraum weitaus weniger Popularität erlangt, obschon dieses wissenschaftlich gut fundiert ist. Flow oder die Qualität der «optimalen Erfahrung» ist ein Ansatz, in dem Emotionen in hohem Masse als Quelle menschlichen Handelns angesehen werden. Unter der Annahme, dass angenehme Gefühle (Freude, Kompetenzerleben, Selbstvergessenheit) dann entstehen können, wenn die Anforderungen an eine Person mit ihren Fähigkeiten übereinstimmen (man spricht dann von «Passung»), grenzt Csikszentmihalyi Flow von unangenehmen Gefühlen wie Angst, Frustration und Langeweile ab.

Was aber – das mögen Sie sich vielleicht an dieser Stelle fragen – haben diese exemplarischen Ausführungen mit dem Titel «Vom Risiko der emotionalen Ignoranz in der Schule» zu tun? Meiner Meinung nach vor allem zweierlei:

Erstens verdeutlichen sie, dass Forschung und Praxis schlecht beraten sind, wenn sie emotionale Faktoren des Schulalltags mehr oder weniger bewusst ausblenden. Es ist dringend erforderlich, dass sich negative Gefühle wie Trauer, Wut, Frustration, Scham im Schulalltag gezielt vermeiden lassen. Ausserdem müssen positive Gefühle wie Freude, Stolz, Zuversicht, Neugier wesentlich mehr Entfaltungsmöglichkeiten erhalten. Die Gründe für dieses Plädoyer finden sich beispielsweise in der Beantwortung der folgenden Fragen:

- Wie sollen Schüler/innen die Schule als Quelle positiver Erfahrung erleben, wenn ihnen die Lernsituationen, in denen sie Freude, Stolz und Zuversicht empfinden, im Schulalltag häufig verwehrt oder ihre Entfaltung dem Zufall überlassen bleiben?
- Warum sollen Schüler/innen ihr Lern- und Sozialverhalten verbessern, wenn letztlich doch eine pseudo-objektivierte Leistungsbewertung im Vordergrund steht?

Im Hinblick auf Lehrpersonen könnten kritische Fragen in etwa wie folgt lauten:

- Wie sollen Lehrpersonen Kindern und Jugendlichen schulische Bildungsinhalte vermitteln, wenn

Inhalt

Hintergründe/Berichte/Interviews

- 3 Vom Risiko der «Emotionalen Ignoranz» in der Schule
- 5 «RISFLECTING®» – ein neues pädagogisches Kommunikationsmodell
- 6 Über Rausch reden – auch in der Schule
- 9 Internet: zwischen hilfreichen Medium, Sucht und Risiko
- 10 Interview mit Nico Zumstein
- 12 Risiko hat zwei Geschlechter
- 13 Speed: Ist Rasen männlich?
- 14 BODY TALK

Aktuelles aus den Kompetenzzentren

- 15 AMORIX – Bildung und sexuelle Gesundheit
- 16 Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung
- 17 chili – das Schweizerische Rote Kreuz
- 18 Elternmitwirkung
- 19 Schulklima
- 21 SFA – Prävention von Drogenproblemen
- 22 Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
- 23 Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen
- 24 Hinweise
- 26 Übersicht bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz

diese die Schule als Belastung, Frustrationsquelle oder Zwangsanstalt wahrnehmen?

- Wie sollen Lehrpersonen die Schüler/innen zum Lernen motivieren und für Lerninhalte begeistern, wenn Leistungsdruck, Selektionszwang und Studentakt kaum Platz für nicht-kognitive Bedürfnisse der Lernenden und Lehrenden einräumen?

Zweitens lassen sich anhand beider Ansätze die Konsequenzen ableiten, die zu erwarten sind, wenn Emotionen von Schüler/innen und Lehrer/innen ignoriert werden. Die Demotivation der Schüler/innen, die Schulmüdigkeit der Jugendlichen, ihre Abneigungen gegenüber dem Lernen und ihre Aggressionen gegen die Schule, die innere Distanzierung von der Schule oder Burn-out bei manchen Lehrpersonen lassen sich kaum verstehen und noch weniger vermeiden. Wichtige Fragen sind daher, wie Emotionen bei Schüler/innen und Lehrpersonen entstehen, welchen Einfluss sie auf das Lernen und Lehren ausüben, welche Lernumgebungen passend und welche Formen der Emotionsregulation wichtig sind, damit die schulischen Lernangebote bestmöglich genutzt werden können. Wussten Sie beispielsweise, dass

- ... eine individuelle Leistungsbeurteilung durch die Lehrperson die Hilflosigkeitsgefühle der Schüler/innen reduzieren hilft?
- ... kreative Lern- und Denkprozesse durch das Erleben negativer Gefühle gefährdet werden können?
- ... Langeweile nicht nur durch Unterforderung, sondern auch durch Überforderung der Schüler/innen entstehen kann?
- ... die Langsamkeitstoleranz der Lehrpersonen eine massgebliche Grundlage für die Entstehung von Freude der Schüler/innen ist?
- ... das Wohlbefinden der Schüler/innen stärker von ihren sozialen Beziehungen in der Schule als von ihren Leistungen abhängt?

Vor wenigen Jahren bezeichnete Reinhard Pekrun (1998) die Emotionen als einen «blinden Flecken», das heisst als eine Thematik, die sowohl in Forschung – und Praxis – noch nicht hinreichend ausgeleuchtet ist. Immer noch wissen wir zu wenig über die Entstehungsbedingungen, Funktionen und Wirkungsformen von Emotionen. Aber Schritt für Schritt enthüllen Wissenschaftler/innen die zentrale Rolle der Emotionen für Schule, Unterricht und Lernen, und es ist zu erwarten, dass sie einen neuen Blick auf Schule und Unterricht eröffnen und dazu beitragen werden, das Risiko problembehafteter Bildungsverläufe oder unzureichender Bildungsprozesse zu minimieren. Handlungsbedarf besteht aber nicht nur in der Forschung, sondern auch in der Praxis: So beispielsweise unternimmt die Schule bisher keine konzentrierten Anstrengungen, um der sich in den ersten Schuljahren vollziehenden Abnahme der Lernfreude gezielt entgegen zu wirken.

Zweifelsohne ergibt sich für die pädagogische Forschung und Praxis nicht nur eine hohe Notwendigkeit der Integration emotionaler Themen in Schule und Unterricht, sondern es besteht auch ein hohes Bedürfnis danach. Einige Anregungen dafür sind auch im Sammelband «Schule positiv erleben» (Hascher, 2004) oder im Überblicksartikel «Emotionen im Schulalltag: Wirkungen und Regulationsformen» (Hascher, 2005) nachzulesen.



*Prof. Dr. Tina Hascher, Professorin für Pädagogik an der Universität Salzburg
tina.hascher@sbg.ac.at*

Literatur

- Czikszentmihalyi, M (1975, 2005). Das Flow-Erlebnis. Jenseits von Angst und Langeweile: im Tun aufgehen. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Goleman, D. (1996, 1997). Emotionale Intelligenz. Frankfurt: dtv.
- Hascher, T. (Hrsg.) (2004). Schule positiv erleben. Erkenntnisse und Ergebnisse zum Wohlbefinden von Schüler/innen und Schülern. Bern u.a.: Haupt.
- Hascher, T. (2005). Emotionen im Schulalltag: Wirkungen und Regulationsformen. Zeitschrift für Pädagogik, 5, 610–625.
- Pekrun, R. (1998). Schüleremotionen und ihre Förderung: Ein blinder Fleck der Unterrichtsforschung. Psychologie in Erziehung und Unterricht, 44, 230–248.

«RISFLECTING©» – ein neues pädagogisches Kommunikationsmodell

Gerald Koller

Das Bedürfnis nach dem «gewissen Etwas», dem ultimativen Kick, die Lust auf Risiko gehört zum Leben. Ohne Risiko entsteht nicht Neues. Das Kommunikationsmodell «RISFLECTING©» bietet Strategien an, die Rausch und Risiko einschätzbar und dadurch in den Alltag integrierbar machen.

Die Gesellschaft fordert Risikobereitschaft ...

Rausch und Risiko sind in unserer Gesellschaft höchst ambivalent gebrauchte Begriffe: auf der einen Seite werden sie als mögliche Gefährdung von Stabilität und Gesundheit problematisiert bzw. moralisch verworfen – auf der anderen Seite von politischen, wirtschaftlichen und sozialen Kräften als wichtige Faktoren in PR-Events erkannt und eingesetzt. So wird insbesondere der Freizeitbereich junger Menschen als rauschhaftes «no risk – no fun» Patchwork inszeniert. Philosophen und Lernpsychologen fordern überdies vermehrt Risikobereitschaft, die erst Lernen und Wertentwicklungen ermöglicht. Und die globale Wirtschaft erwartet sie als Grundtugend des gegenwärtigen und zukünftigen Arbeitsalltags.

... ruft nach pädagogischen Konsequenzen

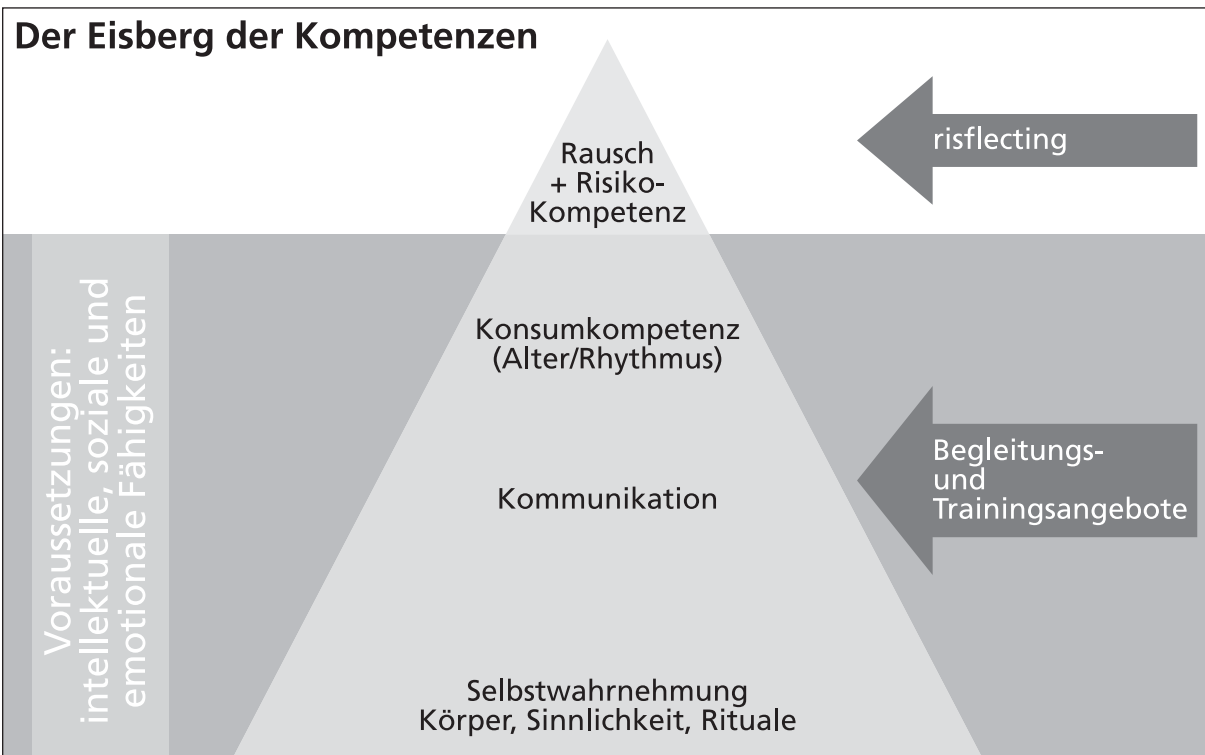
Das Bedürfnis nach Risikosituationen und rauschhaften Erfahrungen ist im Menschen verankert, ihm wird täglich millionenfach auf verschiedenste Weise nach-

gegangen. Dies ruft nach Auseinandersetzung und Kultivierung auch in der Schule.

Pädagogik, die Rausch und Risiko ausschliesslich mit Gefahren und Tod assoziiert, hilft Menschen nicht, eine Verbindung zwischen ihrem alltäglichen Leben und ihren ausseralltäglichen Sehnsüchten und Erfahrungen aufzubauen. Sie spaltet vielmehr in zwei Bewusstseinsbereiche: ein von Kontrollmoral besetztes «ÜberIch» und ein triebhaftes «Es». Für unsere mit Schuldgefühlen erlebten Rausch- und Risikoerfahrungen wird dann keine Verantwortung mehr übernommen («Ich weiss nicht, was ich gestern gesagt habe – ich war ja betrunken»).

Lebenskompetenzen – die Voraussetzung für die Entwicklung von risflecting

Das lernende Gehirn bildet neue Synapsen zwischen den Neuronen nur in freudvoller Gestimmtheit, also bei Ausschüttung von Dopamin oder Serotonin. Neuropharmakologische Forschungsergebnisse lassen darauf schliessen, dass ein optimaler Umgang mit Rausch und Risiko nicht durch die Warnung vor den Gefahren, sondern vielmehr durch den Aufbau einer kommunikativen Brücke zwischen alltäglicher Vernunft in der Vor- und Nachbereitung und dem Risikobereich in den gefühlssteuernden Zentren unseres Gehirns (während des Erlebens) gewährleistet wird



(vgl. Hepp, Duman, 2000).

Um Rausch- und Risikokompetenz zu entwickeln, bedarf es grundsätzlicher intellektueller, sozialer und emotionaler Fähigkeiten. Bevor also Grenzerfahrungen entsprechend dem *risflecting*-Ansatz zu Rausch- und Risikopädagogik bewusst gestaltet und reflektiert werden, sind Jugendliche in der Körper- und Selbstwahrnehmung zu fördern. Diese zu bilden, ist Ziel allgemeiner Pädagogik, der Gesundheitsförderung und der primären Suchtprävention. Der «Eisberg grundlegender Kompetenzen» zeigt, dass die Fähigkeit, mit Rausch- und Risikosituationen umzugehen, als «special skill» die Spitze eines Eisbergs von generellen life skills ist.

RISFLECTING©

Seit einigen Jahren werden Strategien entwickelt, wie statt der Minimierung von Rausch- und Risikosituationen eine Optimierung des Verhaltens erreicht werden kann. Dazu bedarf es

- der Stärkung persönlicher Kompetenzen,
- offener Kommunikationsformen über Erfahrungen und Erlebnisse
- sowie der Kultivierung des Diskurses über Rausch und Risiko.

Das Wagnis, ein RISiko einzugehen / Rausch zu erleben, wird durch Vor- und Nachbereitung, also durch Re-FLEKTion, einschätzbar und in den Alltag integriert.

*Gerald Koller, Pädagoge, Geschäftsführer des Büro VITAL – Verein für Prävention und Partizipation in Steyr
www.risflecting.at*

Über Rausch reden – auch in der Schule

Urs Rohr

Der Begriff des Rausches wird widersprüchlicher behandelt als der des Risikos. Einerseits wird alles Rauschhafte als «unvernünftig» und potentiell schädlich qualifiziert. Es wird ein Ideal des allzeit nüchternen, streng rationalen Menschen kreiert, dessen Erfüllung weder möglich noch wünschbar ist. Andererseits ist die Menschheitsgeschichte voll von Persönlichkeiten, die in einer Art Rausch Grosses geleistet haben (Wissenschaftler, Künstlerinnen, Feldherren etc.). Und jede erwachsene Person erinnert sich gerne an Situationen, wo sie rauschhafte Gefühle geniessen konnte, sei dies nun beim ersten Kuss, nach dem verwerteten Elfmeter, im kreativen Schaffensrausch oder im durch psychoaktive Substanzen verursachten Rausch.

Räusche sind per se weder gut noch schlecht. Und durch Substanzen herbeigeführte Räusche müssen auch nicht gefährlicher sein als solche, die durch körpereigene Hormone ausgelöst werden. Von zentraler Bedeutung sind «Dosis, Set und Setting», oder mit anderen Worten: Es kommt darauf an, wer, wann, wo, wie viel, wovon konsumiert oder erlebt, ob ein Rausch schädlich ist oder das Leben bereichert. Denn nicht jeder Rausch ist eine Flucht vor der Realität (bzw. vor dem, was gemeinhin als Realität bezeichnet wird), ein «guter Rausch» ist eine Erweiterung der Realität.

Natürlich ist jeder Rausch auch ein Risiko. Damit sind nicht nur die gesundheitlichen Risiken gemeint, die aus Rauschexzessen erwachsen können, sondern z. B. auch die Risiken, durch unangemessenes Verhalten aufzufallen, mit dem Gesetz in Konflikt zu geraten oder etwas Neues über sich und die Welt zu erfahren, das bisherige Gewissheiten in Frage stellt.

Um ein differenzierteres Bild des Phänomens Rausch zu entwickeln, ist es hilfreich, sich zuerst einmal bewusst zu werden, dass höchst unterschiedlich mit Rauscherlebnissen (bzw. allgemein mit Risikosituationen) umgegangen werden kann. Zwischen Abstinenz und Missbrauch (bzw. Sucht) existieren noch drei weitere Verhaltensweisen, die aber oft negiert werden, insbesondere im Diskurs mit Jugendlichen.

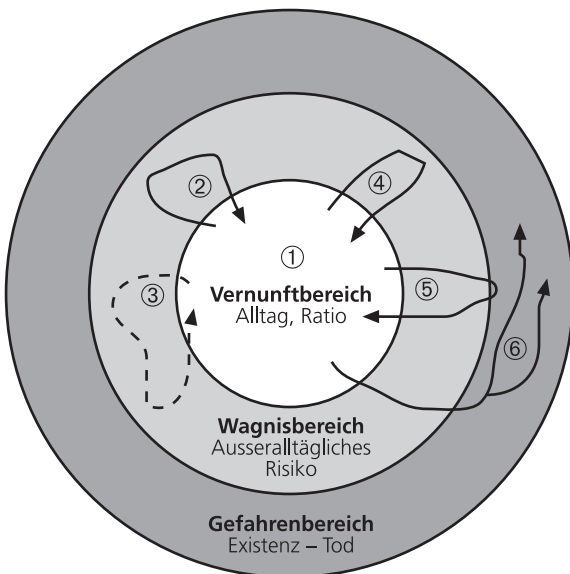
Sechs Rauschwege

Strategie 1: Abstinenz

Die Abstinenz wird oft als das einzig wünschbare Verhalten propagiert, viele (sucht)präventive Kampagnen und Initiativen zielen auf den absoluten Verzicht («Just say no» etc). Tatsächlich macht es in den allermeisten Fällen Sinn, bewusst auf ein Rausch- oder Risikoerlebnis zu verzichten, weil die momentanen Umstände (z.B. in der Schule), die persönliche Gestimmt-

RISFLECTING[©]

6 Verhaltenstypen des Umgangs mit Rausch und Risiko



- | | |
|-----------------------|---------------|
| 1: Abstinenz | 4: «Flow» |
| 2: Minimierung | 5: «Kick» |
| 3: Unbewusstes Risiko | 6: Missbrauch |

heit (z.B. traurig) oder die Art der Droge oder Tätigkeit (z.B. zu toxisch oder zu hohes Suchtpotential) nicht dazu geeignet sind.

Allerdings häufen sich die Belege dafür, dass ein vollständig «rauschabstinentes» Leben keinesfalls gesund sein muss. Oft sind es überaus ängstliche oder gar zwanghafte Personen, die jedes Risiko und jede Veränderung ihrer sinnlichen Wahrnehmung als bedrohlich erleben. Eine Langzeituntersuchung bei Jugendlichen in fünf europäischen Städten kommt gar zum Schluss, dass es um die psychische Gesundheit von jungen Erwachsenen, welche in der Adoleszenz extrem vorsichtig oder ängstlich im Umgang mit Risiken und Rauschen war, schlechter bestellt ist als um die Gesundheit derjenigen, die ab und zu über die Stränge schlugen (Quensel 2004).

Strategie 2: Risikominimierung

Risikominimierung ist wichtig für die Entwicklung eines angstfreien und lustvollen Umgangs mit Rausch- und Risikosituationen. Er steht für ein vorsichtiges, schrittweises Verlassen des «gesicherten Grundes der Realität». Kurze Ausflüge in das Reich der Emotionen und die Gewissheit, wieder unversehrt in der ver-

nunftgeprägten Realität zu landen, schaffen Sicherheit und ermöglichen erst, aus einer persönlichen Warte herauszufinden, «was mir gut tut».

Strategie 3: unreflektierte Risiken eingehen

Das Eingehen von unreflektierten Risiken hat oft schwerwiegende Folgen. Man setzt sich dabei Situationen aus, deren mögliche Gefahren für sich selbst oder Andere nicht abgeschätzt werden können oder wollen. Wenn Jugendliche eine «Ecstasy»-Pille von einem unbekanntem Dealer einnehmen, dann ist das ein solches Risiko, da weder Dosierung noch Inhaltsstoffe dieser Pille bekannt sind. Vergleichbare Situationen können auch ohne Drogen entstehen, etwa beim Snowboarden ohne sich um Wetterbericht und Schneezustand zu kümmern oder mit 120 auf der Autobahn, wenn die nebelbedingte Sichtweite 50 m beträgt ...

Strategie 4: Flow

Der Begriff des «Flow» wurde vom Psychologen Csikszentmihalyi (1995) geprägt und steht hier für einen «idealen» Rausch. Mit Flow wird das Gefühl des völligen Aufgehens in einer Tätigkeit beschrieben. Wenn wir im Flow sind, sind unser Fühlen, unser Wollen und unser Denken in diesen Augenblicken in Übereinstimmung. Während wir der Tätigkeit nachgehen, spielen für uns weder die Zeit, noch wir selbst eine Rolle und das Handeln geht mühelos vonstatten. Der Flow ist mit einem sinnlichen Glücksgefühl verbunden und im Zustand des Flow sind wir besonders aufnahmebereit und lernfähig. Ein Flow-Gefühl kann sich beispielsweise auch im Arbeitsprozess oder auf dem Mountainbike einstellen.

Strategie 5: Kick

Der «Kick», geht ans Limit. Hier geht es um Grenzerfahrungen, die durchaus auch mit Angst (bzw. mit der Lust an der Angst) verbunden sind. Bewusst werden erhöhte Risiken in Kauf genommen und der Grat zwischen Hochgefühl und Absturz (bzw. Folgeschäden) ist oft nur schmal. Häufig suchen Personen mit eingeschränktem Zugang zu sinnlichem Empfinden, bzw. mangelndem Körpergefühl immer wieder nach immer extremeren Kicks, was nicht selten mit zunehmender Steigerung der Dosis bzw. der eingegangenen Gefahren verbunden ist.

Strategie 6: Missbrauch

Der Missbrauch schliesslich steht für ein Rauschverhalten «ohne Rücksicht auf Verluste» und hat oft autoaggressive Komponenten. Es wird in Kauf genommen, dass eine Rückkehr ins «normale», sozial akzeptierte und nüchterne Leben nicht mehr möglich ist.

Konsequenzen für die pädagogische Arbeit

Die pädagogische Arbeit konzentriert sich auf die Strategien 2 bis 5. Personen, die zur Strategie 1 neigen, haben dafür gute Gründe und sollten nicht fahrlässig zu grösserem Risiko animiert werden. Und Personen, deren Verhalten der Strategie 6 entspricht, bedürfen therapeutischer und nicht pädagogischer Bemühungen.

Wie lässt sich das Rausch- und Risikoverhalten Jugendlicher im pädagogischen Kontext optimieren, so dass den Jugendlichen ein Maximum an Genuss und Selbstbestimmung bei einem Minimum an Selbst- oder Fremdgefährdung möglich wird? Gerald Koller formuliert in seinem Risiflecting-Konzept (siehe nebenan) entsprechende Postulate. Gundula Barsch führt in ihrem Konzept zur Förderung der Drogenmündigkeit (2000) die Kernbereiche Drogenkunde, Genussfähigkeit, Kritikfähigkeit und Risikomanagement auf. Basierend auf diesen zwei Konzepten und aufgrund eigener pädagogischer Erfahrungen halte ich die folgenden fünf Punkte für besonders wichtig:

Reflexion und Authentizität der Lehrperson

Rauschpädagogik ist zu einem grossen Teil Haltungs-sache, ein Grundsatz, der für die gesamte gesundheitsfördernde Pädagogik gilt. Die Lehrperson sollte sich bewusst sein, wo und wie sie selbst rauschhafte Momente erlebt, und welche Risiken sie dafür einzugehen bereit ist. Und wie war das in der eigenen Jugend? Wo gab es in der eigenen Biografie besonders gelungene oder aber besonders gefährliche Rausche? Was waren die Bedingungen dafür, dass man selbst nicht beschädigt, sondern bereichert aus einem Rausch zurückfand?

Enttabuisierung, offener Diskurs über Rausch und Risiko

Angesichts der Tatsache, dass die Anzahl der Jugendlichen, die sich auf eine ungesunde, selbst- und/oder fremdgefährdende Art berauschen, in den letzten Jahren stetig zugenommen hat, müssen Rausch und Risiko auch in der Schule Thema sein und zwar nicht erst in der Oberstufe. Das Phänomen der jugendlichen Suche nach Grenzerfahrungen darf dabei nicht moralisch wertend abqualifiziert werden, sondern es soll ein offener Diskurs über Motivationen, Arten und möglichen Folgen von rauschartigen Erlebnissen ermöglicht werden.

Alters- und geschlechtergerechte, objektive Information

Immer wieder erschreckend ist, wie wenig Schüler/innen, die sich mit einer gewissen Selbstverständlichkeit jedes Wochenende berauschen, über die kon-

sumierten Substanzen, deren Wirkungen auf Körper, Geist und Seele sowie die möglichen Folgeschäden ihrer Rausche wissen. Damit solche Informationen von den Schüler/innen nachhaltig aufgenommen werden, dürfen sie nicht mit der moralischen Drohkeule verabreicht werden. Information muss die Jugendlichen bei deren Bedürfnissen abholen, thematisch und formal deren Alter angepasst sein und sie muss berücksichtigen, dass Jungen einen anderen Umgang mit Rausch und Risiko haben als Mädchen. Dies bedingt natürlich, dass auch das Wissen der Lehrperson «auf dem Stand der Dinge» ist, sei es zu Rauschdrogen, zu Risikosportarten oder zu den alltäglichen Risiken, die ein Aufwachsen in unserer «Risikogesellschaft» (U. Beck, 1986) mit sich bringt.

Fördern von Genussfähigkeit und Bewusstsein für «kleine Rausche»

Die Schüler/innen können anhand eigener reflektierter Erfahrungen ein Bewusstsein dafür entwickeln, welche Voraussetzungen für Genusserlebnisse nötig sind. Sie werden so befähigt, zwischen «Konsum» und «Genuss» kritisch zu unterscheiden, was in einer Welt von Werbebotschaften nicht immer einfach ist. Zudem können sie lernen, dass es zwischen «Nüchternheit» und «Vollrausch» eine breite Palette von kleinen, feinen Rauscherlebnissen gibt. Das beginnt bei der Irritation über ein déjà-vu-Erlebnis, führt über den Adrenalinschub auf der Achterbahn und muss nicht bei der Appetit- und Schlaflosigkeit des oder der frisch Verliebten enden.

