

Alkoholabhängig – Warum?

Oberthema	Risiko- und Schutzfaktoren einer möglichen Alkoholabhängigkeit kennenlernen.
Idee / Ziele	<ul style="list-style-type: none">• Auseinandersetzung mit den eigenen Belastungs- und Schutzfaktoren, die eine Sucht begünstigen / verhindern können• Aufzeigen von Handlungsmöglichkeiten für Personen, die einer suchtmittelabhängigen Person nahestehen und helfen möchten
Zeit	25 – 35 min.
Methode	Fallaufgabe und Diskussion
Material	<ul style="list-style-type: none">• Die Geschichte von Andres mit vier möglichen Gründen• Clip 1: Andres, http://www.youtube.com/watch?v=RQaZQQk98Yw• Clip 2: Andres, http://www.youtube.com/watch?v=oU-3oEJe4KQ
Alter	14 – 18 Jahre
Lehrplan 21	Fachbereich Natur, Mensch, Gesellschaft (NMG), Kompetenzbereich Wirtschaft, Arbeit, Haushalt (WAH). 3. Zyklus (7. – 9. Klasse). WAH 4,1.: Ernährung und Gesundheit - Zusammenhänge verstehen und reflektiert handeln. Kompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können das Zusammenspiel unterschiedlicher Einflüsse auf die Gesundheit erkennen und den eigenen Alltag gesundheitsfördernd gestalten. Online unter: https://be.lehrplan.ch/index.php?code=b 6 3

Ablauf

Auftrag	Anhand einer wahren Geschichte eines betroffenen Jugendlichen aus dem Kanton Bern, haben die Teilnehmenden die Aufgabe, mögliche Gründe für den Alkoholabsturz herauszufinden. Dazu werden gezielt Kurzfilme eingesetzt. Bei der Auflösung des Falles wird aufgezeigt, dass viele Faktoren dazu beitragen können, in eine Alkoholabhängigkeit zu geraten. Auch Schutzfaktoren sowie konkrete Beispiele zum bestmöglichen Umgang mit Eltern/Freunde – welche in eine mögliche Sucht geschlittert sind – werden aufgezeigt.
Durchführung	<p>Den Jugendlichen wird die Geschichte von Andres vorgelesen. Anschliessend wird im Plenum gefragt, ob die vorgelesene Geschichte wahr sei. Aufgelöst wird diese Frage jedoch vorerst nicht. Zuerst werden 3er- bis 5er- Gruppen gebildet und das Blatt mit der Geschichte und den Gründen abgegeben.</p> <p>Anhand des Arbeitsblattes soll die Gruppe herausfinden welcher Grund dafür verantwortlich ist, dass Andres alkoholabhängig wurde. Es kann jeweils nur ein Grund ausgesucht werden. Optional können die Gruppen auch selbst einen möglichen Grund formulieren.</p> <p>Nachdem die Gruppen eine Entscheidung gefällt haben, wird Clip 1 gezeigt. Ziel des Clips ist es, die Jugendlichen mit der Wahrheit dieser Geschichte zu konfrontieren. Auch die Meinung der Gruppe zu dem zuvor festgelegten Grund, könnte dadurch infrage gestellt werden. Nach dem Clip erhalten die Jugendlichen daher nochmals Zeit, den für sie passenden Grund zu wählen.</p>

Nun folgt die Auflösung. Jeder der vier Gründe hat etwas Wahres. Es gibt somit keinen Grund, der falsch oder richtig ist. Nun wird auf die einzelnen Gründe in einer offenen Diskussion eingegangen.

Diskussion

1. Grund: Der schwache Wille ist an allem schuld.

Selbstsicherheit kann vor einer Sucht schützen, da eine gesunde Entscheidungsfähigkeit vorliegt, welche nicht fremdgesteuert ist. KollegInnen sucht man sich selbst aus. Dabei erweist sich eine gewisse Selbstsicherheit als wertvoll, um zwischen "guten und schlechten" KollegInnen entscheiden zu können.

2. Grund: Jemand nahestehendes hätte ihm helfen sollen.

Menschen, die in eine Sucht geraten sind, hilft es tatsächlich, wenn sie auf ihre schlechten Gewohnheiten angesprochen werden. Die Konfrontation sollte jedoch nicht vorwurfsvoll sein, sondern viel mehr aus Respekt und Betroffenheit kommen. Eine ablehnende Reaktion der betroffenen Person ist normal und soll nicht irritieren. Auf keinen Fall sollte die Sucht unterstützt (Co-Abhängigkeit) werden. Indirekt betroffene Personen sollten unbedingt Rat bei Beratungsstellen einholen! Beispielsweise gibt es die Website www.safezone.ch, bei der Anonymität garantiert ist.

3. Grund: Viele Ursachen führten zur Sucht.

Es sind tatsächlich viele Faktoren, die im Leben von Andres schiefgelaufen sind. Trotzdem wird noch lange nicht jede/r, die/der eine ähnliche Geschichte hat, anschliessend drogenabhängig. Dennoch steigt dadurch die Wahrscheinlichkeit an einer Sucht zu erkranken.

4. Grund: Die KollegInnen hätten handeln müssen.

In der Tat üben KollegInnen während der Jugendzeit einen gewaltigen Einfluss auf einen selbst aus. Doch alles auf die KollegInnen abzuschieben, wäre falsch. Schliesslich entscheidet man selbst für sein Leben. Dazu gehört auch, dass man zu Schlechtem "NEIN!" sagen kann.

