

# ***Eltern haben Einfluss***

**Handbuch zur Durchführung einer Elternschulung**

## **Inhaltsverzeichnis**

### **Vorwort der Herausgeber**

### **Vorwort der Autoren**

#### **1. Das Projekt „euro parents“**

- 1.1 Kurzdarstellung des Projektes
- 1.2 Leitideen für die Peerarbeit mit Eltern
- 1.3 Ausgewählte Projektergebnisse

#### **2. Sucht und Suchtprävention**

- 2.1 Sucht – Ein Definitionsversuch
- 2.2 Präventionsansätze im Wandel

#### **3. Elternschulung als wichtiges Element suchtpräventiver Arbeit**

- 3.1 Eltern in der suchtpräventiven Praxis
- 3.2 Ziele der Elternschulung
- 3.3 Grenzen der Elternbildungsarbeit

#### **4. Theoretische Grundlagen**

- 4.1 Themenzentrierte Interaktion – Lebendiges Lernen mit Erwachsenen
- 4.2 Grundlagen der Gruppendynamik – Gruppenphasen und Gruppenprozesse

#### **5. Von Eltern für Eltern – der Peer Gedanke in der Elternarbeit**

- 5.1 Der Peer Group Education-Ansatz
- 5.2 Definitionen bzw. Beschreibungen
  - 5.2.1 Peer
  - 5.2.2 Peer Group
  - 5.2.3 Elternpeers
  - 5.2.4 peer leader
  - 5.2.5 peer group education

#### **6. Konzeption einer Elternschulung**

- 6.1 Zeitrahmen
- 6.2 Die Seminarleitung
- 6.3 Inhalte
- 6.4 Ziele
- 6.5 Gewinnung der Eltern (Werbung)
- 6.6 Terminplanung
- 6.7 Ort und Gruppengröße
- 6.8 Finanzen

#### **7. Durchführung der Elternschulung**

- 7.1 Vortreffen
- 7.2 Erster Schulungsabend
- 7.3 Zweiter Schulungsabend
- 7.4 Dritter Schulungsabend

## **8. Erkenntnisse und Auswirkungen**

8.1 Resümee

8.2 Anmerkungen für die Schulungsleitung

## **9. Anlagen**

9.1 Materialien zu den Schulungsabenden

9.2 Literaturliste

## Vorwort der Herausgeber

Aus dem europaweit erprobten Projekt *euro parents* ist ein in der Praxis erprobtes Angebot für Eltern entstanden, das die Grundlage für das vorliegende Handbuch bildet.

Das Projekt unter der Bezeichnung *euro parents* wurde von *euro net*, einem europäischen Netzwerk für praxisorientierte Suchtprävention mit 13 Ländern Europas, in denen zeitgleich Eltern zu Peers ausgebildet wurden, entwickelt und erprobt.

Eltern, die daran teilnahmen, sollten besser über Sucht und Suchtentstehung informiert werden, konstruktiver mit ihren Kindern kommunizieren und selbstbewusster ihre Elternposition wahrnehmen. Der Projektansatz ging davon aus, dass so informierte und geschulte Eltern in ihrem sozialen und persönlichen Umfeld Ansprechpersonen zu Suchtfragen für andere Eltern sein können und dadurch suchtpreventiv wirken.

Die europäischen Erfahrungen aus diesem Projekt, insbesondere auch die unseres deutschen Praxispartners, der Fachstelle für Suchtprophylaxe beim Diakonischen Werk Herford, haben uns ermutigt, die Projektidee und die Projekterfahrungen einem größeren Interessentenkreis zur Verfügung zu stellen.

Wir wünschen den Leserinnen und Lesern interessante Anregungen für Ihre suchtpreventive Arbeit mit Eltern und würden uns über Rückmeldungen zu den Erfahrungen mit dem praktischen Einsatz des Handbuches freuen.

Wolfgang Rometsch  
Doris Sarrazin

## Vorwort der Autoren

Aus dem europaweiten Projekt *euro parents* ist ein in der Praxis erprobtes Angebot für Eltern entstanden, das die Grundlage für das vorliegende Handbuch bildet.

Das Projekt unter der Bezeichnung „*euro parents*“ wurde von *euro net*, einem europäischen Netzwerk für praxisorientierte Suchtprävention mit 13 Ländern Europas, in denen zeitgleich Eltern zu Peers ausgebildet wurden entwickelt und erprobt.

Eltern, die daran teilnahmen, sollten besser über Sucht und Suchtentstehung informiert, konstruktiver mit ihren Kindern kommunizieren und selbstbewusster ihre Elternposition wahrnehmen.

Ausgangssituation war der Gedanke, aus den Erfahrungen der alltäglichen Präventionsarbeit ein praxisorientiertes Handbuch zu entwickeln, um so die konkrete Elternarbeit vor Ort zu stärken, neue Impulse zu geben und die Präventionslandschaft zu bereichern.

Die Nachfrage der Eltern nach Information und Unterstützung ist nach unseren Erfahrungen groß.

Dieses Handbuch aus der Praxis für die Praxis umfasst sowohl die inhaltliche Beschreibung des Programms als auch eine Beschreibung der Arbeitsformen sowie eine Liste der benötigten Materialien und Angaben zu den Kosten. Auch die bisherigen Ergebnisse und Erfahrungen mit diesem Ansatz werden diskutiert.

Ergänzt wird das Manual durch eine Kurzbeschreibung des europäischen Projektes *euro parents* und theoretischen Grundlagen der Erwachsenenbildung. Ausgewählt haben wir hier die themenzentrierte Interaktion und die Gruppendynamik, die insbesondere in der Elternbildungsarbeit ein wichtiges und hilfreiches Fundament bilden.

Marion Hölscher  
Uwe Holdmann  
Eva Liesche  
Doris Sarrazin

# 1. Das Projekt euro parents“

## 1.1 Kurzdarstellung des Projektes

Auf der Grundlage des Programms der Europäischen Kommission „Gemeinschaftsaktionen zur Suchtprävention im Rahmen der Maßnahmen zur öffentlichen Gesundheit (1996 – 2000) entwickelte das Präventionsnetzwerk euro net das Projekt euro parents. In Zusammenarbeit mit 13 Ländern wurden in einem ersten Schritt Richtlinien für die Peergruppen-Arbeit und zur Elternschulung entwickelt. In einem zweiten Schritt wurden das Curriculum praktisch erprobt und evaluiert.

Diese Projektphase fand von Dezember 2001 bis Juni 2003 statt. Es nahmen neun Präventionsfachkräfte aus neun Ländern (Österreich, Belgien, Dänemark, Deutschland, Italien, Irland, Niederlande, Spanien) teil. Ausgehend von den gemeinsamen Richtlinien und dem Rahmencurriculum erarbeiteten die Präventionsfachkräfte ein eigenes Schulungskonzept, das sich an den örtlichen Gegebenheiten orientieren musste. Grundlage des vorliegenden Handbuches ist das vom deutschen Projektpartner, dem Diakonischen Werk im Kirchenkreis Herford, entwickelte Konzept.

### **Peer group education in der Elternarbeit**

Unter Peer-Gruppen werden in der Regel Gruppen von Gleichaltrigen verstanden, welche dieselben Werte teilen und ähnliche Interessen, Erfahrungen und Bedürfnisse aufweisen. Diese Gruppen, die im Gegensatz etwa zu Vereinen informell hierarchisch sind, gewinnen immer mehr an Bedeutung. Innerhalb einer Peer-Gruppe können soziale, emotionale, kommunikative und kognitive Fähigkeiten erlernt werden. So müssen zum Beispiel Regeln ausgehandelt und Konflikte gelöst werden. Die Peer-Gruppe ist ein Sozialisationsfeld, in dem Partizipation eingeübt werden kann.

Der Ansatz der Peer-Arbeit hat sich erst im vergangenen Jahrzehnt entwickelt und durchgesetzt. Peer-Arbeit geht davon aus, dass Peers Inhalte der Gesundheitsförderung und Lebensgestaltung eher in ihr Erkenntnis- und Verhaltensrepertoire aufnehmen, wenn diese von Gleichgesinnten beziehungsweise von Meinungsführern (opinion leaders), welche in der Gruppe hohe Akzeptanz genießen, vermittelt werden. In Bezug auf Zielsetzung und Vermittlungsformen unterscheidet man zwischen:

- Erkenntnisorientiertem Ansatz:  
Die als Peer-leader ausgebildete und tätige Person tritt mittels pädagogischer Methoden an die Sozialgruppe heran (Vortrag, Referat, Präsentation) und
- Verhaltensorientiertem Ansatz:  
Die als Peer-leader ausgebildete und tätige Person wirkt im Rahmen ihrer Sozialgruppe interaktiv und setzt dort Akzente zur Reflexion der eigenen Lebensgestaltung durch verändertes Alltagsverhalten.

euro parents zielte vorwiegend auf die Erprobung des verhaltensorientierten Ansatzes ab. Als Peer-Gruppe konnten beispielsweise Eltern mit Kinder in einem bestimmten Alter definiert sein. Wie auch bei euro peers und euro youth war vorgesehen, dass die Präventionsfachkräfte in einem Train-the-Trainer Seminar geschult werden und daraufhin die Peer-leader trainieren. Die Peer-leader wirken in ihrem sozialen Umfeld auf andere Eltern ein.

### **Peer leader als Multiplikator**

Peer-Arbeit mit Eltern ist in diesem Sinne eine Elternschulung, in dem Peer-leaders und letztlich über sie die Peer-Gruppe für Themen der Gesundheitsförderung sensibilisiert und trainiert werden. Peer-leaders überzeugen in erster Linie durch ihr Verhalten. Sie vermögen ihre Erfahrungen in das tägliche Leben einzubringen und die Gruppenmitglieder durch ihre Authentizität zu überzeugen. In folgenden Punkten unterscheiden sich der Peer-leader von Multiplikatoren:

#### Peer-leader

- wirken nur in der eigenen sozialen Gruppe
- die Wirkung basiert auf Beziehungen und Training

#### Multiplikatoren

- wirken nicht bloß in der eigenen, sondern auch in anderen Peer-Gruppen
- die Wirkung basiert auf Informationsvermittlung

### **Eltern als Peers**

Der Peer-Ansatz wurde im Projekt euro parents auf die Familie, insbesondere auf Eltern als Meinungsführer, angewandt.

Ziel war es, ein methodisches und evaluatives Raster zu entwickeln, um Peer-Effekte zu bewirken und zu messen. Ein besonderes Präventionsziel lag in der Entwicklung einer Kultur „über Sucht“ und „über Risikoverhalten“ zu reden.

Folgende Überlegungen haben das Projekt begleitet:

- Die Familie hat den lebensgeschichtlich ersten und wahrscheinlich wichtigsten Einfluss auf den späteren Umgang mit Suchtmitteln.
- Die Stärkung und Förderung bestimmter Faktoren, wie Problemlösungs- und Kommunikationskompetenz bei Kindern und Jugendlichen, trägt dazu bei, einen späteren Suchtmittelmissbrauch zu verhindern oder zumindest das Risiko von Sucht zu minimieren.
- Der Erziehungsstil der Eltern hat einen wesentlichen Einfluss auf die Entwicklung des Selbstbildes eines Kindes.
- Viele Eltern sind durch Fragen rund um Sucht und Drogen überfordert. Daraus entstehen Gefühle der Angst und der Ohnmacht. Ziel der Peer-Arbeit kann es nicht sein, fertige Rezepte anzubieten. Vielmehr sollen Trainings helfen, die sozialen Kompetenzen von Eltern zu stärken.

Generelles Ziel der Peer-Arbeit war es, Eltern zu fördern und innerhalb der Partnerschaft zu sensibilisieren für einen bewussten und besseren Umgang mit ihren Kindern.