Pflegen von Ritualen, Festen, Anlässen

Auch im Schulalltag gibt es besondere Gelegenheiten, an denen sich rauschartige Gefühle erleben lassen. Das kann der Laternenumzug durch die dunklen, winterlichen Strassen sein, die von Schüler/innen selbst gestaltete Party am Schulsylvester oder der Marsch auf den Berggipfel nach nur vier Stunden Schlaf, um im Klassenlager den Sonnenaufgang zu bewundern. Viele Ideen und Ansätze bietet hier die klassische Erlebnispädagogik, wobei der gemeinsamen Vor- und Nachbereitung des Erlebten ausreichend Beachtung zu schenken ist. Wichtig ist auch hier, dass das Rauschhafte die Ausnahme bleibt, denn Gewohnheit und Gewöhnung sind Feinde des guten Rausches und führen mitunter zu Realitätsflucht und Suchtentwicklung.

Die Schule kann und soll also nicht zum primären Experimentierfeld für Risiko- und Rauscherlebnisse werden. Niemand wünscht sich Lehrpersonen, die sich

mit ihren Schüler/innen betrinken oder auf Schulreisen unnötig riskante Routen wählen. Zudem sind Rauscherlebnisse in der Regel zu individuell und intim, um sie im «Zwangskollektiv» Schulklasse zu kultivieren. Die Schüler/innen sollen in der Schule nicht lernen, sich zu berauschen, sondern sie sollen lernen, sich über ihre Gefühlswelt, ihre Sehnsüchte, ihre Glücksmomente und Ängste auszutauschen. So kann die Schule durchaus dazu beitragen, die jugendliche Suche nach Grenzerfahrungen, nach intensivem, sinnlichem Erleben in selbstbestimmte und relativ ungefährliche Bahnen zu lenken, indem sie von der weit verbreiteten Doppelmoral Abstand nimmt, den Schüler/innen das nötige Wissen vermittelt, sowie deren persönliche Kompetenzen im Umgang mit Risiken fördert.



*Urs Rohr, lic. phil. II, Risikopädagoge
Bereichsleiter «Jugend» bei der
Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich
urs.rohr@zuerich.ch*

Literatur

Barsch, Gundula: «Risikoprävention oder Drogenmündigkeit oder beides?». In: Akzept e.V. & Indro e.V. (Hg.) «Gesellschaft mit Drogen – Akzeptanz im Wandel. Studien zur qualitativen Drogenforschung und akzeptierenden Drogenarbeit, Band 31. Berlin, 2000.

Beck, Ulrich: «Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne.» Frankfurt a.M., 1986.

Csikszentmihalyi, Mihaly: «Flow. Das Geheimnis des Glücks,» Stuttgart, 1992.

Koller, Gerald u.A.: «Risflecting – Grundlagen, Statements und Modelle zur Rausch- und Risikopädagogik. Ein Studien- und Lesebuch». Steyr, 2002. Z. Zt. vergriffen, aber unter www.risflecting.at als PDF frei verfügbar.

Quensel, Stephan: «Das Elend der Suchtprävention. Analyse, Kritik, Alternative.» Wiesbaden 2004.

SFA mit Unterstützung von b+g: «Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung. Pädagogisches Hilfsmittel für Lehrpersonen der Oberstufe.» sowie die anderen drei Hefte der Reihe «Jugend und Alkohol», Lausanne, 2005. (als PDF auf www.sfa-isp.ch)

Internet: zwischen hilfreichem Medium, Sucht und Risiko

Franz Eidenbenz

Kommunikation in Schule, Beruf und Freizeit verändert sich durch das Netz grundlegend. Ohne Kenntnisse der neuen Technologien ist eine berufliche und private Zukunft kaum mehr denkbar. Neue Medien wie Handy, Internet, elektronische Agenden usw. gehören zum Alltag der @-Generation.

Neben den unbestrittenen Vorteilen und faszinierenden Möglichkeiten bringt das Internet auch verschiedene Risiken mit sich, die sorglose junge Benutzer/innen in grosse Schwierigkeiten bringen können.

Grenzüberschreitungen

Neben Delikten wie Betrug, rassistische Inhalte, Gewaltdarstellungen, Urheberrechtsverletzungen usw. ist Kinderpornographie und Pädosexualität ein ernstzunehmendes Thema im Netz. Zur Bekämpfung dieser Grenzüberschreitungen wurde 2003 die Koordinationsstelle Kobik (www.cypercrime.admin.ch) geschaffen.

Für Eltern ist es wichtig zu wissen, dass auf Kinderchats Annäherungsversuche von Erwachsenen mit

pädophilen Absichten stattfinden. Dies ist vor allem in schlecht- oder unkontrollierten Chats bereits nach wenigen Minuten der Fall. Grenzüberschreitungen unter Jugendlichen selber erfolgen oft per Handy.

Auch wenn es in relativ wenigen Fällen zu gravierenden Grenzüberschreitungen kommt, sind die daraus resultierenden Verletzungen aus psychologischer Sicht oft massiv.

Sucht

Zum zahlenmässig grössten Risiko gehört die Abhängigkeit vom Netz, die sogenannte Internet- oder Online-Sucht. In der Schweiz gelten 6% der User als internetsüchtig oder gefährdet. Virtuelle Spielwelten, Chats, Sex- und Pornografieseiten gehören im Wesentlichen zu jenen Bereichen, die das grösste Suchtpotential mit sich bringen. Krankhafte Abhängigkeiten werden oft spät erkannt oder bagatellisiert, da sie sich unauffällig entwickeln. Jugendliche, die zur Risikogruppe gehören, verbringen den allergrössten Teil ihrer Freizeit vor dem Computer. Sie verlieren die Kontrolle über das Mass des Internetkonsums, vernach-

lässigen ihr soziales Umfeld und riskieren ernsthafte Probleme in der Schule oder am Arbeitsplatz. Die Zeit vor dem Computer, meist bis spät in die Nacht hinein, führt zu chronischem Schlaf- und Bewegungsmangel und zum Rückgang der Leistung in der Schule oder am Arbeitsplatz. In fortgeschrittenem Stadium entstehen ernsthafte psychosoziale Folgeschädigungen wie der Verlust oder das Nichterwerben von sozialen Handlungskompetenzen, Jobverlust / Fernbleiben von der Schule, Trennung von Partner und Familie und persönliche Isolation.

Trotz der Offensichtlichkeit der negativen Folgen sind Betroffene selten aus eigener Kraft zu einer Verhaltensänderung fähig. Es ist deshalb wichtig, dass nahe stehende Personen aus dem Umfeld mit Druck und Unterstützung Motivation zur Veränderung schaffen. Angehörige können dazu auch die Beratung einer Suchtberatungsstelle in Anspruch nehmen.

Prävention

Um die negativen Entwicklungen zu begrenzen und einen konstruktiven Umgang mit den neuen Medien zu fördern, sind präventive Massnahmen dringend

nötig. Medienpädagogik und Information über soziale Auswirkungen sollten im schulischen Umfeld einen ähnlichen Stellenwert erlangen, wie der technische Umgang mit den neuen Technologien. Die Suchtpräventionsstellen des Kantons Zürich (www.suchtpraevention-zh.ch) haben im Juli einen Test und Informationen zum Phänomen auf ihrer Homepage veröffentlicht.

*Franz Eidenbenz,
Fachpsychologe für Psychotherapie FSP
Geschäftsleiter Beratungsstelle und Selbsthilfezentrum Offene Tür Zürich, www.offenetuer-zh.ch*

Weiterführende Links

www.cybercrime.admin.ch
www.konsumentenschutz.ch (kids im Netz)
www.suchtpraevention-zh.ch
www.onlinesucht.de
www.internetsucht.de
www.fit4chat.ch
www.security4kids.ch

Schöne, bunte, berauschende virtuelle Welten

Interview mit Nico Zumstein
Kantonsschüler
Juli 2006

Netzbrief: Welche Spiele mit welchem Inhalt findest du attraktiv und wie häufig spielst du?

Nico: Wenn ich meinen doch recht bescheidenen Haufen an Games anschau, dann muss ich sagen, dass sich vor allem Strategiespiele wie Age of Empires oder Warcraft darunter finden. Von mir aus gesehen kommt es sehr darauf an, worauf man gerade Lust hat. Manchmal spiele ich bei einem Kollegen irgendein, im Prinzip, sinnloses Ballerspiel. Ein Andermal hab ich mehr Bock auf ein Fussballspiel, ein Sims oder eben auch auf gar nichts. Etwas ist bei Mädchen und Knaben aber sicher grundverschieden. Ich hab noch nie ein Mädchen gesehen oder von einem gehört, dass stundenlang vor dem PC sitzt und namenlose Bösewichte abknallt. Im Allgemei-

nen würde ich sowieso sagen, dass sich vor allem die männlichen Kinder, Jugendliche oder auch Erwachsene für längere Zeit vor den Rechner setzen. Natürlich nur wenn's ums Gamen geht aber nicht wenn's ums Chaten geht, das ist eine andere Sache. Ich persönlich spiele seit etwa sechs Jahren, also seit ich etwa neun war. Wie oft und wie lang kann ich nicht sagen, weil das sehr unterschiedlich ist. Manchmal spiele ich während zwei Wochen jeden Tag eine bis zwei Stunden, dafür den ganzen nächsten Monat quasi gar nicht mehr. Im Vergleich mit meinen Freunden und Kollegen würde ich sagen, dass ich eben ein sehr unregelmässiger Spieler bin, viele zocken beinahe täglich und das für Stunden, was ich von mir nicht behaupten kann oder muss.

Netzbrief: Was ist so faszinierend am Spielen? Was gibt den Kick?

Nico: Für mich ist das Coole an einem Game, dass ich in eine komplett andere Welt eintauchen kann. Man baut sich eine neue oder zumindest eine andere Existenz auf, man kämpft mit Pumpgun oder Schwert für das (vermeintlich) Gute oder man kann einfach nur zuschauen, wie sich die von dir kreierte Fussballmannschaft gegen die stärksten Vereine der Gegenwart schlägt.

Netzbrief: Gibt es Jugendliche, die zu viel spielen?

Nico: Wie viel ist zu viel? Von mir aus gesehen, ist es dann zu viel, wenn sich jemand über längere Zeit vor allem oder hauptsächlich um das Spiel kümmert. Das muss nicht mal heissen, dass er extrem viel spielt. Im Grunde reicht es schon, wenn du den halben Tag über dieses Spiel nachdenkst und dich für kaum etwas anderes interessierst. Das einzige Mal, als mir das passierte, war in den Sommerferien vor zwei Jahren. Ich sass zusammen mit einem Freund beinahe die ersten eineinhalb Wochen vor dem Computer und kaperte in der Karibik des 17. Jahrhunderts friedliche Händler. Und wenn ich nicht gerade am Gamen war, überlegte ich wie ich an noch mehr Geld, an noch mehr Macht oder Ansehen herankommen könnte.

In erster Linie kann das passieren, weil ein Spiel schlicht und einfach genial aufgebaut ist. Es lässt einen einfach nicht mehr los, es fasziniert einen richtiggehend. Dies hört aber meist nach einer oder zwei Wochen wieder auf. Viel schlimmer ist es, aus meiner Sicht, wenn man nur aus Langeweile den ganzen Tag am Bildschirm verbringt.

Da gibt es aber auch noch ein anderes Problem. Normale Games verleiden einem nach einer gewissen Zeit. Bei den Online-Games wie World of Warcraft aber geht das nicht so schnell. Ich selbst habe zwar nie WoW gespielt, weiss aber von Leuten die richtig süchtig danach waren und das über längere Zeit. Dies aus dem einfachen Grund, weil das Spiel nie zu Ende ist und man immer besser und stärker werden kann, und weil beinahe unbegrenzte Möglichkeiten zur Verfügung stehen.

Netzbrief: Wie verhinderst du, dass bei dir der Rausch am Spiel nicht zu einem ernsthaften Risiko wird?

Nico: Indem ich in meiner Freizeit auch noch andere Sachen mache als nur gamen, zum Beispiel mit anderen

(und zwar mit echten) Leuten in die Badi gehen, mit Kollegen Magic spielen oder sonst irgendwo einfach ein bisschen chillen. Etwas anderes gibt es dazu eigentlich gar nicht zu sagen.

Netzbrief: Kennst du Kids, die durchs Spielen ernsthafte Probleme bekamen?

Nico: Ja. Und um ein konkretes Beispiel zu nennen: Ich ging drei Semester mit einem Jungen zur Schule, der mit Schlagzeug und Fussballspielen aufgehört hat, um mehr Zeit vor dem Computer verbringen zu können. Schlussendlich ist er dann auch von der Schule gegangen, aber nicht nur aus diesem Grund.

Netzbrief: Kannst du einen Tipp geben, damit sich durchs Spielen keine derartigen Probleme ergeben?

Nico: Nun, das hängt stark von der betroffenen Person ab. Will sie überhaupt so häufig gamen? Ich meine das kann man immerhin noch selber steuern.

Ich würde aber sagen, man sollte sich auch noch andere interessante Hobbys suchen, weil viele davon eigentlich mehr Spass machen als von einer seelenlosen Person in einem Spiel Aufträge entgegenzunehmen oder mit einem anonymen Spassti zu chatten, von dem man nicht weiss, wie alt er ist und welches seine Absichten sind.

Ausserdem muss ich sagen, dass die meisten Jugendlichen, die ich kenne, nur in einem sehr vernünftigen Mass spielen.



