

WIR SIND VORBILDER

UND WAS LEBST DU VOR?

Eine interaktive Methode für die pädagogische
Arbeit mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen
zum Thema Alkohol

WIR SIND VORBILDER

UND WAS LEBST DU VOR?

Eine interaktive Methode für die pädagogische Arbeit mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen zum Thema Alkohol



Kinder lernen vor allem an dem, was sie vorgelebt bekommen. Aber selbst Jugendliche und Erwachsene, unsere Gesellschaft und jede*r Einzelne werden von dem beeinflusst, was Menschen in ihrem Umfeld tun. **Soziales Miteinander heißt, dass unser Verhalten wahrgenommen wird und sich auch auf das Verhalten anderer auswirken kann.**

Was haben Vorbilder mit Suchtprävention zu tun? Auch Konsumverhalten, zum Beispiel der Umgang mit Alkohol, wird erlernt. So erleben wir, wie in unserer Familie vielleicht regelmäßig ein »Feierabendbier« getrunken wird, wir nehmen wahr, wie Freund*innen Alkohol probieren, vielleicht wird uns auch von anderen etwas angeboten. **Im Alltag begegnen wir potenziellen Vorbildern an vielen Stellen und in verschiedenen Rollen:** Erzieher*innen, Lehrer*innen, Freund*innen, Eltern, Verwandte, Nachbar*innen, Trainer*innen bis hin zu prominenten Personen, wie z. B. Künstler*innen oder Sportler*innen.

Wichtig ist, dass wir uns dessen bewusst sind, dass wir Vorbild sind und bewusst entscheiden, was wir vorleben möchten, was wir Kindern und Jugendlichen mit »auf den Weg« geben möchten. Es geht dabei nicht darum, alles »perfekt« zu machen – vielmehr gilt es, überlegt zu handeln, sich darüber klar zu sein, dass man etwas vorlebt und mit anderen über das eigene sowie das Verhalten anderer ins Gespräch zu kommen. **Insbesondere Jugendliche als die Erwachsenen von morgen brauchen die Möglichkeit, ihr Verhalten kritisch zu hinterfragen und zu reflektieren, welche Vorbilder sie haben und welche Schlussfolgerungen sie damit für ihr eigenes Verhalten ziehen können.**



ZIELE DER METHODE:

Die interaktive Methode »Wir sind Vorbilder – und was lebst Du vor?« möchte befördern,

- ... mit Jugendlichen über Vorbildfunktion und -verhalten ins Gespräch zu kommen.
- ... Jugendliche für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol zu sensibilisieren.
- ... dass Jugendliche sich mit dem eigenen Konsumverhalten kritisch auseinandersetzen.



ZIELGRUPPE UND SETTING:

Die Methode richtet sich an **Jugendliche im Alter von ca. 14 – 18 Jahren**. Sie kann im Sinne einer universellen Prävention, z. B. in Schulen, Jugendfreizeiteinrichtungen oder Sportvereinen durchgeführt werden.

ORGANISATORISCHES:

Für die Umsetzung der Methode werden **2 Schulstunden bzw. 1,5 Zeitstunden** empfohlen. **Die Gruppengröße sollte 30 Jugendliche nicht überschreiten.**

Bewährt hat sich, mit der Methode zunächst im Stuhlkreis zu starten, zwischendurch verteilen sich die Jugendlichen möglichst auf mehrere Räume und zum Abschluss kommen alle wieder im Stuhlkreis zusammen. Planen Sie auch ausreichend Zeit für die Vor- und Nachbereitung ein.





DER ABLAUFPLAN:

Gesamtdauer: ca. 90 min

01 Einführung

Dauer: ca. 10 min

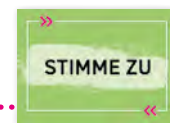
Schaffen Sie zu Beginn einen vertrauensvollen Raum durch das partizipative Festlegen von Regeln (z. B. sich ausreden lassen, den anderen zuhören), indem Sie die Jugendlichen zuerst fragen, welche Regeln ihnen wichtig sind und im zweiten Schritt dann auf einem großen Papier (z. B. Flipchart) oder Moderationskarten festschreiben, welche Regeln sie gemeinsam vereinbaren können. Hängen Sie diese für alle gut sichtbar auf.

02 Stimmt oder stimmt nicht? – das Thesenspiel

Dauer: ca. 20 min

Es werden von der/dem Moderator*in die Karten »Stimme zu« und »Stimme nicht zu« im Raum gegenüberliegend mit Abstand platziert. Anschließend werden die Thesen eine nach der anderen laut vorgelesen. Die Jugendlichen bekommen nach jeder These die Aufgabe, sich zur jeweiliger Karte, die sich mit ihrer Meinung deckt, zu stellen. Befragen Sie einzelne Jugendliche zu ihrer Meinung. Damit es zeitlich kompakt bleibt empfehlen wir 1–2 Jugendliche pro Seite zu Wort kommen zu lassen.

Material: Thesen für Thesenspiel, Karten »Stimme zu« und »Stimme nicht zu«



03 Kleingruppenarbeit

Dauer: ca. 30 min

Im nächsten Schritt werden die Jugendlichen in vier Kleingruppen eingeteilt. Entweder teilen Sie die Jugendlichen zufällig (z. B. über Durchzählen) in die Gruppen ein, damit die Gruppenbildung sich nicht an Freundschaftsgruppen festmacht, sondern auch neue Meinungen kennengelernt werden können. Oder Sie geben den Jugendlichen die Möglichkeit, sich nach Interesse einem Plakat zuzuordnen.