Der Schluss bildet die Frage, ob Andres die Alkoholabhängigkeit besiegt hat.

Nach der offenen Frage wird Clip 2 gezeigt und danach nochmals kurz darüber diskutiert. Grundsätzlich kann gesagt werden, dass Menschen, die alkoholabhängig waren, immer wieder mit der Sucht zu kämpfen haben. Dies gilt übrigens bei fast allen Personen, die schon einmal abhängig waren.

Weitere Infos

Es empfiehlt sich zur Vertiefung noch den Clip „Bin ich drogengefährdet?“ mit den Jugendlichen anzuschauen,
http://www.youtube.com/watch?v=YG_iuvqy-5s

Die Geschichte von Andres

Andres wächst in Frutigen bei Bern mit seiner Schwester und seinen Eltern auf. Sein Vater war dem Alkohol verfallen und trank regelmässig zu viel. Dies führte dazu, dass sich die Eltern immer öfter stritten und der Vater sogar gewalttätig wurde. Für die Mutter war dieser Zustand nicht mehr auszuhalten, weshalb sie sich gezwungen sah, die Scheidung einzureichen. Zu diesem Zeitpunkt war Andres 12 Jahre alt. Die Mutter war aufgrund der Trennung noch weniger zu Hause als zuvor, da sie nun das Geld verdienen musste.

Die Schule war für Andres nicht das Highlight seines Lebens. Gerade als Teenie schwänzte er immer öfters. Die Freizeit verbrachte er oft mit seinen Kollegen draussen, hinter den Rangiergeleisen in Frutigen. Hier und da war Andres auch in Schlägereien verwickelt. Aus Langeweile heraus, begann er mit seinen Kollegen zu stehlen. Süßigkeiten, Zigaretten und auch Alkohol war ein beliebtes Diebesgut. Mit 13 Jahren nahm seine Alkoholgeschichte ihren Lauf. Aus dem anfänglichen Probieren von alkoholischen Getränken, wurde eine ernsthafte Sucht. Mit 15 Jahre trank er jeden Tag eine Flasche Jack Daniels (40% Alkohol). Die Konsequenzen seines Verhaltens und des damit verbundenen Trinkens wurde Andres zunehmend zum Verhängnis. Das Resultat: Er kam in ein Erziehungsheim und hatte mit 16 Jahren bereits die 3. Alkoholentzugstherapie hinter sich. In der Hoffnung allmählich sein Leben etwas in den Griff zu kriegen, platzierte man Andres in eine Bauernfamilie, wo er ein neues sicheres zu Hause fand.

Aufgabe

Das Leben von Andres war und ist offensichtlich nicht ganz einfach. Wie konnte es so weit kommen, dass der Alkohol sein Leben bestimmte? Folgende vier mögliche Gründe stehen zur Option (es kann nur ein Grund gewählt werden).

1 Grund: *Der schwache Wille ist an allem schuld*

Andres ist einfach vom Willen her schwach und absolut nicht selbstsicher. Selbst mit einem Vater der Alkoholsüchtig und einer Mutter die nicht so viel zu Hause war, hätte er einen Weg ohne Alkoholsucht bestreiten können. Schliesslich kann man sich ja auch die KollegInnen, mit denen man rumhängt, aussuchen. Dieser Typ tut mir einfach nur leid...

2. Grund: *Jemand nahestehendes hätte ihm helfen sollen*

Hätten ihm doch nur seine "guten" KollegInnen oder die Eltern gesagt, dass er mit dem Scheiss aufhören soll! Scheinbar fühlte sich niemand verpflichtet ihn auf seinen falschen Weg aufmerksam zu machen, nicht einmal seine Eltern, oder? Kein Wunder passiert dann so was. Eigentlich sollten die Angehörigen von Andres für ihre Passivität/Gleichgültigkeit bestraft werden.

3. Grund: *Viele Ereignisse führten zur Sucht*

Also ich sehe bei dieser Geschichte sehr viele verschiedene Faktoren, die zur Alkoholsucht bei Andres geführt haben. Der Vater war alkoholabhängig, die Eltern trennten sich früh und Andres war oft allein. Zudem wurden die schulische Leistung zunehmend schlecht und die KollegInnen – na ja – waren das wirkliche Freunde? Wohl kaum. Kein Wunder kam Andres auf die schiefe Bahn. Bei so einer Geschichte wird doch jeder Jugendliche drogenabhängig!

4. Grund: *Die KollegInnen sind an allem schuld*

Diese sogenannten KollegInnen tragen doch schlussendlich die Schuld für dieses Drama! Gerade in der Jugendzeit ist es normal, dass sich die Jugendlichen in einer Gruppe gegenseitig stark beeinflussen. Dieses Phänomen zeigte sich auch bei Andres. Er verbrachte seine Freizeit fast ausschliesslich innerhalb seiner Jugend-Klicke. Schämen sollte sich der Kollegenkreis von Andres. Immer diese schlechte Beeinflussung – kein Wunder endete er so. Es muss angenommen werden, dass Andres teilweise gegen seinen Willen abgefüllt wurde und auch deswegen ein Alkoholproblem entwickelte.