Nico Zumstein, 15 Jahre besucht die Kantonsschule Luzern und spielt in seiner Freizeit Games, Schlagzeug und Badminton.



Risiko hat zwei Geschlechter

Thomas Rhyner

Rausch ist ein Zustand, der sich durch gesteigerte und überschüssige Stimmungen und Gefühle auszeichnet. Im Rausch sind wir emotional erregt, wir können uns «gehen» und uns buchstäblich begeistern lassen. Dieser neue «Geist» verändert unsere Wahrnehmung der Aussenwelt. Der Rausch kann gezielt durch die Einnahme entsprechender Substanzen wie beispielsweise Drogen hervorgerufen werden. Aber auch bestimmte Erlebnisse bescheren uns Rauschzustände, das können Erlebnisse in der Natur (Sonnenfinsternis, Schneesturm) sein, beim Sport (Glücksgefühle beim Joggen), in der Musik (Tanz, Konzertgenuss) oder bei der Sexualität (Streicheleinheiten, Orgasmus).

Das Risiko zeichnet sich durch das Wagnis aus: In einer Risikosituation ist das Kommende nicht vorauszusagen. Wir wissen, dass Schäden und Verluste möglich sind und können diese nicht ausschliessen. Solche Situationen kennen wir zum Beispiel aus Brettspielen («Monopoly», «Risiko», Jass) oder beim Handel mit Aktien.

Rausch und Risiko können, müssen aber nicht zusammengehören: Es kann durchaus risikofreien Rausch geben (Sonnenfinsternis, Streicheleinheiten, Sinfoniekonzert), aber auch riskanten (gefährliche Sportart, ungeschützter Geschlechtsverkehr mit Unbekannten, Konsum von Musik mit mehr als 110dB Lautstärke). Ebenso können Risikosituationen nicht berauschend sein (Aktienhandel, Entscheid für neue Stelle).

Rausch und Risiko – Entwicklungstendenzen und Schule

Im Laufe der letzten 200 Jahre hat das rationale Den-

ken zunehmend an Bedeutung gewonnen. Damit einhergegangen ist eine verstärkte Kontrolle über die Natur und unsere Lebensverhältnisse. Vieles können wir voraussehen (z. B. Wetter, Krankheitsverläufe). In der Schule lehren und üben wir den Gebrauch der menschlichen Vernunft. Wir vermitteln Naturgesetze, Logiken, Konzepte und erwarten schon von kleinen Kindern, dass sie sich in Konfliktsituationen wohlüberlegt verhalten, obwohl die hirneurologischen Voraussetzungen dazu noch nicht ausgebildet sind. Diese auf Kontrolle ausgerichtete Entwicklung ist nicht abgeschlossen – sie wird weitergehen. Und sie steht in starkem Kontrast zu Rausch und Risiko: Rausch schaltet die Vernunft aus und aktiviert Emotionen – Riskantes Verhalten sucht das Nicht-Voraussehbare. Gerade deshalb wirken Rausch und Risiko anziehend, denn sie sprechen einen anderen, emotionalen und irrationalen Teil in uns Menschen an.

Von kleinen und grossen Unterschieden

Bei der Betrachtung von Forschungsergebnissen fällt eines auf: Risikoverhalten hat ein Geschlecht. Männliche Jugendliche und Erwachsene neigen zu Verhalten, das von aussen wahrnehmbar ist: Raserei, Alkoholkonsum in der Gruppe, Gewalt, Hooliganismus, Konsum illegaler Drogen. Burschen und Männer setzen sich (im Vergleich zu ihren weiblichen Altersgenossinnen) eher tödlichen Situationen aus: Strassenverkehr 1,5:1; Stürze 2,2:1; Ertrinken 1,9:1; Suizid 3:1. Männliches Risikoverhalten neigt dazu, härter und exzessiver zu sein als weibliches.

Das Risikoverhalten bei Frauen und Mädchen findet eher versteckt und weniger spektakulär statt. So wird

Anregungen für den Umgang mit Rausch und Risiko in der Schule

Zwei Ansätze zur Prävention:

- **MAP – Motive ernst nehmen – Abholen – Perspektiven aufzeigen.**

M: Fragen Sie in Gesprächen nach, was an Risiko- und Rauscherlebnissen anziehend ist. Wie erlebt der/die Jugendliche die Situation? Was «bringt» sie ihm/ihr? Wie erleben die Betroffenen die Rückkehr in den Alltag?

A: Nehmen Sie solche Situationsbeschreibungen als Anlass, um beispielsweise Erfahrungsberichte zu verfassen. Oder suchen und bearbeiten Sie Literatur (Romane und Sachbücher) zum Thema?

P: Wie sehen die Jugendlichen ihr Leben, ihre eigene Gegenwart in Bezug auf Rausch und Risiko, in Bezug auf Spannung und Sinn? Wie ihre Zukunft? Was sind für Wünsche da? Was für Befürchtungen?

- **Geschlechtsspezifische Ansätze** verfolgen. In teilweise geschlechtergetrennten Sequenzen können Mädchen und Knaben auf «weibliches» und «männliches» Risikoverhalten erkunden und reflektieren. Man kann Fragen erörtern, was wohl dazu führt, dass Männer dazu tendieren, härtere Drogen zu nehmen und eher auffälliges Risikoverhalten zu «wählen» wie z.B. Raserei, Frauen hingegen eher «stillere» Formen des Risikoverhaltens wie z.B. Medikamentenkonsum. Für die geschlechtsspezifische Prävention eignet sich eine Plakatserie des Netzwerks Schulische Bubenarbeit, die auch Anregungen für die Mädchenarbeit bereit hält (mehr dazu: www.nwsb.ch/bubenplakate.html).

Medikamentenkonsum zu 2/3 von Frauen betrieben und bei den Essstörungen ist das Verhältnis mit 9:1 überaus deutlich.

Diese Geschlechterunterschiede sind zum Teil mit der gesellschaftlichen Entwicklung erklärbar: Traditionelle Männlichkeit hat die Dinge «im Griff» und «unter Kontrolle». Zudem lernen schon kleine Buben, dass sie sich ihre Männlichkeit erarbeiten müssen. Rationales Denken und Zügelung von Emotionen gelten eher als männlich. Männliches Risikoverhalten kommt diesen Ansprüchen entgegen: Im ritualisierten Rausch in der Gruppe beispielsweise darf man sich (ausnahmsweise) gehen lassen und stellt gleichzeitig die eigene Männlichkeit öffentlich unter Beweis.

Literatur

Alsaker, Françoise & Flammer, August (2002). Entwicklungspsychologie der Adoleszenz. Bern: Huber.
Fend, Helmut (2000). Entwicklungspsychologie des Jugendalters. Opladen: Leske + Budrich.

Häcker, Hartmut & Stapf, Kurt H. (1998) Dorsch Psychologisches Wörterbuch. 13. überarbeitete und erweiterte Auflage. Bern: Huber.

Speed: Ist Rasen männlich?

Das Projekt «Speed – Ist Rasen männlich?» des Netzwerks Schulische Bubenarbeit NWSB (www.nwsb.ch) zeigt den Zusammenhang zwischen herkömmlichen Männlichkeitsnormen und dem Rasen auf und richtet sich an ein breites Publikum mit gezielten Botschaften, welche die Männermythen hinter dem Rasen relativieren, um auf der Ebene von Werten und Normen wirksame Prävention zu betreiben. Es will Lehrpersonen als Multiplikator/innen gewinnen, die junge, Risiko orientierte Männer und ihre Kollegen und Kolleginnen mit gezielten Infoträgern und Lernmodulen erreichen können. Im Weiteren bezweckt das Projekt unter Jugendlichen die Einstellung und Akzeptanz dem Rasen gegenüber zu verändern.

Weitere Informationen: www.nwsb.ch

Posterserie Bubenarbeit konkret: 5 Poster mit Begleitheft zu den Themen «Risikoverhalten», «Schönheit/Körper», «Gefühle», «Gewalt/Konflikte» und «Liebe»

Herausgeber: Netzwerk Schulische Bubenarbeit und Suchtpräventionsstelle Stadt Zürich

www.nwsb.ch/nwsbpublikationen.html

Das Projekt wird unterstützt durch den Fonds für Verkehrssicherheit FVS

Mädchen hingegen schauen schon ihren Müttern ab, dass Frauen tendenziell sozial ausgleichend wirken und sie die eigenen Bedürfnisse im Dienste der Familie eher zurückstellen. Dieses Zurückstellen spiegelt sich im Risikoverhalten: Essucht und Medikamentenmissbrauch sind «stille» Aktivitäten.



*Thomas Rhyner
Lehrer, Dozent und wissenschaftlicher
Mitarbeiter Pädagogische Hochschule
Rorschach PHR*

Rhyner, Thomas & Zumwald, Bea (2001). Cooles Mädchen – starke Jungs. Ratgeber für eine geschlechtsspezifische Pädagogik. Bern: Haupt.

Stöver, Heino (2004). Mann, Rausch, Sucht: Konstruktionen und Krisen von Männlichkeiten. Sucht-Magazin, 4, 3–7.



BODY TALK

«Mir hat keiner gesagt, du bist uncool, wenn du nicht rauchst. Aber ich wollte es unbedingt probieren ... Ich hab gedacht: in meiner Handtasche hab ich ein Portemonnaie, ein Handy und Zigaretten, jetzt bin ich erwachsen.» (Alice, 17)

In den Kurzfilmen der DVD BODY TALK – Gesundheitsförderung 12–16jähriger Mädchen und Jungen – berichten Jugendliche über ihre Erfahrungen und Gefühle in der Pubertät. Neugier, Mutprobe, Risiko und Rausch, eine aufregende Zeit voller Spannungen. In dieser Entwicklungsphase werden Weichen gestellt für ein zukünftiges gesundes oder gefährdetes Leben. Mädchen und Jungen müssen den Anforderungen der Familie, der Schule und der Freizeit gerecht werden und sich gleichzeitig intensiv mit der Entwicklung des eigenen Charakters befassen. Sie müssen sich über die Wirkung ihrer Persönlichkeit auf Andere klar werden und herausfinden, welchen Platz sie in ihrer Umwelt einnehmen. Gelingt ihnen das, entwickeln sie sich gesund.

Auf der Suche nach Identität gehen die Jugendlichen oft gesundheitliche Risiken ein, um sich als werdende Frau oder werdender Mann darzustellen und bestätigen zu lassen. Bei Überforderung kann Risikoverhalten zunächst sogar helfen, Entwicklungsaufgaben

und Anforderungen zu bewältigen, weil es die Jugendlichen in ihren Augen erwachsener wirken lässt. Die Angst vor dem Erwachsenwerden kann leichter verarbeitet werden. Sie essen sich krank oder machen Diäten, bewegen sich zu wenig, nehmen Medikamente, rauchen, trinken Alkohol, probieren illegale Drogen, gehen Unfallrisiken ein und haben ungeschützten Geschlechtsverkehr.

Durch zahlreiche Spannungen und Belastungen im Alltag kann Überforderung zur Norm werden. Überforderung in der Schule gilt als zentraler Risikofaktor für eine gesunde Entwicklung in der Adoleszenz. Das Gefühl nicht verstanden zu werden, Konflikte im Elternhaus oder im Freundeskreis verstärken die Belastung. Fast die Hälfte der pubertierenden Mädchen und ein Viertel der Jungen geben an, mindestens einmal im Jahr unter psychosomatischen Beschwerden zu leiden, am häufigsten unter Kopfschmerzen, Nervosität und Konzentrationsschwierigkeiten. Wesentlicher Schutz vor Überforderung, Angst, und Versagen kommt bei allen Jugendlichen von einem guten Selbstwertgefühl, Vertrauen auf die eigenen Ressourcen, von sozialer Kompetenz und Unterstützung von Freunden, Eltern und Lehrern.

BODY TALK zeigt, wie man sich auch ohne gesundheitsschädigende Mittel und Verhaltensweisen wohl fühlen und ein gesundes, selbstbestimmtes Leben führen kann.

Die Kurzfilme bieten Orientierung für Jungen und Mädchen in der Pubertät, Anregung zu Gesprächen über Tabuthemen und Hilfe, sich selbst und das andere Geschlecht besser zu verstehen. Die Auseinandersetzung mit BODY TALK trägt dazu bei, Lebenskompetenz, Selbstwertgefühl und eigene Ressourcen zu stärken und individuelle Handlungsspielräume sichtbar zu machen.

Die Filme richten sich insbesondere an 12 bis 16-jährige Mädchen und Jungen, Eltern, Lehrpersonen und alle, die in der Aus- und Weiterbildung von Jugendarbeit und Gesundheitsförderung stehen.

Die BODY TALK Kurzfilme finden sich ab Ende Jahr auf der Website www.feelok.ch und sind mit Wegleitung für alle, die mit Jugendlichen leben und arbeiten, ab Januar 2007 über atvassmann@aol.at als DVD zu bestellen.

Anne Voss, Produzentin von BODY TALK



AMORIX – Bildung und sexuelle Gesundheit

Risiko und Sex – die Schule darf nicht schweigen

Pius Widmer

15

In unserer Gesellschaft haben nur die Besten eine Chance. Dies signalisieren Lehrstellenmangel und Arbeitslosenzahlen. Zu den Besten will man gehören, wenn nicht durch schulische Leistung, dann wenigstens durch das Freizeitverhalten. Dazu passt das einzigartige Outfit, die neuste digitale Ausrüstung, das wöchentliche Abtauchen in den Rausch, das Eingehen von Risiken.

