

Modul 3: Genuss oder Sucht?

Dieses Modul vermittelt einen generellen Überblick über die Thematik der Sucht und Abhängigkeit. Aufgezeigt wird zudem, dass für die Entstehung einer Sucht Einflussfaktoren auf der Ebene des Individuums, der Substanz, des Verhaltens der Konsumierenden sowie auf der Ebene ihrer Umwelt relevant sind.

Durch die zusätzlichen Inhalte zur Vertiefung können die Teilnehmenden das gewonnene Wissen auf eigene Beispiele anwenden.

Im Rahmen dieses Moduls können folgende **Kompetenzen des Lehrplans 21** gefördert werden:

- **WAH 3.1:** Die Schülerinnen und Schüler können Einflüsse auf die Gestaltung des Konsumalltages erkennen.
- **WAH 4.1:** Die Schülerinnen und Schüler können das Zusammenspiel unterschiedlicher Einflüsse auf die Gesundheit erkennen und den eigenen Alltag gesundheitsfördernd gestalten.
- **ERG 5.1:** Die Schülerinnen und Schüler können eigene Ressourcen wahrnehmen, einschätzen und einbringen.

Ziele der Lektion: Die Teilnehmenden...

- setzen sich mit ihren eigenen Vorstellungen von Normalität und Sucht auseinander.
- kennen die Begriffe substanzgebundene Sucht und Verhaltenssucht.
- kennen den Unterschied zwischen Normalverhalten und einer Sucht.
- können mögliche Anzeichen für eine Sucht benennen.
- wissen, dass eine Sucht immer aus einer Verkettung mehrerer Einflussfaktoren auf mehreren Ebenen entsteht.
- wissen, wo sie bei Bedarf Beratung, Unterstützung und Hilfe finden.

Ziele der zusätzlichen Inhalte zur Vertiefung: Die Teilnehmenden...

- können das gewonnene Wissen zum Thema Sucht anhand eines konkreten Beispiels anwenden.

Benötigtes Material für die Lektion:

- Das Arbeitsblatt «Alles im grünen Bereich?»
- Das Blatt «Fallbeispiel Laura» und / oder «Matteo»
- Das Arbeitsblatt «Einflussfaktoren Sucht leer»
- Das Lösungsblatt «Einflussfaktoren Sucht»
- Stifte
- Scheren

Benötigtes Material für die zusätzlichen Inhalte zur Vertiefung:

- Papier
- Stifte

Ablaufplan der Lektion:

Der Ablaufplan zeigt einen möglichen Ablauf einer Unterrichtslektion im Umfang von 45 Minuten auf.

Ablauf	Umsetzung und benötigtes Material
<p>Auseinandersetzung mit der Vorstellung von Normalität und Sucht</p> <p>Gruppenarbeit, anschliessend Plenum 15 min</p>	<p>Die Teilnehmenden werden in Gruppen aufgeteilt, nehmen das Arbeitsblatt «Alles im grünen Bereich?» zur Hand und schneiden die einzelnen Kärtchen aus. Anschliessend ordnen sie die Kärtchen den drei Kategorien «Alles okay», «Achtung: Einige Warnzeichen» und «Ganz klar, eine Sucht» zu. Haben sich die Gruppen auf eine Lösung geeinigt, werden diese im Plenum verglichen.</p> <p>Anhand der Gemeinsamkeiten und Unterschiede der Ergebnisse kann hergeleitet werden, dass die Vorstellungen von Sucht und Normalität sich unterscheiden. Gleichzeitig kann eine Diskussion um klare Indikatoren für Sucht angestossen werden.</p>
<p>Wissensvermittlung zu verschiedenen Formen der Sucht und Anzeichen</p> <p>Plenum 10 min</p>	<p>Im Plenum wird das Vorwissen zu substanzgebundener und substanzungebundener Sucht gesammelt und, falls nötig, ergänzt. Anschliessend werden die Kriterien für beide Formen von Sucht aufgezeigt und anhand konkreter Beispiele verdeutlicht. Die Kriterien finden sich im Hintergrundwissen zu dieser Lektion.</p>
<p>Wissensvermittlung zu verschiedenen Einflussfaktoren auf die Entstehung einer Sucht, praktische Anwendung des Wissens</p> <p>Gruppenarbeit, anschliessend Plenum 15 min</p>	<p>Eines der Fallbeispiel von Matteo oder Laura wird den Teilnehmenden vorgetragen. Sie lernen dabei Einflussfaktoren auf die Entstehung einer Sucht auf den verschiedenen Ebenen kennen.</p> <p>Anschliessend verteilt die Leitungsperson das Arbeitsblatt «Einflussfaktoren Sucht leer» und erklärt die Ebenen mit einigen Beispielen. Anschliessend füllen die Teilnehmenden das Blatt aus, indem sie dort weitere Einflussfaktoren auf den einzelnen Ebenen aufschreiben. Die Ergebnisse werden im Plenum besprochen, falls nötig ergänzt und anhand konkreter Beispiele verdeutlicht.</p>
<p>Aufzeigen von Unterstützungsangeboten und Anlaufstellen</p> <p>Plenum 5 min</p>	<p>In der Gruppe werden Hilfsangebote wie regionale Beratungsstellen besprochen und niederschwellige Kontaktmöglichkeiten bekanntgegeben. Zudem werden gemeinsam mögliche Ansprechpersonen im Umfeld gesammelt, beispielsweise Eltern, Freunde, Geschwister, Lehrpersonen oder die Schulsozialarbeit.</p>

Zusätzliche Inhalte zur Vertiefung:

Diese Unterrichtseinheiten können nach Bedarf zur Vertiefung der ersten Lektion genutzt werden. Sie sind beliebig kombinierbar und können auch einzeln eingesetzt werden.

Ablauf	Umsetzung und benötigtes Material
Vertiefte Auseinandersetzung und Reflexion zu den vermittelten Inhalten	<p>Mit Hilfe des ausgefüllten Arbeitsblattes «Einflussfaktoren Sucht» erfinden die Teilnehmenden in Gruppen eigene Fallbeispiele. Folgende Fragen sollen dazu diskutiert und beantwortet werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Was für eine Person wählt ihr? (Geschlecht, Alter, Wohnort, Interessen usw.) - Welche Sucht wählt ihr? Eine substanzgebundene oder ungebundene Sucht? - Welche Einflussfaktoren für die Sucht auf den Ebenen des Individuums, der Umwelt sowie der Substanz und des Verhaltens spielen eine Rolle? - Wie entwickelt sich die Sucht zeitlich? Was sind erste Anzeichen der Entstehung der Sucht? Welche Symptome entwickelt die Person längerfristig? - Wie kann sich die Person helfen lassen? Welche Einflussfaktoren auf den verschiedenen Ebenen müssen bearbeitet werden?
Gruppenarbeit 30 min	
Reflexion und Einordnung des erworbenen Wissens	Die Gruppen tragen die erarbeiteten Fallbeispiele im Plenum vor. Anschliessend werden sie gemeinsam diskutiert.
Plenum 15 min	