## **Zielgruppen**

Insbesondere sollten Väter und Eltern aus Risikogruppen erreicht werden. Die Verantwortung für die Auswahl der Elternpeers lag bei den beteiligten Regionen. Die Zielgruppen waren daher abhängig von den örtlichen Bedingungen unterschiedlich.

Peer-leaders sind Meinungsführer in einer abgegrenzten Gruppierung von Eltern. Denkbar ist jedoch auch eine sozial zusammenhängende Gruppe als Ganzes zu trainieren.

## **Profil der Trainer**

Für die qualifizierte Umsetzung des Eltern-Peer-Projektes sollten die Trainer folgende Schlüsselkompetenzen besitzen:

- Fachliches Know-how
- Systemisches Vorgehen
- Bereitschaft, den persönlichen Lebensweg zu reflektieren
- Kommunikations- und Moderationsfähigkeiten
- Geistige Beweglichkeit, Fantasie und Humor
- Konfliktfähigkeit

Vor Beginn des Peer-Trainings wurde ein Workshop für Trainer durchgeführt, um die Fähigkeiten der Trainer zu stärken und einen gemeinsamen Qualitätsstandard zu finden, im Sinne einer „Unité de doctrine“.

## **Auswahl der Peer-leaders**

Analog der Trainer stellte sich die Frage, nach welchen Kriterien Peer-leaders für das Elternpeer-Projekt auszuwählen waren. Im Projekt euro parents wurden folgende Kriterien festgelegt:

- Bereitschaft, über eigene Konsumhaltung und Lebensziele zu reflektieren
- Begeisterungsfähigkeit
- Soziale Kompetenzen, wie Erfahrung und Vertrauenswürdigkeit

Darüber hinaus sollten möglichst keine Personen mit definierten Rollen und Funktionen (z.B. öffentliche Ämter) ausgewählt werden, wichtiger war die informelle, gute Vernetzung (z.B. „der nette Nachbar“).

## **Die Suche nach dem Peer-leader**

Flyer, Radio, Zeitung etc. waren mediale Möglichkeiten, Peer-leader zu kontaktieren. Vorgezogen wurde oft ein gezieltes Vorgehen über persönliche Kontakte zu Schlüsselpersonen in Institutionen, Vereinen, Schulen, Elternzirkeln, Familienbildungsstätten, Kontaktstellen usw.. Die Auswahl der Peer-leader erfolgte als ein eigener Prozess.

Mit Hilfe eines Interviews kann das Profil eines potentiellen Peer-leaders näher beleuchtet werden. Folgende Fragen helfen dabei:

- Wen würdest Du kontaktieren, wenn...?
- Zu wem hättest Du besonderes Vertrauen?
- Wen würdest Du um Rat fragen?
- Gibt es in Deinem Umfeld andere Eltern, mit denen Du bereits über Erziehungsfragen gesprochen hast?

Die Peer-leader wurden über Projektziele im Rahmen einer Impulsveranstaltung oder eines Events über die Dauer des Projektes und Verbindlichkeiten informiert.

Bei der Auswahl wurde speziell darauf geachtet, dass als Peer-leader nicht Personen angesprochen wurden, welche in einer akuten Problemphase stecken; sondern vielmehr solche, welche an gesundheitsfördernden/präventiven Themen interessiert sind und Erfahrung im Umgang mit eigenen Problemlösungen sowie im Nutzen von Ressourcen haben.

Am Schluss der Vorbereitungsphase stand fest,

- wer als Peer-leader ausgebildet wird;
- für welche Zeitspanne sie sich verpflichtet haben;
- wann das erste Training startet.