Extremes ausprobieren, Grenzen sprengen, das Risiko suchen ist kein Vorrecht der Jugend. Grenzen überschreiten gehört zu unserem Alltag. Am Open Air in Frauenfeld urinierte dieses Jahr ein Bassist während des Konzertes auf der Bühne über den Rücken seines Kollegen. Eine weitere Band, die für Exhibitionismus bekannt ist, kündigte an: «Wir haben uns für Zürich ein paar eklige Dinge ausgedacht» und erschien mit dieser Aussage in der Presse auf der Seite «Kultur».

Risikomanagement

Sind Lernpsycholog/innen, Lehrer/innen und Eltern naiv, die empfehlen, Kinder nicht einfach vor Risiken zu warnen, sondern beim Umgang mit Risiken so zu begleiten, dass über die Entwicklung von Wertvorstellungen angemessenes Verhalten möglich wird? Werden die Botschaften der Sexualpädagogik, bei denen nicht «no sex», sondern «safer sex» im Vordergrund steht, verstanden und umgesetzt? Die Zahlen der Smash-Umfrage 2002 unter 16 bis 20 Jährigen «Gesundheit und Lebensstil in der Schweiz» sind nicht beruhigend. Nur gerade 2,9 Prozent der Mädchen und 2,4 Prozent der Jungen gaben zwar an, bei ihrem ersten Geschlechtsverkehr kein Verhütungsmittel benutzt zu haben. Zählt man aber die unwirksamen oder wenig wirksamen Verhütungsmethoden dazu, gingen 11 Prozent der Mädchen und 13,5 Prozent der Jungen das Risiko einer unerwünschten Schwangerschaft ein. 75 Prozent der Mädchen und Jungen verhüteten mit dem Präservativ. Somit nahmen 25 Prozent das Risiko einer HIV-Übertragung in Kauf (S.128).

Smash zeigte zudem auf, dass es mit dem Kondom allein nicht getan ist. 40 Prozent der Mädchen und 18 Prozent der Jungen waren mit ihrem Aussehen und ihrem Körper unzufrieden. 35 Prozent der Mädchen und 20 Prozent der Jungen fühlten sich zeitweise so deprimiert, dass sie am liebsten eine professionelle Hilfe in Anspruch genommen hätten (S. 52f). Der Unterstützung im Umgang mit Stress und dem Gefühlsleben kommt demnach eine grosse Bedeutung zu.

Hinschauen

In einem Schulhaus urinierten Junioren eines Fussballclubs in der Dusche auf einen Kollegen. Die Schulleitung erfuhr davon und bat den Fussballclub, diesem Missstand ein Ende zu setzen. Nach einer kurzen Auseinandersetzung zwischen Schule und Sportverein, wer für diesen Fall wohl zuständig sei, ergriff der Verein die Initiative und bat unsere Fachstelle, mit den Junioren und deren Eltern Fragen der Sexualerziehung anzugehen. Lustvoller Sex und sexuelle Belästigung, safer sex, leichtfertiges Risikoverhalten, realer und virtueller Sex kamen zur Sprache.

Die Chance der Sexualpädagogik

Selbst vorlaute Jugendliche sind dankbar, wenn sich Fachleute ihren Sprüchen, Behauptungen und Fragen zu Homosexualität, zu Risiko und Gewalt sowie zur Pornografie stellen, wenn ihre Bemerkungen ernst genommen und fachlich kommentiert werden. Dass einzelne sich schwer tun, weil ihr Verhalten als diskriminierend und verletzend entlarvt wird, ist verständlich. Meine Erfahrung zeigt aber, dass sowohl Jugendliche wie Eltern und Lehrer/innen unsere sexualpädagogische Arbeit immer mehr schätzen.

Pius Widmer

Sexualpädagogin, Mitarbeiter der Fachstelle für Aids- und Sexualfragen St. Gallen



Risiko und Verantwortung

Mein Telefon klingelt. Die Anruferin ist Lehrerin und sucht Rat. Sie erteilt u.a. Schwimmunterricht und tut das gerne. Als ausgebildete Rettungsschwimmerin weiss sie, das Spass und Risiko beim Baden Hand in Hand gehen und sie plant ihre Schwimmlektionen sehr umsichtig. Sie unterrichtet die Klasse mit über 20 Schülern im Schwimmen alleine und es ist ihr dabei nicht wohl. Sie wünschte sich eine zweite Lehrkraft mit SLRG-Rettungsbrevet an ihrer Seite oder die Möglichkeit, mit jeweils nur der halben Klasse ins Schwimmen gehen zu können. Die Schulleitung hat beide Vorschläge abgelehnt mit dem Hinweis, sie müsse den Schwimmunterricht nicht erteilen, wenn sie es sich nicht zutraue.

Die bfu kann den Schulen nicht vorschreiben, was sie im Schwimmunterricht zu tun haben und das ist auch gut so. Aber sie kann sagen, dass die Antwort der Schulleitung keine Lösung des Problems ist und sogar etwas zynisch klingt. Einer Klasse von über 20 Schülern eine abwechslungsreiche, gut strukturierte und sichere Schwimm-Lektion zu bieten, ist auch für zwei gut ausgebildete Lehrkräfte eine anspruchsvolle Aufgabe. Und die gute Alternative wäre in der Tat, die Klasse zu halbieren. Ich hoffe, dass die Schulleitung ihr Sicherheitskonzept für alle Wassersport unterrichtenden Lehrkräfte einem Sicherheitsstandard anpasst,

das diesen Namen verdient und so ihrer verantwortungsbewussten Lehrkraft den Rücken stärkt.

Mein Telefon klingelt. Der Anrufer ist Schulsozialarbeiter einer grösseren Schulgemeinde. Während einem Badeausflug ist eine Schülerin ertrunken. Nicht nur die Eltern und die verantwortliche Lehrerin, die ganze Schule steht unter Schock. Die Lehrkräfte möchten das tragische Ereignis gemeinsam verarbeiten und planen dazu mit dem Schulsozialdienst eine Klausur von einem Tag. Der Schulsozialarbeiter wünschte von der bfu einen Workshop zur sicheren Durchführung von Exkursionen. Es sollte dabei auch um Fragen der Obhutspflicht und Verantwortlichkeit gehen. Gegen die für das verunfallte Mädchen verantwortliche Lehrperson wurde Strafklage erhoben. Das ertrunkene Mädchen hatte zwar einige Monate Schwimmunterricht, aber sie konnte noch nicht schwimmen. Rund jede/r dritte Primarschüler/in hat während seiner ganzen Primarschulzeit keinen Schwimmunterricht und nur 17 Kantone kennen Bestimmungen für die Erteilung von Schwimmunterricht, wobei die Mehrzahl davon unverbindlich gehandhabt wird. Das sind die Ergebnisse einer Studie zum Thema Sicherheit und Qualität im Schwimmunterricht aus dem Jahr 2005, nachzulesen unter www.swimsports.ch. Im Weiteren betont die Studie, dass beinahe die Hälfte der Kantone ihren Gemeinden nicht vorschreibt, welche Sicherheitsausbildung die Lehrpersonen zum Erteilen von Schwimmunterricht mitbringen müssen.

Die bfu hat auf Einladung des Schulsozialarbeiters mit rund 80 Lehrpersonen einen Workshop durchgeführt. Eines wurde in den regen Diskussionen deutlich: Die Lehrerinnen und Lehrer wünschen sich verbindliche Richtlinien und die nötigen Ressourcen zur Durchführung eines sicherheitsorientierten Schwimmunterrichtes.

Mehr zum Thema unter
www.safetytool.ch,
www.slrq.ch,
www.das-wasser-und-ich.ch und
www.jugendundsport.ch.

Christoph Müller
c.mueller@bfu.ch



Berausende Gewalt – gewalttätig im Rausch

Yvonne Brütsch, Regula Bättig

«Was mich anzieht, sind die Momente, wo das Bewusstsein aufhört: Momente, in denen es ums Überleben geht, Momente von animalischer Intensität, der Gewalttätigkeit, Momente, wenn keine Vielzahl, keine Möglichkeit verschiedener Denkebenen besteht, sondern nur eine einzige – die Gegenwart in ihrer absoluten Form. Die Gewalt ist eines der stärksten Erlebnisse und bereitet denen, die fähig sind, sich ihr hinzugeben, eine der stärksten Lustempfindungen.» (1)

Dieses Zitat stammt aus dem Bericht eines Mannes, der mehr zufällig Zeuge einer gewalttätigen Szene wurde und von da weg von dieser entfesselten Gewalttätigkeit nicht mehr loskam. Es zeigt, dass Gewalt neben vielen anderen Facetten eine stark berausende Wirkung hat.

Im Rausch der Gewalt

Nicht nur Jugendliche am Rande der Gesellschaft sind gewalttätig – junge Männer aus allen Schichten lassen sich von Gewalt berauschen (2). Gewalt kann als Aktion erlebt werden, in der der Jugendliche seinen Körper als Ganzes wahrnimmt und dabei ähnlich berausende Gefühle erlebt, wie dies beim Boarden, Downhill-Biken, Basejumping oder anderen Extremsportarten der Fall ist: In einer Gesellschaft, in der Räume zur freien Entfaltung und Bewegung immer kleiner werden, die in der näheren Umgebung immer weniger Möglichkeiten für sinnliche Erlebnisse und Abenteuer bietet, kann es sein, dass Jugendliche dieses Manko an Erfahrungen mit zuweilen irritierenden gewalttätigen Verhaltensweisen kompensieren. Denn die Sehnsucht des Menschen nach Aussergewöhnlichem hat mit dem Wandel zur modernen Gesellschaft nicht abgenommen, sie besteht weiterhin.

Gewalttätig im Rausch

Eine Gewalttat kann berauschen – im Rausch kann aber auch eine Gewalttat geschehen. Gerade bei jüngeren Männern ist übermässiger Alkoholkonsum oft mit Gewalt verbunden. Überhaupt zeigen männliche Jugendliche bei Suchtmitteln riskantere Konsumgewohnheiten als weibliche. Der männliche Rausch findet oft im öffentlichen Raum und meist in einem kollektiven männlichen Zusammenhang statt. Dabei hat der Rausch häufig Regelverletzungen, Tabubrüche, den Abbau von Blockaden sowie eine Erhöhung der Risikobereitschaft zur Folge.

Eine wesentliche Rolle im Zusammenhang mit Rauscherfahrungen spielt der Alkohol: Der Konsum von Alkohol ist als traditionell männliche Bewältigungsstrategie bekannt: Alkohol hilft verdrängen, abspalten und abschoten. Alkohol dient auch als Ersatz für blockierte Gefühls-wahrnehmung und als Konfliktregulierungsmittel. (3)

Wie damit umgehen?

Die Schule ist ein bedeutender und vielseitiger Erfahrungsraum für junge Menschen. Wichtig ist deshalb, dieses Potenzial zu nutzen und damit Kinder sowie Jugendliche in ihrem Dasein zu stärken. Beispielsweise durch Begegnungen mit Erwachsenen, welche von gegenseitiger Anerkennung geprägt sind. Durch die Schaffung von reizvollen Alternativen, die körperliche, sinnliche sowie emotionale Erfahrungen im Unterricht und auf dem Schulhof ermöglichen. Oder indem Rauscherfahrungen in der Schule thematisiert und nicht tabuisiert werden (4). Stärkung der jungen Menschen heisst aber auch, insbesondere die Jungen darin zu unterstützen, eigene Schwächen zuzulassen, ihre Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken sowie stereotype Geschlechterbilder in Frage zu stellen. Schliesslich geht es auch darum, bereits im Primarschulalter Problemlösungsfähigkeiten zu entwickeln und die Kommunikationskompetenz der Kinder zu fördern.

Das Schweizerische Rote Kreuz setzt mit seinen chili-Angeboten hier an: chili ist einerseits ein Konflikttraining für Kinder und Jugendliche und andererseits eine Weiterbildung in konstruktiver Konfliktbearbeitung für Lehrkräfte und Schulgemeinden. Sämtliche chili-Angebote stärken das schulische Umfeld und die jungen Menschen. Sie helfen, gewaltfreie Handlungsmuster im Umgang mit Konflikten und Problemen zu entwickeln. chili ist gendersensibel ausgerichtet. Darüber hinaus schafft der erfahrungs- und erlebnisorientierte Ansatz von chili Möglichkeiten, sich selber zu spüren und Gefühle auszudrücken.

Anmerkungen:

- 1) Buford, Bill: Geil auf Gewalt. München 1992, S. 234
- 2) Vgl. Labuhn, Gottfried: Gewalt und Jungen. Jungen treten – Mädchen ziehen an den Haaren. URL: www.ejh.de/aejn/2001/gewalt-jungen.htm (31.07.2006).
- 3) Vgl. Stöver, Heino: Mann, Rausch, Sucht: Konstruktionen und Krisen von Männlichkeiten. In: SuchtMagazin Nr 5, 2004, S. 3–7.
- 4) Vgl. Reflecting-Ansatz, Netzbrief b+g, Seite 5

Yvonne Brütsch, Regula Bättig
chili-srk@redcross.ch
www.chili-srk.ch

Kontakt und weitere Informationen:

Schweizerisches Rotes Kreuz, Regina Jakob,
Rainmattstrasse 10, 3001 Bern, 031 387 71 11
chili-srk@redcross.ch, www.chili-srk.ch

Elternmitwirkung

Man kann nicht nicht erziehen –

Enrico Violi



Kinder und Jugendliche zu erziehen, ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Die meisten Eltern bekunden, keine Probleme damit zu haben. Lehrpersonen stellen aber auch Defizite fest.

Krippen, Horte, Kindergärten und Schulen sehen sich gezwungen, vermehrt Erziehungsarbeit zu übernehmen – nicht immer zu ihrer Freude.