Anschließend bekommt jede Gruppe ein Plakatmotiv (In der Familie beim Essen, Auf dem Weg zur Party, Auf dem Spielplatz, Nach dem Fußballspiel) inklusive einer Aufgabenkarte und Moderationskarten zum Verschriftlichen der Ergebnisse. Jede Gruppe hat 20 Minuten Zeit, um das Bild zu sichten, die Fragen der Aufgabenkarte zu besprechen und ihre Einschätzung zu den Fragen auf Moderationskarten zu schreiben.

Dabei können sich die Jugendlichen in ihren Gruppen beliebig im Raum (bzw. wenn möglich in Nachbarräumen) verteilen.

Nach der Arbeitsphase kommen alle Gruppen wieder im Stuhlkreis zusammen. Ein bis zwei Jugendliche je Gruppe stellen dann die Ergebnisse vor. Pinnen Sie sowohl das jeweilige Plakat als auch die dazu gesammelten Ergebnisse der Gruppen zur besseren Sichtbarkeit für alle Gruppen an eine Moderationswand oder Tafel an.

Material: 4 Plakatmotive, 4 Aufgabenkarten, ein Stapel Moderationskarten und Stifte, Pinnnadeln oder Magnete



04 Diskussion und Abschluss

Dauer: ca. 30 min

Abschließend empfiehlt es sich, die Übungseinheit mit einer Diskussion abzurunden.

Der/die Moderator*in kann für die Diskussion die Leitfragen nutzen, bezieht sich dabei, wenn möglich, auch auf die Ergebnisse und Aussagen aus den Kleingruppen.

Wichtig ist dabei, dass die Jugendlichen sich mit ihrer eigenen Situation auseinandersetzen, eigene Erfahrungen und Einschätzungen besprochen werden und ein Austausch unter den Jugendlichen dazu stattfindet.

Bei der Diskussion ist darauf zu achten, dass es nicht die einen richtigen Antworten gibt, sondern dass bspw. Vorbilder für jede*n eine eigene Bedeutung haben können.

Leitfragen:

- Kommt mir eine der Situationen auf den Plakaten bekannt vor? Wie habe ich mich verhalten? Wie habe ich mich gefühlt?
- Welche Vorbilder habe ich?
- Inwiefern haben sie mich beeinflusst?
- Was löst Alkoholkonsum von Älteren (Eltern, ältere Freund*innen, andere) bei mir aus?
- Wie kann ich mich in Bezug auf Alkohol verhalten?
- Eine Abschlussrunde mit diesen Fragen kann die Methode abschließen, wenn die Zeit dafür noch ausreicht:
Was war mein AHA-Erlebnis?
Was nehme ich heute mit?



MATERIAL FÜR DIE UMSETZUNG DER INTERAKTIVEN METHODE:

Sie benötigen die folgenden Dokumente:

- 4 Plakatmotive der Kampagne »Wir sind Vorbilder« (In der Familie beim Essen, Auf dem Weg zur Party, Auf dem Spielplatz, Nach dem Fußballspiel)
- 4 Karten »Aufgabenkarten« für die Kleingruppenarbeit
- 2 Karten »Stimme zu« und »Stimme nicht zu«
- 1 Karte »Übersicht der Thesen«
- 1 Karte »Leitfragen«



Die Plakate können Sie auch hier bestellen:

www.berlin-suchtpraevention.de/bestellportal/kategorie/plakate/



WEITERFÜHRENDE ANGEBOTE:

Nutzen Sie auch weitere Angebote, um Alkoholprävention wirksam und nachhaltig zu sichern:

- BZgA Klarsicht-Koffer
- Schulklassenworkshops »Tom & Lisa« und »Kein Alkohol in der Schwangerschaft«

Erhältlich in der Fachstelle für Suchtprävention Berlin – wir beraten Sie gerne!

Darüber hinaus empfehlen wir Ihnen noch, die folgenden Materialien bereit zu legen:

- Stifte
- Moderationskarten
- Magnete für Tafel oder Pinnnadeln für Moderationswände

IMPRESSUM:

1. Auflage | Mai 2022



Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH

Chausseestr. 128/129 | 10115 Berlin

Tel. 030 – 29 35 26 15 | Fax 030 – 29 35 26 16

info@berlin-suchtpraevention.de | info@kompetent-gesund.de

www.berlin-suchtpraevention.de | www.kompetent-gesund.de

V.i.S.d.P.: Anke Timm

Redaktion: Christina Schadt, Anna-Lena Metterhausen

Gestaltung: Martina Jacob

Bilder: Robin Städler, nounproject

Diese Methode wird von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin in Kooperation mit dem Projekt »HaLT proaktiv« herausgegeben.

Landesprogramm »Na klar – unabhängig bleiben!«

Das Landesprogramm »Na klar – unabhängig bleiben!« wird von der Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie sowie von allen 12 Berliner Bezirken, dem Projekt HaLT, der Polizei Berlin, der Landesstelle Berlin für Suchtfragen und der Fachstelle für Suchtprävention Berlin getragen und unterstützt vom Berliner Fußball-Verband sowie dem Handelsverband Berlin-Brandenburg.

www.praevention-na-klar.de

In Kooperation mit:



Gefördert durch:

