

Präventionsprojekt „Sucht“ der Kommunalen Kinder- und Jugendarbeit Neuendettelsau für die Klassen 6 und 7

1. Projektüberblick

Kinder und Jugendliche stehen bereits in frühen Lebensphasen vor vielfältigen Entwicklungsaufgaben und Herausforderungen. Der Umgang mit Gruppendruck, Emotionen, Medien, Leistungsanforderungen und ersten Berührungspunkten mit riskantem Verhalten erfordert stabile Lebenskompetenzen. Das vorliegende Suchtpräventionsprojekt setzt frühzeitig an und verfolgt einen präventiven, ressourcenorientierten Ansatz.

Ziel des Projekts ist es, Schülerinnen und Schüler der 6. und 7. Klassen für das Thema Sucht zu sensibilisieren, ihre Lebens- und Risikokompetenzen zu stärken und sie dabei zu unterstützen, gesundheitsförderliche Entscheidungen zu treffen.

2. Zielgruppe

- Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen **6 und 7**
 - Altersgruppe ca. **11–14 Jahre**
 - Durchführung im Klassenverband
-

3. Zielsetzung des Projekts

Das Projekt folgt einem interaktiven, partizipativen und stärkenorientierten Präventionsansatz. Im Mittelpunkt stehen:

- Förderung von Lebenskompetenzen
- Reflexion von Risikoverhalten
- Wissensvermittlung zu Suchtentwicklung und Substanzen

- Stärkung der Selbstwahrnehmung und Entscheidungsfähigkeit
- ihre Lebens- und Risikokompetenzen erweitern
- eigene Einstellungen und Verhaltensweisen reflektieren
- Handlungsmöglichkeiten für schwierige Situationen entwickeln
- Unterstützungsangebote kennenlernen

Die Schülerinnen und Schüler werden aktiv einbezogen und ermutigt, eigene Erfahrungen, Meinungen und Fragen einzubringen.

4. Methodischer Ansatz

Das Projekt arbeitet **ressourcenorientiert, partizipativ und lebensnah**. Die Methoden sind altersgerecht, aktivierend und fördern den Austausch innerhalb der Gruppe.

Zum Einsatz kommen unter anderem:

- moderierte Gruppengespräche
- Einzel- und Kleingruppenarbeit
- Reflexionsübungen
- Kartenarbeit mit dem Material „**Sucht Prävention – Wenn – Ich – Karten**“
- Rollenspiele und szenisches Arbeiten
- kreative und bewegungsorientierte Methoden

Die Jugendlichen werden aktiv in die Inhalte einbezogen und können ihre eigenen Erfahrungen, Sichtweisen und Fragen einbringen.

5. Eingesetzte Materialien:

5.1 Kartenmaterial „Sucht Prävention – Wenn-Ich-Karten“

Zentrales Element des Projekts ist der Einsatz der „**Sucht Prävention – Wenn-Ich-Karten**“. Das Kartenset umfasst über **300 Karten** zu folgenden Themenbereichen:

- Entwicklungsaufgaben von Kindern und Jugendlichen
- Lebenskompetenzen (z. B. Selbstwert, Kommunikation, Konfliktfähigkeit)
- Risikokompetenzen und Risikoverhalten
- Suchtentwicklung
- Alkohol

- Tabak / Shisha / E-Zigaretten
- Cannabis / Legal Highs
- Aktivierende Drogen (z. B. Ecstasy, Amphetamine, Kokain)
- Essstörungen

Die Karten arbeiten mit alltagsnahen **Wenn-Ich-Aussagen**, die typische Situationen aus dem Leben junger Menschen aufgreifen. Sie regen zur Diskussion, Selbstreflexion und zum Perspektivwechsel an.

Die begleitende Anleitung bietet kompakte, fachlich fundierte Informationen zu den einzelnen Themen und Substanzen und unterstützt die strukturierte Durchführung.

5.2 Rollenspiele

Rollenspiele sind ein zentraler Bestandteil des Suchtpräventionsprojekts. Sie ermöglichen es den Schülerinnen und Schülern, **praktisch zu üben, wie sie in Situationen mit Gruppendruck, Suchtmitteln oder digitalen Medien selbstbewusst „Nein“ sagen** und gesunde Entscheidungen treffen können. Durch die Simulation realistischer Alltagssituationen lernen die Jugendlichen, Strategien anzuwenden, ihre eigenen Grenzen zu erkennen und soziale Kompetenzen zu stärken.