### **Ausbildung der Peer-leader**

Die Ausbildung der Peer-leader beinhaltete fünf Schwerpunkte, wobei die ersten drei Punkte Basiskenntnisse vermitteln:

1. Grundwissen zum Projekt
2. Grundverständnis von Prävention und Gesundheitsförderung
3. Handling zur Gruppenleitung
4. Themenspezifische Ausbildung
5. Transfer: Wiederkehrende Begleitung, Betreuung und Reflexion zwischen den Praxissequenzen

### **Begleitung, Betreuung und Reflexion während der Umsetzungsphase**

Hauptinhalt der Peer-leader-Begleitung war die Reflexion der Erfahrungen der Einzelnen in der Umsetzung. Deshalb wurde besonders auf regelmäßige Intervalle geachtet, die genügend Raum lassen, das Handeln in der Praxis zu erproben.

Der Inhalt der einzelnen Zusammenkünfte war im Wesentlichen geprägt von Erfahrungsaustausch, Reflexion über die vergangene Peer Veranstaltung. Schließlich wurden die Aufgaben für die kommende Peer Veranstaltung besprochen.

Das Klima dieser Zusammenkünfte war getragen von gegenseitiger Wertschätzung. Es herrschte Offenheit und Toleranz gegenüber den vielseitigen Möglichkeiten sich als Peer-leader zu verhalten. So war es im Prozess möglich, Peer-leader-Verhalten zu modifizieren. Auch die primäre Aufgabe der Trainerinnen und Trainer ist Begleiten und Moderieren, nicht Belehren. Wenn Peer-leader in ihren Herkunftsgruppen wirkungsvoll sein wollen, müssen sie vor allem lernen, unter Gleichen zu kommunizieren. Belehrung wird rasch als Überheblichkeit interpretiert.

Peer-leader sind Ansprechpartner, wenn Peers in belastende Situationen geraten. Sie schaffen den Kontakt zur Projektleitung oder einer geeigneten Beratungsstelle. Peer-leader sollten sich möglichst nicht mit betreuerischen Zusatzaufgaben belasten. Sie organisieren Hintergrundmaterial, beispielsweise weiterführende Literatur und vermitteln Beratungsstellen.

## 1.2 Leitideen für die Peerarbeit mit Eltern

Aus den Erfahrungen der Peerarbeit mit Jugendlichen können folgende Punkte als Leitideen für die Arbeit mit Elternpeers übertragen werden:

- Die Person des Peer-Trainers/der Peer-Trainerin spielt eine entscheidende Rolle. Ihre Lebenseinstellungen und Haltungen werden hinterfragt.
- Die eingesetzten Methoden sollten kreativ und vielfältig sein, dem Ziel, der Situation, aber auch der Person der Trainerin/des Trainers entsprechen.
- Übungen zur Gruppenbildung und den gemeinsamen Erarbeiten kommt eine besondere Bedeutung zu.
- Die Vermittlung von Wissen wird mit der Förderung der Elternkompetenz verbunden.
- Eine vertrauensvolle Atmosphäre ermöglicht ehrliche und aufrichtige Begegnungen, in denen auch Grenzen akzeptiert werden. Jede/r hat die Möglichkeit ‚nein‘ zu sagen.
- Die Arbeitsweise ist teilnehmer- und prozessorientiert. Ausreichend Pausen sind einzuplanen. Das gut vorbereitete Programm sollte nicht stur durchgezogen werden.
- Soziales und emotionales Lernen, Erfahrungen und Handlungsorientierung stehen im Vordergrund.
- Die Arbeit in Kleingruppen ermöglicht intensive Gespräche ohne die Moderation der Leitung. Sie sind eine Grundvoraussetzung zur Erreichung der Trainingsziele.
- Es werden keine Konzepte oder Rezepte, sondern persönliche Erfahrungen ausgetauscht, die die Sicherheit eigener Entscheidungen fördern.
- Eltern bringen aktuelle Erlebnisse ein und gestalten Inhalte mit.
- Selbsterfahrungselemente sind ein wesentlicher Teil, es gibt jedoch eine Grenze zur Psychotherapie.
- Die Auswahl der Peers erfolgt zielgerichtet mit nicht zu engen Vorgaben.
- Spaß fördert das Lernen.
- Der Einsatz als Peer berücksichtigt eine breite Palette von individuellen Möglichkeiten und wird im Training thematisiert.
- Peerarbeit ist kein Beratungsangebot. Für die Vermittlung weitergehender Hilfen sollten örtliche Ansprechadressen weiter gegeben werden.