Es gibt professionelle Angebote sowohl für Interessierte, wie auch für Eltern und Erzieher/innen. Die bestehenden Beratungs- und Bildungsangebote werden aber noch zu wenig genutzt.

Auch gibt es immer noch Gemeinden, die noch nicht erkannt haben, dass Erziehungsdefizite ein Risiko für die Persönlichkeitsbildung der Kinder und Jugendlichen darstellen und das Lernen beeinträchtigen. Es ist zu hoffen, dass sie sich von der Wichtigkeit der Förderung elterlicher Erziehungskompetenzen überzeugen lassen und die Verantwortung für eine gute Elternbildung mit übernehmen.

Erziehung findet auch in den Medien statt. Die Sendung «Super-Nanny» erreicht viele Eltern. Sie polarisiert die Fachleute, hat aber auch eine breite Diskussion über sinnvolle Erziehungsstile in Gang gesetzt. Zudem zeigt sie auf, dass auch in aussichtslos erscheinenden Situationen Veränderungen möglich sind.

Seit einiger Zeit sind Bestrebungen im Gang, Eltern auch über neue Wege zu erreichen. Eine Möglichkeit hierzu bildet die Integration von Elternbildungsmaßnahmen in der Schule. Gerade Eltern, die als bil-

Kampagne «Stark durch Erziehung»

Am 2. September lancierte der Schweizerische Bund für Elternbildung SBE die nationale Kampagne «Stark durch Erziehung». Kernstück der bis Ende 2009 dauernden Kampagne sind acht Grundsätze einer guten Erziehung. Erziehen heisst: Liebe schenken, Streiten dürfen, Zuhören können, Grenzen setzen, Freiraum geben, Gefühle zeigen, Zeit haben, Mut machen.

Diese Grundsätze werden in der Broschüre «Acht Sachen ... die Erziehung stark machen» erläutert. Ergänzend zur Broschüre gelangen weitere Kommunikationsmittel zum Einsatz. Viele Kantone und Organisationen beteiligen sich mit Veranstaltungen und anderen Aktionen an der Kampagne.

Begleitet wird die Kampagne durch einen Internetauftritt: Auf www.e-e-e.ch können sich Eltern und andere Interessierte informieren.

dungsfern gelten und deren Kinder durch Problemverhalten auffallen, fühlen sich von herkömmlichen Angeboten kaum angesprochen und können über die Schule eher erreicht werden.

Ein solcher Ansatz liegt dem interkantonalen Forschungs- und Entwicklungsprojekt «Eltern und Schule stärken Kinder – ESSKI» (www.fhnw.ch, www.bildungundgesundheit.ch) zugrunde, an dem rund 800 Eltern unterschiedlicher Herkunft das in Deutsch und vier Fremdsprachen angebotene Elternbildungsprogramm Triple P absolvieren. Neben der Familienintervention wird im Projekt ESSKI auch die Schule eingebunden. 84 Lehrpersonen besuchen einen Weiterbildungskurs zum eigenen Ressourcen- und Stressmanagement und arbeiten in ihrer Schulklasse mit dem Lehrmittel «Fit und stark fürs Leben». Ziel des Projekts ist die Förderung und Stärkung der personalen und sozialen Kompetenzen bei Kindern, Lehrpersonen und Eltern. Die Durchführung von Triple P-Kursen ist auch Bestandteil des Projekts «Zürcher Interventions- und Präventionsprogramm an Schulen – zipps» (www.z-proso.unizh.ch). Das Projekt steht im Zeichen der Gewaltprävention und beinhaltet verschiedene Instrumente zur Förderung der sozialen Entwicklung von Kindern, darunter auch das Elterntraining Triple P. An den Triple P-Kursen haben 256 Eltern teilgenommen, rund ein Drittel aller angesprochenen Eltern. Sowohl ESSKI als auch zipps werden wissenschaftlich evaluiert und werden in diesem bzw. im nächsten Jahr abgeschlossen.

Neben Triple P eignen sich auch andere standardisierte Elternbildungsprogramme für die verstärkte Erziehungskooperation von Schule und Eltern. So wurden etwa in Deutschland verschiedene wissenschaftlich begleitete Projekte mit dem Trainingsprogramm STEP durchgeführt. Ausgehend von diesen Projekten ist STEP Schweiz gegenwärtig daran, konzeptuelle Vorarbeiten zur Ausweitung ihres Angebots auf den Schulbereich zu leisten.

Erste Ergebnisse dieser Projekte lassen erkennen, dass eine verstärkte Zusammenarbeit der beiden Sozialisationsinstanzen in Zukunft an Bedeutung gewinnen könnte.

Eine Optimierung dieses Zusammenspiels kann auch durch weniger aufwändig gestaltete Initiativen gefördert werden. Elternvereine und die vielerorts in Schulen eingerichteten Elternräte könnten etwa zusammen mit den Lehrpersonen herausfinden, welche ge-

meinsamen Bedürfnisse bestehen und ein entsprechendes Angebot schaffen. Die grösste Akzeptanz von Elternbildungsmassnahmen wird dann erreicht, wenn sie von Elternorganisationen und Schule gemeinsam getragen sind.

Diese Kooperation zu fördern, ist eines der Ziele der vom Schweizerischen Bund für Elternbildung SBE lancierten Kampagne «Stark durch Erziehung». Die Kampagne will Eltern sowie anderen Erziehungspersonen nicht nur Mut zur Erziehung machen, sondern auch Mut zur Zusammenarbeit in Erziehungsfragen.

Enrico Violi
Geschäftsleiter Schweizerischer Bund
für Elternbildung SBE
www.elternbildung.ch
gf@elternbildung.ch

Standardisierte Elternbildungsprogramme:

Gordon: www.gordontraining.ch

STEP: www.instep-online.ch

Triple P: www.triplep.ch

Starke Eltern – Starke Kinder:

www.starkeeltern-starkekinder.de

Schulklima – Interkantonales Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung durch Schulentwicklung

Mutanfälle: Was Kinder und Jugendliche in risikoreichen Situationen lernen können

Dominique Högger¹

Vieles, was für Erwachsene selbstverständlich ist, wird für Kinder als gefährlich bewertet, auf einen Baum zu klettern etwa oder eine Schere zu benutzen. Jugendliche schaffen sich darüber hinaus eigene Risikosituationen wie zum Beispiel das Bungeejumping. Risikokompetenz heisst in beiden Fällen, angemessen mit der betreffenden Situation umgehen zu können. Dieser Beitrag beschreibt, was dahinter steckt und was die Schule zur Risikokompetenz beitragen kann.

Kinder verinnerlichen den Umgang mit Gefahren rasch

In England hat sich gezeigt, dass es auf Abenteuer-spielplätzen weniger Unfälle gibt als auf normalen Spielplätzen (Ogrodowski 1997). Sind Abenteuer-spielplätze deshalb etwas ganz Ungefährliches? Im Gegenteil: Sie sind gefährlich. Und weil sie es sind, lernen die Kinder rasch, mit den Gefahren umzugehen. Kinder brauchen für ihre Entwicklung Zeiten und Räume, um sich zu erproben, um sich und ihre Stärken und Grenzen zu erfahren, um sich zu reiben, um Abenteuer zu erleben. Wem dies fehlt, ist im Falle einer Konfrontation umso stärker gefährdet.

Mit einem anregenden und vielgestaltigen Schulhausplatz, mit Schulreisen, Exkursionen und Erlebnistagen kann auch die Schule etwas zur Risikokompetenz von Kindern beitragen. Im Werken, Kochen, Turnen, Schwimmen und im Labor sind vielfältige risikoreiche Situationen anzutreffen und für die Förderung der Risikokompetenz nutzbar. Speziell erwähnt seien hier noch zwei Lehrmittel: «Mut tut gut» (Baumann 2001) ermöglicht Kindern, ihren Mut an zahlreichen

ungewohnten Geräteaufbauten in der Turnhalle zu erproben und zu entwickeln. Mit «Messer, Gabel, Schere, Licht – Warum denn nicht?» (Baum 1997) lernen Kinder auf spielerische Weise den Umgang mit Streichhölzern, Messern und anderen so genannt gefährlichen Situationen.

Warum suchen Jugendliche das Risiko?

Im Gegensatz zu Kindern schiessen Jugendliche zuweilen über das Ziel hinaus und schaffen sich bewusst eigene Risikosituationen. Bungeejumping ist wohl das populärste Beispiel dafür. Darüber hinaus ist auch der Ge- und Missbrauch von legalen und illegalen Suchtmitteln oder Medikamenten sowie der ungeschützte Geschlechtsverkehr risikohaftes Verhalten. Eine Steigerung zeigt sich in der Suche nach körperlichen Extremerfahrungen.

Jugendliche neigen dazu, die persönliche Gefährdung zu unterschätzen. Sie sind der Überzeugung, dass – ausgerechnet ihnen – schon nichts passieren werde. Verschiedenste Gründe können im konkreten Fall ausschlaggebend sein, etwa der Test der eigenen körperlichen, seelischen und sozialen Belastungsfähigkeit, die Erlebnissuche, die Stärkung des Ego, der Identität oder des Ansehens bei Gleichaltrigen, die Provokation gegenüber Erwachsenen, ein Schrei um Hilfe, die Angst vor der inneren Leere oder die Suche nach Zuwendung und Anerkennung. Auch Langeweile, die Kompensation von Defiziten, Verdrängen von Problemen, Neugier, Leichtsinn oder Gruppendruck können eine Rolle spielen.

Das Risikoverhalten von Jugendlichen gilt bis zu einem gewissen Mass als Teil ihrer Entwicklungsaufgabe. Ein übersteigter Erlebnishunger kann jedoch gravierende Entwicklungsprobleme offenbaren: Die Suche nach dem Risiko kann zum Zwangsverhalten werden, bei dem es mitunter um das eigene Leben geht.

Warum sind risikoreiche Sportarten so attraktiv?

Bewegungen wie Stürzen, Springen, Schweben, Drehen, Gleiten sowie Tempo und Beschleunigung erzeugen eine Art Rausch, der verbunden mit einer Bedrohung noch intensiver wird. Die eigene Kontrolle muss aber eine aufkommende Panik verhindern (Stoll 2000). Mit der Übung steigen auch die Kompetenzen. Die Bewegungen werden zunehmend automatisiert, bis man in einer Tätigkeit lustbetont voll und ganz aufgeht, die Zeit um sich vergisst und trotzdem kontrolliert handelt. Für diesen Zustand wurde der Begriff Flow geprägt. Flow ist weder abhängig von berauschenden Bewegungen noch von einer Bedrohung. Aber Flow ist eine mächtige Triebfeder – auch für risikoreiches Verhalten.

Flow entsteht aber nur bei jenen Aktivitäten, die persönliche Kompetenzen erfordern. Bungeejumping oder eine Fahrt auf der Achterbahn dagegen verlangen neben der Lust auf Nervenkitzel keine persönlichen Voraussetzungen. Hier unterscheidet sich der Flow vom Kick. Auch beim Kick spielen ungewöhnliche Bewegungen und das Gefühl der Bedrohung eine Rolle. An die Stelle der eigenen Kontrolle tritt jedoch das Vertrauen in die technischen Sicherheitsvorkehrungen. Ein weiterer Unterschied gibt es bei der Steigerung des Risikos, damit der Reiz erhalten bleibt: Wer nach Flow sucht, bleibt bei der angestammten Aktivität und steigert das Anspruchsniveau. Wer den Kick sucht, braucht eine neue Herausforderung.

Hat in der Schule Nervenkitzel Platz?

Darf die Schule Nervenkitzel ermöglichen? Erreicht sie damit, dass die Jugendlichen ihre Risikolust ausleben können und also keine wirklich gefährlichen Dinge tun müssen? Oder aber kriegen die Jugendlichen damit Lust auf mehr? Treibt die Schule damit eine Spirale an, die zu immer gewagteren Unternehmungen führt?

Pädagogisch wertvoll und verantwortbar ist die Suche nach dem Flow und weniger jene nach dem Kick. Sinnvoll sind also Unternehmungen, die eigene Anstrengungen, Konzentration und Überwindung verlangen. So geht es nicht alleine um den Nervenkitzel,

denn gleichzeitig wird das Selbstvertrauen, die Konzentrationsfähigkeit, das Durchhaltevermögen, das Körpergefühl und bei Teamaktivitäten auch der Gruppenzusammenhalt gestärkt. Die pädagogische Situation ermöglicht zudem eine Auswertung.

Es geht also nicht um verrückte Dinge, sondern um unspektakuläre, aber spannende Herausforderungen, die sich die Jugendlichen nicht unbedingt selber organisieren können. Aus der Frage «Werden wir es schaffen?» erwächst ein wesentlicher Teil der Spannung. Wenn die Fähigkeiten, die gefordert werden, nahe oder dicht jenseits dessen liegen, was die Teilnehmenden sich zutrauen, kommt es zur Grenzerfahrung. Vor diesem Hintergrund ist es also durchaus legitim, wenn die Schule an der Risikokompetenz ihrer Schülerinnen und Schüler arbeitet.

Die unterschiedlichen Voraussetzungen der Jugendlichen fordern uns heraus, Alternativen anzubieten, so dass alle gefordert, aber nicht über- oder unterfordert sind. Allen muss immer der Entscheidungsspielraum gewährt werden, Nein zu sagen, wenn ein Angebot persönlich zu weit geht und nicht stimmig ist. Neinsagen braucht vielleicht sogar mehr Mut, als einfach das zu tun, was alle anderen auch tun.

Dominique Högger

Leiter Beratungsstelle Gesundheitsbildung

Fachhochschule Nordwestschweiz

Pädagogische Hochschule

Institut Weiterbildung und Beratung

Zum Weiterlesen



Ausführlichere Informationen sowie konkrete Vorschläge für den Unterricht halten die Unterlagen «Mutanfälle» für Sie bereit. Bezug: Beratungsstelle Gesundheitsbildung der Pädagogischen Hochschule FHNW: 062 838 90 35, dominique.hoegger@fhnw.ch (sFr. 12.– plus MwSt. und Versandkosten).

¹ Die Beratungsstelle Gesundheitsbildung der Fachhochschule Nordwestschweiz (Pädagogische Hochschule) ist Teil des Kompetenzzentrums Schulklima an der Pädagogischen Hochschule Zentralschweiz PHZ

Rauschtrinken und Risikokompetenz im Jugendalter

Hermann Fahrenkrug

Jugend ist Trunkenheit ohne Wein, dichtete Goethe. Heute müsste es eher heissen: Jugend ist Trunkenheit von Bier, Wein und Alkopops. Es ist längst kein Geheimnis mehr, dass sich in jüngster Vergangenheit ein wachsender Anteil junger Menschen in der Schweiz mit alkoholischen Getränken berauscht. Nicht nur professionelle Trinksittenbeobachter melden stets höhere Prozentwerte von rauscherfahrenen und sich berausenden Jugendlichen, auch die sonst eher alkoholtolerante Medienöffentlichkeit konstatiert neuerdings diese immense Lust am Rausch unter Heranwachsenden und zeigt sich zusehends besorgt. Muss nicht, wer sich so offensichtlich betrinkt, wie die Scharen halbwüchsiger Wochenend-Kampftrinker, Schaden an Körper und Seele nehmen? Vertrinkt da nicht eine junge Generation bei «Event-Besäufnissen» (1) ihre Entwicklungs- und Lebenschancen? Ganz zu schweigen von alkoholbedingten Verkehrsunfällen, Gewalttaten und weiteren sozialen Problemen, die mit übermässigem Alkoholtrinken im Jugendalter verbunden sind.

Viele im Rausch

Selten finden Medienmitteilungen der SFA mehr Aufmerksamkeit, als wenn sie melden, dass der Anteil der 15-bis 16-Jährigen, die in ihrem Leben schon mehr als einmal betrunken waren, sich den in den letzten 20 Jahren mehr als verdoppelt hat. Dauerhaft sind es die Jungen, die dabei hervorstechen: im Jahre 1986 lagen sie mit 19 Prozent Rauscherfahrenen vor den Mädchen (13%), im Jahre 2003 gaben fast die Hälfte (42%) mehrfache Alkoholräusche zu, was für 25% der Mädchen gilt (2). Sich zu betrinken gehört mithin weiter eher zum männlichen Rollenverhalten, ein nicht unwichtiger Hinweis für die Prävention.

Doch vielleicht prahlen die Jugendlichen auch nur mit ihrem Rauschtrinken? Unsere Gesellschaft ist in vielerlei Hinsicht toleranter geworden, warum nicht auch, wenn es um das Angeben nichtkonformen Trinkverhaltens in Fragebogenuntersuchungen geht? Leider gibt es härtere Indikatoren für die Realität des vermehrten Rauschtrinkens, oder dem Binge drinking bzw. Binging wie der aus dem Englischen mehr und mehr übernommene Begriff das Phänomen beschreibt, ein Phänomen, das übrigens in internationalen Untersuchungen europaweit festgestellt wird (3).

Zu viele mit Alkoholvergiftung im Spital

Statistisch ganz hart wird es, wenn man sich die Ziffern zur Diagnose «Alkoholintoxikation» hospitalisierter junger Menschen anschaut. In 2003 wurden in der Schweiz 900 alkoholvergiftete Personen im Alter

zwischen 10 und 23 Jahren stationär behandelt, wobei die Anzahl der 18- bis 19-Jährigen am höchsten war (4). Man kann ahnen, wie viele Binge Drinker ambulant in Notfallstationen etc. behandelt werden. Auch aus den Behandlungseinrichtungen für Suchterkrankungen hört man, dass das Alter für den Beginn einer Alkoholismustherapie stetig sinkt. Wer mit 25 Jahren bereits seine Alkoholabhängigkeit behandeln lässt, muss früh mit dem Trinken begonnen haben.

Rausch und Risikolust

Nun sollte man es nicht bei dieser blossen Tatsachenfeststellung der steigenden Tendenz zum Rauschtrinken belassen, sondern nach dem Warum fragen. Wo immer die gesellschaftlichen Ursachen und psychischen Motive für das Binging liegen mögen (an Erklärungsversuchen mangelt es beileibe nicht), es darf davon ausgegangen werden, dass ein Grossteil der Betroffenen weiss, was er oder sie tut, wenn zu tief ins Glas geschaut wird. Die Risiken, die mit dem Volltrinken verbunden sind, dürften zumindest bei jungen Erwachsenen allgemein bekannt sein. Nicht wenige Reportagen und Studien zeigen auf, dass die berausenden Wirkungen des Alkohols nicht zufällig eintreten, sondern von den Trinkenden geradezu gesucht werden, vom Alkoholkoma einmal abgesehen. Das gilt, egal ob der Alkohol als Sorgenbrecher oder Spassvermehrter eingesetzt wird. Besonders beim Fun-Saufen ist die Risikolust, die Suche nach den «Abstürzen» hoch und mindestens so gross wie die oft trügerische Vorstellung der Jungzecher, dass man beim bewusst herbei geführten Alkoholexzess alles im Griff hat. Die Realität ist dann oft eine andere. Präventionsfachleute haben es also mit der Macht der positiven Vorstellungen und Erwartungen zu tun, die mit dem Alkoholgenuss verbunden sind und mit der Bereitschaft der Trinkenden, dafür auch Risiken in Kauf zu nehmen, egal ob Kopfweh, Kotzgefühl oder Fahrausweisverlust.

Was tun gegen riskante Räusche?

Gesteht sich die Prävention einmal ein, dass sehr viel jugendliches Binge-Trinken nicht aus Irrtum oder Anfängerfehlern, sondern aus Lust am Rausch und Risiko herrührt, scheinen Versuche derartiges «Fehlverhalten» durch Konsum – und Abgabeverbote von Alkohol oder vernunftgeleitete Verzichtsgebote zu verhüten, einigermassen illusionär und aussichtslos. Vor der beabsichtigten Suche nach dem Rausch versagt die präventive Logik des «Du darfst bzw. sollst nicht oder nicht zu viel trinken» regelmässig. Die Suche

nach erfolgversprechenden Wegen, die mehr oder weniger unbeabsichtigten Folgen der «riskanten Rausche» für die Betroffenen und die oft zwangsläufig Mitbeteiligten zu verhüten oder auch nur schadensmässig geringer zu gestalten, wird dann alles andere als einfach.

Gegenwärtig wird oft so getan, als ob man durch sogenannte «strukturelle Prävention» (Jugendschutzgesetze, Preiserhöhungen für Alkoholika etc.) den Schlüssel für die Verhütung jugendlichen Binge Drinking in Händen hielte. Eine strikte Anwendung der Altersgrenzen bei der Abgabe von alkoholischen Getränken, hohe Preise etc. sollen nach internationalen Wirksamkeitsstudien (5) die besten Chancen besitzen, die Probleme in den Griff zu bekommen.

Das mag für einzelne Problembereiche wie alkoholbedingte Verkehrsunfälle bei jungen Fahrern stimmen, als alleiniger Schutzwall gegen die überbordende Lust an riskanten Rauschen eines wachsenden Anteils junger Menschen darf man an den realen Erfolgchancen dieser Massnahmen berechtigte Zweifel anmelden. Strukturelle Zwänge beim Zugang und Gebrauch lassen junge Menschen erfinderisch werden, wenn es darum geht, positive Erwartungen und Effekte der Droge Alkohol für sich zu realisieren. Ohne das Mitun des Betroffenen wird es bei der Prävention riskanter Rausche nicht gehen.

Risikokompetenz beim Umgang mit Alkohol fördern

Wer den Rausch sucht und dafür bereit ist Risiken einzugehen, will selten sich selber und andere bewusst schädigen. Die Prävention sollte neben allen Verboten und Geboten nicht darauf verzichten, gerade jungen

Menschen dabei zu helfen, (lebens)notwendige Kompetenzen im gewollten und gegen alle Widerstände durchgeführten Umgang mit dem Rauschmittel Alkohol zu vermitteln. Der Ansatz der Schadensreduzierung beim Rauschtrinken, der sich sowohl auf die Trinkenden als auch auf die Umwelt («Die Welt sicher für Betrunkene machen») bezieht, ist eine bereits gut eingeführte Variante der Prävention. Angesichts der eingangs dargestellten Entwicklung beim Binge-Trinken junger Menschen scheinen in diesem Sinne die Fortentwicklung der bereits vor Jahren vorgestellten Überlegungen der Förderung von «Risikokompetenz» (6) im Umgang mit riskanten Rauschen nicht überholt.

Literatur (1) Facts 22/06; (2) ESPAD-Studie, SFA 2004); (3) Kuntsche et al., Characteristics of binge drinking in Europe, 2003; (4) SFA-Medienmitteilung, 5/06; (5) Babor et.a., Alkohol – kein gewöhnliches Konsumgut, BAG 2006 ;(6) Fahrenkrug, Risikokompetenz – eine neue Leitlinie für den Umgang mit riskanten Rauschen, SuchtMagazin 3/98.

Hinweis: Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung. Ein pädagogisches Hilfsmittel für Lehrpersonen der Oberstufe mit Vorschlägen zur Unterrichtsgestaltung, 2006. Erhältlich bei der SFA. Papierversion Fr. 4.–, PDF auf www.sfa-isp.ch

*Dr. phil. Hermann Fahrenkrug, Soziologe
Wiss. Adjunkt der Direktion
Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere
Drogenprobleme SFA
hfahrenkrug@sfa-isp.ch
www.sfa-isp.ch*

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung

Ideen für Schulprojekte und für den Unterricht

Nutrinet – Netzwerk Ernährung und Gesundheit hat zwei Übersichten mit praxiserprobten Projekten bzw. mit nützlichen Unterrichtsmaterialien zum Thema Ernährung zusammengestellt.

Beide Listen gibt es sowohl für die Deutschschweiz als auch für die Romandie/das Tessin. Sie stehen auf www.sge-ssn.ch (Rubrik Schule) zur Verfügung.

Weitere Informationen:
Angelika Welter, a.welter@sge-ssn.ch

Schwimmen im Strom Rausch und Risiko – ein Thema bei Netzwerkschulen

«Wer mit dem Strom schwimmt, schwimmt berg-ab!», schreibt ein 20-jähriger Student in einer Sammlung junger Texte. Ist es nicht eher so, dass wer sich im Strom treiben lässt, in Gefahr gerät, unterzugehen? Seinen Platz unter Gleichaltrigen zu finden, den Umgang mit Rausch und Risiko zu lernen, ist nicht einfach für junge Menschen. Mit dem Strom zu schwimmen und sich darin zu behaupten, darin stecken viele Kräfte, die es zu mobilisieren gilt.

Netzwerkschulen gehen das Thema Rausch und Risiko in Projekten auf vielfältige Weise an: von Aktions-theater über Gespräche mit Ex-Junkies bis zu Sport-events und Elternworkshops. Nebst Informationen geht es vor allem darum, die Ressourcen der Jugendlichen zu stärken, den Umgang mit Grenzen und Risiko erlebbar zu machen und das Bedürfnis nach Rausch ernst zu nehmen. Zwei Beispiele aus Netzwerkschulen:

Gesamtschule Zweisimmen

In einer Projektwoche hat die Gesamtschule Zweisimmen Informationsvermittlung, Begegnung mit Betroffenen, Erleben der eigenen Grenzen und alternatives Verhalten unter einen Hut gebracht.

Die Woche stand unter dem Motto: Saufen bis zum Davon-Laufen.

20 Oberstufenschüler/innen setzten sich in dieser Woche mit Informationen und Theorie zu Alkoholkonsum und dessen schädigenden Wirkungen auseinander, trafen sich mit einem ehemaligen Alkoholiker und besuchten das Spital Zweisimmen und die Heilanstalt in Kirchlindach. Unter Anleitung einer Wirtin planteten die Schüler/innen Aufbau und Betreiben der ‚Funky-Bar‘ und das Mixen alkoholfreier Drinks. Anlässlich einer Modeshow setzten sie das Gelernte in die Praxis um und verkauften alkoholfreie Drinks; die anfängliche Nervosität überwandten sie dabei zunehmend.

Die Projektwoche wurde mit einem Lamatrekking von Zweisimmen nach Gstaad abgeschlossen. Nach der körperlichen Anstrengung konnten die Jugendlichen im Grandhotel alkoholfreie Drinks degustieren.

Das abwechslungsreiche Programm konfrontierte die Schüler/innen mit dem Thema Rausch und Risiko aus ganz unterschiedlichen Perspektiven. Das erfolgreiche Betreiben der ‚Funky-Bar‘ stärkte sie in ihrem Selbstvertrauen, die anstrengende Wanderung liess sie ihre eigenen Grenzen spüren und die direkten Begegnungen mit Betroffenen gab Einsicht in die Gefahren des Alkoholkonsums. Diese Woche ermöglichte ihnen

eine neue Sicht auf die Thematik und gab Anregungen zu einem selbstverantwortlichen, bewussten Umgang mit Alkohol.

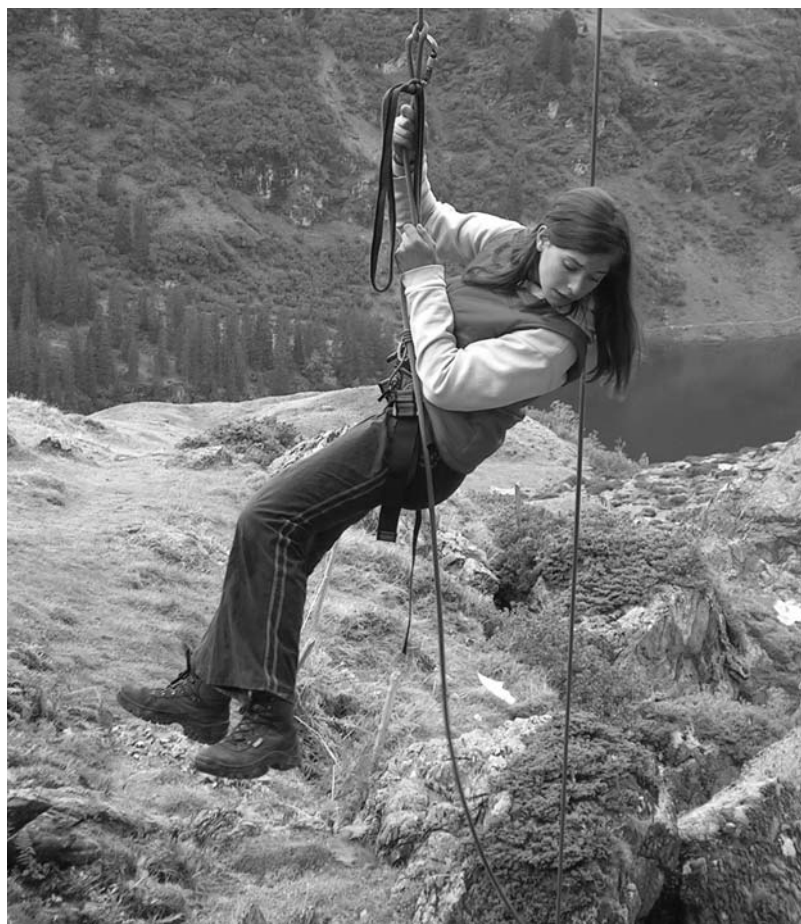
Infos zur Projektwoche: Antoinette Burri – Minder, KGF Volksschule Zweisimmen, ant.burri@bluewin.ch

Oberstufenschule Gossau (ZH)

Im Rahmen eines Sommer Sport Projekttages der Oberstufenschule Gossau im Kanton Zürich übten Schüler/innen den Umgang mit Risiken. Das Outdoor-Klettern war für viele Jugendliche eine neue Erfahrung, eine Erfahrung, die durchaus auch mit Angstüberwindung verbunden war. Sie konnten so Neues, Unbekanntes entdecken, eigene Grenzen erfahren, aber auch lernen, Gefahren richtig einzuschätzen und entsprechende Sicherheitsvorkehrungen zu treffen.

Infos zu den Projekttagen: Sabine Zaugg, Schulleiterin Schulhaus Berg, slosg@bluewin.ch

Edith Lanfranconi, Koordinatorin Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, Deutschschweiz lanfranconi@radix.ch



Hinweise/Indications

Veranstaltungen

Es ist Zeit für Bubenarbeit!

Netzwerk Schulische Bubenarbeit – NWSB

9. Impulstagung

Für Lehrpersonen, Schulsozialarbeiter/innen und weitere Interessierte aus dem Schulbereich von Kindergarten bis Mittelschule

Samstag, 18. November 2006

09.00–16.20

Luzern

Fr. 220.–

Auskunft

NWSB, Beat Ramseier, Postfach 101, 8117 Fällanden ZH, nwsb@gmx.net, www.nwsb.ch, 044 825 62 92.

Anmeldung

unter www.nwsb.ch

Ernährung und Gesundheit aus dem Supermarkt?

Herbsttagung des Netzwerkes für Ernährung und Gesundheit «Nutrinet»

17.10.2006; 13.45–16.45 Uhr

Eidg. Finanzdepartement, Raum 44,

Schwarztorstr. 50, Bern.

Freier Eintritt

Informationen, Programm und Anmeldung unter

www.nutrinet.ch

Journée mondiale pour la prévention des abus envers les enfants

Fondation Sommet Mondial des Femmes

19 Novembre 2006 – Genève

www.woman.ch

Sexuelle Bildung entsteht

Fachtagung

3. November 2006 – Zürich

sedes – Sexualpädagogik deutsche Schweiz

www.sexualpaedagogik.info



Balancieren im Lehrberuf

Im Spannungsfeld Schule wirksam und gesund bleiben

Fachtagung im Kursaal Bern

Symposium: 8. Dezember 2006 (9.30 – 17.45 Uhr)

Impulstagung: 9. Dezember 2006 (9.30 – 16.30 Uhr)

Die Ansprüche im Lehrberuf sind so vielfältig wie widersprüchlich. Wer den Auftrag erfüllen und dabei gesund bleiben will, muss gut balancieren können: zwischen der Komplexität der eigenen und fremden Ansprüche und der vereinfachenden Konzentration auf das gerade Wichtige, zwischen Vermeiden von Misserfolg und optimistischer Erfolgserwartung, zwischen Beheben von Defiziten und Entwickeln von Stärken, zwischen Befolgen von Regeln und erfindischer Improvisation, zwischen Sache und Beziehung, zwischen Auftragserfüllung und Selbstsorge. Berufsleute, die das gut können, wissen um ihren Auftrag und seine Grenzen, um Gefährdungen wie auch um Stärkendes im Berufsfeld. Wissenschaftlich gestützte Professionalität, Freude, Lust, reflexives Handeln, Kreativität, Verantwortungsbewusstsein und spielerische Gelassenheit schliessen sich nicht aus, sondern sind erfolgreich balancierbar.

«Balancieren im Lehrberuf» richtet sich an Lehrerinnen und Lehrer aller Schulstufen, Dozierende in der Lehrerinnen- und Lehrerbildung sowie Verantwortliche und Interessierte für Bildung, Schule und Unterricht.

Es kann die ganze Fachtagung oder nur das Symposium am Freitag bzw. die Impulstagung mit den Referaten und Ateliers am Samstag besucht werden.

*Programm und Anmeldung bis 6.11.2006 online
www.gesunde-schulen.ch*



Détection et intervention précoces (D+IP)

Un projet pour les écoles avec les services spécialisés. Dans le cadre du plan d'action 2004–2007, «Prévention du cannabis», l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) lance le projet novateur «Détection et intervention précoces» dans les champs de l'école et de la formation. Par ce projet national, l'OFSP entend apporter sa contribution à la gestion des problèmes des jeunes dont le développement est manifestement menacé. L'engagement commun de services spécialisés, d'écoles, de parents et d'autres personnes de référence ainsi qu'une claire répartition des tâches et des rôles permettent de constituer un réseau d'aide solide autour des jeunes en difficulté.

La collaboration entre ces différents acteurs permet une gestion constructive et professionnelle des problèmes des élèves, quelles que soient les difficultés qu'ils rencontrent. L'OFSP soutient financièrement les écoles et les services spécialisés dans leurs efforts communs en vue d'une détection et d'une intervention précoces. Les écoles peuvent, de concert avec les services spécialisés, développer un concept sur mesure pour la détection et l'intervention précoces et le mettre en oeuvre.



Des offres de formation continue, sous forme d'échanges d'expériences et d'ateliers thématiques, sont proposées aux collaborateurs-trices des services spécialisés qui ont ainsi l'occasion d'approfondir leurs connaissances dans le travail de conseil et de soutien aux écoles.

Dirigé par l'Office fédéral de la santé publique, le projet se réalise en collaboration avec le Réseau suisse d'écoles en santé (RSES) et la Haute Ecole de travail social de Fribourg (HEF-TS).

Plus d'infos:
www.ecoles-en-sante.ch
bloch@radix.ch

alle anders
alle gleich

Europarat-Kampagne «Alle anders – alle gleich»

Jugendliche engagieren sich in Aktionen und Projekten für Menschenrechte, Gleichberechtigung und gegen Diskriminierung und Rassismus. Die Kampagne wird von Bund und Jugendorganisationen getragen und unterstützt.

Juni 2006 bis September 2007

Informationen: www.alleanders-allegleich.ch /
www.tousdifférents-tousegaux.ch
info@alleanders-allegleich.ch /
info@tousdifférents-tousegaux.ch
 031 850 10 90

Eingabetermin: 15. März 2007

Finanzhilfen für Schulprojekte gegen Rassismus

www.globaleducation.ch/ «Projektfinanzierung»

Date-limite pour le dépôt de demandes: 15 mars 2007

Aides financières pour des projets contre le racisme dans le domaine scolaire

www.globaleducation.ch/ «soutiens de projets»

Ateliers «Réaliser un projet contre le racisme – Mode d'emploi»

Le Service régional romand de la Fondation Education et développement met sur pied des ateliers de formation à l'attention du corps enseignant sur demande. Renseignements: Service régional romand de la FED: 021 612 00 81

tous différents
tous é g a u x



bildung+gesundheits Netzwerk Schweiz · éducation+ santé Réseau Suisse

bildung+gesundheits Netzwerk Schweiz

éducation+santé Réseau Suisse
Bundesamt für Gesundheit BAG
Sektion Alkohohl
Office fédéral de la santé publique OFSP
Section Alcool
3003 Bern
info@bildungundgesundheits.ch
Programmleitung
Directeur du programme
Beat Hess
031 323 87 55
beat.hess@bag.admin.ch

Kompetenzzentren **Centres de compétences**

**Amorix – Kompetenzzentrum
Sexualpädagogik und Schule**
**Centre de compétence pour
l'éducation sexuelle à l'école**
Pädagogische Hochschule Zentralschweiz
PHZ
Sentimatt 1
6003 Luzern
Dr. Eva Maria Waibel
evamaria.waibel@phz.ch
www.amorix.ch

**Schulklima – Interkantonales
Kompetenzzentrum für Gesundheits-
förderung durch Schulentwicklung**
PHZ Luzern
Weiterbildung und Zusatzausbildung
Sentimatt 1
6003 Luzern
041 228 69 51
www.bildungundgesundheits.ch
Titus Bürgisser
titus.buergisser@phz.ch

**SGE – Schweizerische Gesellschaft für
Ernährung**
SSN – Société Suisse de Nutrition
Effingerstrasse 2 · 3001 Bern
031 385 00 00
www.sge-ssn.ch
Angelika Weiler
a.weiler@sge-ssn.ch

BASPO – Bundesamt für Sport

OFSPO – Office fédéral du sport
Hauptstrasse 243 · CH-2532 Magglingen
032 327 61 11
www.baspo.ch
Christoph Konz
christoph.konz@baspo.admin.ch

bfu – Schweizerische Beratungsstelle

für Unfallverhütung
**bpa – Bureau suisse de prévention des
accidents**

Abteilung Erziehung / service éducation
Laupenstrasse 11 · 3008 Bern
031 390 22 11
www.bfu.ch
Christoph Müller
c.mueller@bfu.ch

SNGS – Schweizerisches Netzwerk

Gesundheitsfördernder Schulen
RSES – Réseau suisse d'écoles en santé
Habsburgerstrasse 31 · 6003 Luzern
041 210 62 10
www.radx.ch/schule
Barbara Zurnstein
zurnstein@radix.ch
Deutschschweiz:
Edith Lanfranconi
lanfranconi@radix.ch
Suisse romande
Michel Bloch
bloch@radix.ch

PROMESSE – Promotion des Médias, Environnement, Santé et Citoyenneté dans un processus Educatif

Françoise Pasche Gossin
Coordinatrice du projet PROMESSE
Route de Diesse 11 · 2516 Lamboing
Tél. 032 315 27 92
francoise.pasche-gossin@hep-bejune.ch
Membres de l'équipe de pilotage
pédagogique
Fausta Ferrari (NE)
fausta.ferrari@hep-bejune.ch
Francine Richon (BE)
francine.richon@hep-bejune.ch
Ruth Wenger (JU)
rthwenger@bluemail.ch

Fachstelle Elternmitwirkung

Faberstrasse 31 · 8008 Zürich
044 380 03 10
www.elternmitwirkung.ch
Maya Mülle
muelle@elternmitwirkung.ch

feelok

Institut für Sozial- und Präventivmedizin der
Universität Zürich
Hirschengraben 84 · 8001 Zürich
www.feelok.ch
Oliver Padlina · opadlina@access.unizh.ch

SFA – Alkohol, Tabak und illegale

Drogen
ISPA – alcohol, tabac et drogues illicéales
1001 Lausanne
021 321 29 76
sfa-isp.a.ch
Jacqueline Sidler
jsidler@sfa-isp.a.ch

chili – konstruktive Konfliktbearbeitung

gestion de conflits
Schweizerisches Rotes Kreuz, «chili»
Croix-Rouge suisse «chili»
Raimatstrasse 10 · 3001 Bern
031 387 74 47
www.chili-irk.ch
Yvonne Brüttsch
yvonne.bruttsch@redcross.ch

RessourcenPlus R+

Fachhochschule Nordwestschweiz
Hochschule für Soziale Arbeit
Institut Soziale Arbeit und Gesundheit
Prof. Barbara Fäh, lic. phil. Riggenbach-
strasse 16 · 4600 Olten
062 311 96 66
barbara.fah@fnw.ch
Prof. Dr. Doris Kunz
Institut Forschung und Entwicklung
Kasernenstrasse 20 · 5001 Aarau
062 832 02 65
doris.kunz@fnw.ch

SNGS – Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen

Schulklima

bfu – Sicherheitsförderung

BASPO – Bewegung

Elternmitwirkung

RessourcenPlus R+

PROMESSE

feelok

SFA/ISPA – Prävention von Drogenproblemen

chili – konstruktive Konfliktbearbeitung

SGE – Ernährung

Amorix