6. Inhalte des Projekts

Im Verlauf der sechs Bereiche werden unter anderem folgende Inhalte bearbeitet:

- Was bedeutet Sucht? – Grundlagen und Begriffsverständnis
- Warum konsumieren Menschen Suchtmittel?
- Entwicklungsaufgaben und ihre Bedeutung für gesundes Aufwachsen
- Umgang mit Stress, Druck und starken Gefühlen
- Risikosituationen erkennen und einschätzen
- Auswirkungen von Alkohol, Nikotin, Cannabis und anderen Substanzen
- Eigene Stärken erkennen und nutzen
- Hilfsangebote und Unterstützungsmöglichkeiten

7. Ablauf der Projektbereiche

Bereich 1: Kennenlernen, Einstieg und Rahmenklärung

Zu Beginn des Projekts steht das gegenseitige Kennenlernen sowie die Schaffung einer vertrauensvollen Arbeitsatmosphäre im Mittelpunkt. Die Schülerinnen und Schüler werden behutsam an das Thema Suchtprävention herangeführt. Zentrale Begriffe wie Sucht, Genuss, Gewohnheit und Risiko werden gemeinsam erarbeitet. Erste Lebenskompetenzen werden thematisiert und ein Bezug zur Lebenswelt der Jugendlichen hergestellt.

Bereich 2: Entwicklungsaufgaben, Gefühle und Stress

In diesem Bereich setzen sich die Schülerinnen und Schüler mit typischen Entwicklungsaufgaben ihres Alters auseinander. Mithilfe der Wenn-Ich-Karten reflektieren sie eigene Gefühle, Stresssituationen und Belastungen. Gemeinsam werden Strategien zum Umgang mit Druck, Überforderung und starken Emotionen erarbeitet und persönliche Ressourcen sichtbar gemacht.

Bereich 3: Risikoverhalten und Gruppendruck

Dieser Bereich widmet sich dem Thema Risikoverhalten. Die Jugendlichen lernen, typische Risikosituationen zu erkennen und kritisch zu hinterfragen. Gruppendruck, Rollen in der Peergroup sowie Entscheidungsprozesse werden thematisiert. Durch interaktive Übungen und Karteneinsätze entwickeln die Schülerinnen und Schüler Handlungsmöglichkeiten für schwierige Situationen.

Bereich 4: Suchtentwicklung und Substanzwissen

In diesem Bereich wird grundlegendes Wissen zur Suchtentwicklung vermittelt. Anhand der Wenn-Ich-Karten und ergänzender Informationen setzen sich die Schülerinnen und Schüler mit verschiedenen Substanzen auseinander, darunter Alkohol, Tabak, E-Zigaretten, Cannabis und weitere Drogen. Dabei werden Wirkungen, Risiken und mögliche Folgen altersgerecht besprochen.

Bereich 5: Eigene Einstellungen und Entscheidungen

Die Schülerinnen und Schüler reflektieren ihre eigenen Einstellungen zu Suchtmitteln und riskantem Verhalten. Sie setzen sich mit persönlichen Werten auseinander und erarbeiten Entscheidungsstrategien, die sie in ihrem Alltag unterstützen können. Ziel ist es, die Selbstverantwortung und die Fähigkeit zu bewussten Entscheidungen zu stärken.

Bereich 6: Schutzfaktoren und Unterstützung

Zum Abschluss des Projekts werden Schutzfaktoren zusammengefasst und gestärkt. Die Jugendlichen lernen Unterstützungs- und Hilfsangebote kennen und wissen, an wen sie sich bei Fragen oder Problemen wenden können.

Bereich 7: Abschluss und Reflexion

Das Projekt endet mit einer gemeinsamen Reflexion. Die Schülerinnen und Schüler haben die Möglichkeit, das Gelernte zusammenzufassen, offene Fragen zu klären und Rückmeldung zum Projekt zu geben.

Das Suchtpräventionsprojekt leistet damit einen wichtigen Beitrag zur frühzeitigen Prävention und zur Stärkung junger Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung.

8. Rahmenbedingungen

- Dauer: **6 Doppelstunden à 90 Minuten**
- Durchführung im Klassenverband
- Lehrkräfte müssen nicht zwingend anwesend sein
- Vorbesprechung mit der Schule ist möglich

9. Fazit

Das Präventionsprojekt „Suchtprävention“ bietet Jugendlichen einen geschützten Rahmen, um sich mit dem Thema Sucht auseinanderzusetzen, eigene Grenzen zu reflektieren und konstruktive Handlungsstrategien zu entwickeln. Durch den Einsatz der **„Sucht Prävention – Wenn-Ich-Karten“-Methoden** und der **Rollenspiele** wird das Thema praxisnah, verständlich und nachhaltig vermittelt.

Fabrizio Colosimo

Neuendettelsau, den 03.02.2026



Neuendettelsau