

# Suchtpräventionskonzept für das Fach Biologie der Sekundarstufe I (Jahrgangsstufe 7 und 9)



## Inhaltsverzeichnis

Suchtpräventionskonzept für die S I der Fachkonferenz Biologie des Gymnasiums Horn-Bad Meinberg .... 2

### **I. Suchtpräventionstag in Klasse 7 mit dem Schwerpunkt „stoffungebundene Süchte“ ..... 3**

1. Planungsvorschlag für den Einstieg in das Thema Sucht .....	3
2. Planungsvorschlag für das Beispiel Essstörungen.....	6
2.1 Essstörungen – eine Sucht?/ Was sind Essstörungen?.....	6
2.2 Verschiedene Typen von Essstörungen - Ursachen und Auslöser sowie typische Verhaltensweisen, die auf die Essstörung hinweisen: [Magersucht („Anorexie“), Ess-Brech-Sucht („Bulimie“), Essanfälle („Binge-Eating-Störung“) Muskelsucht („Biggerexie“)].....	6
2.3 So findest du Hilfe.....	7
3. Planungsvorschlag für das Thema Selbstverletzungen.....	7
4. Planungsvorschlag für Antistresstipps.....	7
5. Evaluation.....	7
Literaturverzeichnis.....	10

### **II. Suchtpräventionstag in Klasse 9 mit dem Schwerpunkt „stoffgebundene Süchte“ ..... 11**

1. Die Sucht kommt schleichend (Theaterstück „Flasche leer“ vom PISAK-Theater über die Verdrängungsmechanismen eines Süchtigen und über eine bewegte Trinkbiografie) Alternativer Planungsvorschlag für die Einführung in das Thema Alkohol.....	11
2. Planungsvorschlag für das Beispiel Alkohol	
2.1 Warum wird Alkohol getrunken? – Trinkmotive.....	12
2.2 Was ist Alkohol und was passiert eigentlich, wenn man Alkohol trinkt? – Wirkungen und Folgen.....	15
2.3 Tipps zum vernünftigen Umgang mit Alkohol.....	15
2.4 Helfen, aber wie?.....	15
3. Ich bin stark und sage „Nein“!.....	17
4. Evaluation.....	20
5. Etwaiger Elternbrief.....	24
6. Tagesverlauf im Überblick.....	25
Literaturverzeichnis.....	26

## **Suchtpräventionskonzept für die S I der Fachkonferenz Biologie des Gymnasiums Horn-Bad Meinberg**

Die Idee zu zwei Suchtpräventionstagen in den Jahrgängen 7 und 9 entspringt den derzeitigen Beobachtungen, dass Fälle von Selbstverletzung, Essstörungen, Mediensucht et cetera bei Jugendlichen auftreten.

Dass allein aus diesen zwei Suchtpräventionstagen kein erwünschtes Gesundheitsverhalten beziehungsweise gesundheitsförderliches Handeln resultieren kann, ist uns Lehrkörpern bewusst. Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, welches letztlich maßgeblich einem gesundheitsförderlichen Handeln dient („*Kinder stark machen*“), sollen die Schüler/-innen im Laufe ihrer Schulzeit durch unseren Unterricht und weitere Konzepte sowie Angebote der Schule erwerben [z. B. Lions Quest („*Life-Skills-Ansatz*“); erlebnispädagogische Tage, AGs etc.].

Dennoch können auch diese beiden Tage einen zusätzlichen Beitrag zur Gesundheitserziehung leisten. Die Stärkung der Gesundheitskompetenz erfolgt hierbei durch themenspezifisches Wissen, welches aufgrund der Fülle des Lehrplans im ‚Regelunterricht‘ nicht thematisiert wird. Die Schüler/-innen sollen hierdurch für die entsprechende Thematik sensibilisiert werden. Dadurch soll Verständnis für Mitmenschen mit Suchtproblemen geschaffen werden, wobei den Schülern/-innen Handlungsmöglichkeiten bei der Wahrnehmung etwaiger Süchte aufgezeigt werden sollen. Weiterhin soll ein Bewusstsein für Gesundheitsrisiken geschaffen werden, bei welcher Sache das eigene Verhalten möglichst hinterfragt werden soll. Das Einüben von gesundheitsförderlichen Verhaltensweisen findet an diesen Tagen in geringfügigem Umfang ebenfalls statt.

Zusammenfassend sollen die Suchtpräventionstage somit...

- die Ursachen von Sucht verdeutlichen,
- auf (eigene) Suchtgefährdungen und Süchte aufmerksam machen,
- über die Wirkung von Alkohol sowie mögliche Schäden durch Alkoholmissbrauch aufzuklären,
- den Weg in die Sucht und den Weg aus ihr heraus am Beispiel eines fiktionalen Süchtigen aufzeigen und
- Hilfsangebote vermitteln.