

Workshops

Vision

Das Blaue Kreuz Bern-Solothurn-Freiburg bietet im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion (GSI) des Kantons Bern Suchtpräventions-Workshops durch. Die Workshop-Teilnehmenden reflektieren in interaktiven Modulen ihr eigenes Konsumverhalten bzw. ihre Einstellung dazu. Dies führt bei Personen mit riskantem Substanzkonsum dazu, dass sie ihr Verhalten überdenken und weniger oder gar nicht mehr konsumieren. Jugendliche – die einen unproblematischen Konsum pflegen – werden darin gestärkt. Die Befähigung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren trägt zusätzlich zur Sensibilisierung bei.

Ausgangslage

Laut HBSC-Studie 2022, konsumieren 9 % der 15-jährigen Jugendlichen in der Schweiz wöchentlich Alkohol, 16.5 % waren bereits mindestens zweimal in ihrem Leben betrunken gewesen. Dabei ist bekannt, dass gerade junge Menschen besonders sensibel auf Alkohol reagieren. Regelmässiger sowie übermässiger Konsum schädigt das jugendliche Gehirn nachhaltig, führt vielfach zu Gewalt und zwischenmenschliche Probleme. Zudem vergrössert sich bei einem frühen Konsum das Risiko einer späteren Suchtentwicklung. Der Nikotinkonsum – insbesondere bei neueren Produkten wie Vapes oder Nikotinbeutel – stieg in den letzten Jahren markant an. Das 'Ausprobieren' von Nikotinprodukten bei jungen Menschen ist sehr beliebt. Erwiesenermassen entwickeln die meisten Nikotinabhängigen Menschen ihre Sucht im Jugendalter. Dem wirken wir mit den Workshops entgegen.

Zielsetzungen

- Reflexion des eigenen Konsumverhaltens und Stärkung der Selbstwahrnehmung
- Erweiterung des Wissens zum Thema Alkohol, Nikotinprodukte wie Shisha, Zigarette, Snus, E-Zigarette, Cannabis sowie Verhaltenssuchte v.a. über die kurz- und langfristigen Folgen von Konsum und Missbrauch
- Aufklärung zur verzerrten Wahrnehmung des Peerkonsums
- Richtiges Verhalten bei Trinkgelegenheiten trainieren und Selbstsicherheit fördern
- Die Wirkung des Nikotinkonsums aufzeigen
- Beratungsangebote zur Suchtproblematik aufzeigen
- Sensibilisierung für die Suchtthematik im Allgemeinen

Zielgruppen

- Jugendliche ab dem Zyklus 3, Gymnasien und Gewerbeschulen
- Multiplikatorinnen und Multiplikatoren

Massnahmen

Es werden Workshops (i.d.R. 2 Lektionen) zum Thema Konsum, Gesundheit, Sucht, Suchtmittel und Gruppendruck angeboten. Das Setting umfasst Schulen, Kirchen sowie soziale Institutionen. Die Workshops werden nach den Bedürfnissen der Veranstalter durchgeführt und beinhalten folgende Unterrichtsmethoden:

- Einzelarbeit
- Gruppenarbeit
- Gruppendiskussion
- Fallbeispiele

Evaluation

Im Jahr 2013 erfolgte eine umfassende Workshop-Evaluation. Nebst Wissensvermittlung können die Workshops teilweise den regelmässigen Alkoholkonsum minimieren. Zudem kann die Häufigkeit der Trunkenheit bei Jugendlichen reduziert werden.

Das Angebot wird regelmässig via schriftliche Befragung bei Workshop-Teilnehmenden evaluiert und den Bedürfnissen angepasst.

Kontakt

Claude Knöpfel
Produktverantwortlicher Workshops
031 398 14 55
claudio.knoepfel@suchtpraevention.org
www.besofr.blaueskreuz.ch/.../workshops