## 1.3 Ausgewählte Projektergebnisse

In den beteiligten Ländern wurden insgesamt 102 Elternpeers geschult. Sie wurden zweimal befragt. Der erste Befragungszeitpunkt war direkt am Ende der Schulung im Dezember 2002. Der Zweite im März 2003. Der relativ kurze Abstand zwischen den Befragungszeitpunkten war bedingt durch die kurze Laufzeit des Projektes. Die Auswertung erfolgte auf der Grundlage von 92 zurück gegebenen Fragebögen. Statistische Angaben zu den erreichten Elternpeers zeigt die folgende Tabelle.

## Charakteristika der Teilnehmer (n=92)

Geschlecht	Männlich	25
	Weiblich	67
Alter	< 35	3
	49-35	27
	> 50	10
Bildungsniveau	Master	16
	Bachelor	28
	Sonstiges	39
	Keine Angaben	9
Beruf	Dienstleistungen (kommerziell)	39 19
	Sozialer/Gesundheitsbereich	5
	Hausfrau/nicht erwerbstätig	6
	Sonstiges	23
	Keine Angaben	0

Das Durchschnittsalter der in den Haushalten lebenden Kinder lag bei 14 Jahren ( $SD^1 = 1,40$ ). Insgesamt lag die Anzahl der Kinder im Haushalt im Schnitt bei 2.1. Väter wurden zwar erreicht ( $n = 25$ ), blieben aber, wie in der Elternbildungsarbeit üblich, in der Minderheit. Das Bildungsniveau lag mit fast 50 % Hochschulabsolventen recht hoch.

In den beiden Befragungen wurden die Teilnehmenden gebeten, zwei positive und zwei negative Aspekte der Schulung zu benennen. Im ersten Fragebogen wurde als besonders positiv der Austausch mit anderen Eltern ( $n = 34$ ) und der Erhalt von Informationen zu Sucht ( $n = 29$ ) benannt. Weitere Nennungen waren:

- Das Kennenlernen von Schutzfaktoren im Hinblick auf unsere Kinder
- Die besprochenen Beispiele im Kurs
- Die interaktive Dynamik z. B. bei Spielen

Diese Wertung änderte sich zur zweiten Befragung wenig. Als positiver Aspekt wird mit 31 Nennungen der Austausch mit anderen Eltern etwas weniger häufig genannt. Dafür stieg der Aspekt des Erhalts von Informationen auf ebenfalls 31 Nennungen. Besonders erwähnt wurden zusätzlich:

- die neue Haltung zum Thema Drogenprävention
- den breitgefächerten Einblick in drogenbezogene Probleme
- das schnellere Erkennen gewisser Signale
- das Erhalten besserer Einblicke in den Suchtprozess
- das verstärkte Bewusstsein über Drogen/Alkohol
- gute Handouts, Beispiele, Infoblätter

Als negativer Aspekt am häufigsten genannt wurde das Problem Zeit ( $n = 27$ ). Damit war zum einen die Dauer des Kurses, bzw. der Kurseinheiten zum anderen aber auch die Frequenz der Treffen gemeint. Dabei wünschten sich die Teilnehmenden

---

<sup>1</sup> SD = Standard-Differenz

sowohl mehr Wissen über die behandelten Themen als auch eine Ausweitung der Themen (z. B. Spielsucht). Weitere genannte Aspekte:

- fehlende Zeit, konkrete Situationen und ihre Handlungsoptionen zu besprechen
- Zu weite Anfahrt
- zu wenig Männer

Die fehlende Zeit wurde in der zweiten Befragung noch häufiger genannt als in der ersten.

In beiden Fragebögen wird der Kurs von insgesamt 84 % als exzellent (n = 42) oder gut (n = 35) bewertet.

In der Nachbefragung wurde der Peer-Aspekt einbezogen. Alle Peer Aktivitäten der Eltern erfolgten freiwillig und auf eigene Initiative. Nach dem verhaltensorientierten Ansatz war davon auszugehen, dass die Eltern durch den Erwerb von Wissen, Kompetenz zu Suchtthemen in der Interaktion mit anderen Eltern sicherer und selbstverständlicher interagieren. Die folgende Tabelle zeigt die Antworten der Eltern:

### ***Tabelle s. S. 31***

Viele Teilnehmende haben im Familienkreis und mit anderen Eltern über das Thema Sucht gesprochen. Auch organisierten die Elternpeers Vorträge in der Schule und am Arbeitsplatz, ein Frühstück für Frauen oder einen Informationsabend in der Nachbarschaft. Projekte in Clubs oder im Bezirk waren in Planung. Eltern, die nicht mit anderen gesprochen hatten, nannten vor allem mangelnde Gelegenheit bzw. fehlende Notwendigkeit als Grund.

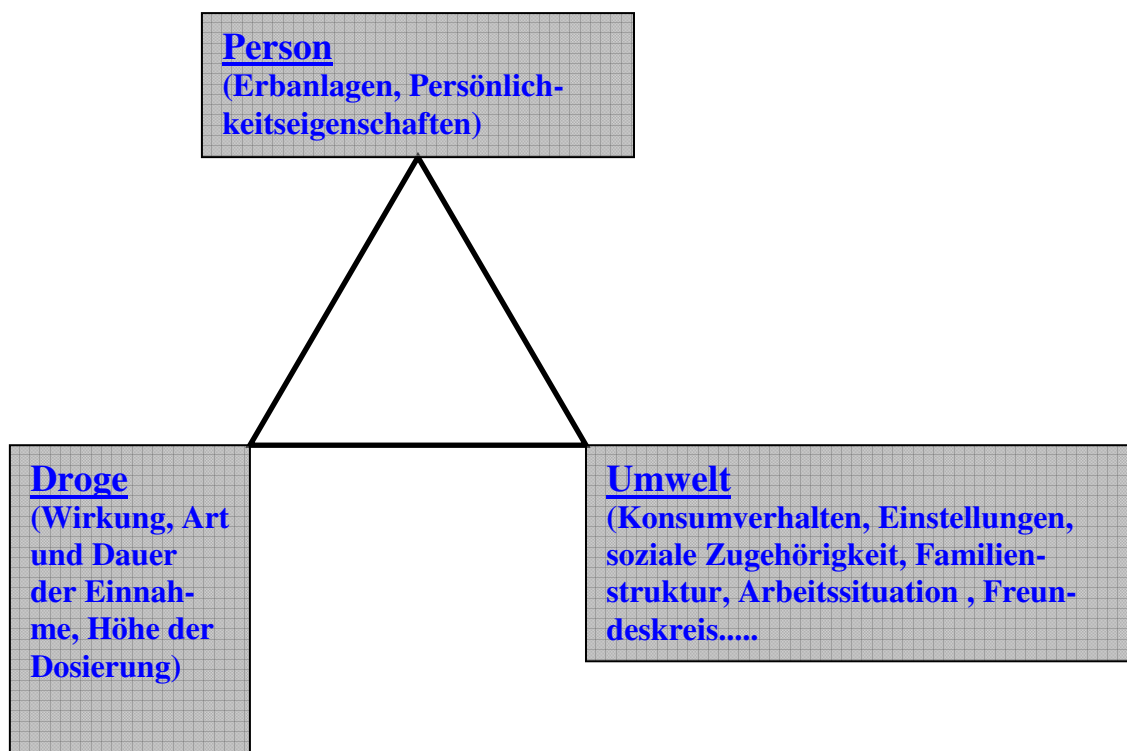
Insgesamt zeigte das Projekt euro parents, dass Elternpeers durch eine entsprechende Schulung in die Lage versetzt werden, suchtpreventiv zu wirken. Zur Stabilisierung des Erlernten wurde in allen Gruppen (mindestens) ein Nachtreffen vereinbart.

## 2. Sucht und Suchtprävention

### 2.1 Sucht – Ein Definitionsversuch

„Sucht bezeichnet ein übermäßiges Verhalten im Hinblick auf Menge, Dauer und Häufigkeit im Umgang mit psychotropen Substanzen in Verbindung mit der Unfähigkeit, das Verhalten autonom steuern und ggf. beenden zu können. Sucht bezeichnet darüber hinaus - in Anlehnung an die etymologische Ableitung von "siechen" - ein eindeutig krankhaftes Geschehen, bei dem körperliche, psychische und soziale Funktionen angegriffen werden. Die große Schwierigkeit besteht darin, gewöhnlichen Alltagskonsum von einem problematischen Konsum abzugrenzen. Erschwert wird diese Aufgabe dadurch, dass Sucht multifaktoriell verursacht ist und folglich die Definitionskriterien unterschiedlichen wissenschaftlichen Bereichen (z.B. der Pharmakologie, Psychologie, Soziologie) entstammen<sup>2</sup>.

„Ein geschlossener theoretischer Ansatz liegt bis heute nicht vor. Einigkeit besteht allerdings über die Komplexität der Ursachen von Sucht, wobei sowohl individuelle (Person) als auch gesellschaftliche (Umwelt) und suchtmittelspezifische (Droge) Faktoren bei der Entstehung von Sucht entscheidende Bedeutung haben.“<sup>3</sup>



„Die meisten Suchttheorien gehen aber -teils immanent, teils explizit-, von einer gemeinsamen Grundvoraussetzung aus, nämlich der Zielgerichtetheit menschlichen Handelns, wobei wesentliches Ziel dieses Handelns das subjektiv erlebte Gefühl des

<sup>2</sup> Landschaftsverband Westfalen-Lippe 2003, Koordinationsstelle Sucht, FreD Handbuch, S. 12

<sup>3</sup> Landeskoordinierungsstelle der Suchtprophylaxe NRW 2003, Rahmenkonzept der Fachstellen, S.4

Wohlbefindens ist (Gefühl der Homöostase). Jede Handlung des Menschen wird ursprünglich getragen von diesem Streben nach Wohlempfinden.<sup>4</sup>

Kein Mensch wird von einem Tag auf den anderen süchtig. Jede Sucht nimmt eine längere Entwicklung, die oftmals bereits in der Kindheit beginnt. Diese Erkenntnis greift auch das Landesprogramm gegen Sucht NRW mit seinem Leitsatz „Sucht hat immer eine Geschichte“ auf. „Eigene Erfahrungen und die Bedingungen der Umwelt können so zusammenspielen, dass ein Ausweichen in Verhaltensweisen die zur Sucht führen, dem Betroffenen als einzig mögliche Konsequenz erscheint.“<sup>5</sup>

Oftmals ist unter Sucht die psychische Abhängigkeit von einem Suchtmittel zu verstehen, während eine physische Abhängigkeit nur bei bestimmten Suchtstoffen (z.B. Opiaten) auftritt. Wichtig ist aber auch die Feststellung, dass nicht nur im Zusammenhang mit legalen und illegalen Drogen süchtiges Verhalten auftreten kann. „Auch beim Glücksspiel mit Automaten besteht das Risiko, dass dies zur Sucht wird. Tätigkeiten wie Arbeiten, Kaufen oder die Nutzung von Medien können ebenfalls zwanghaften und damit suchtähnlichen Charakter annehmen. Ergänzt wird dieses Spektrum durch die verschiedenen Formen von Essstörungen (z.B. Magersucht, Bulimie).“<sup>6</sup>

## 2.2 Präventionsansätze im Wandel

Die Geschichte der Suchtvorbeugung als professionelle Praxis ist vergleichsweise jung. Präventionsexperten unterscheiden folgende Phasen in der Entwicklung der Suchtprävention:

*1. Mitte der 70er Jahre ist Suchtprävention vor allem Drogenprävention. Diese zielte insbesondere darauf ab, abschreckend zu wirken und den Konsum illegaler Drogen zu verhindern oder zu unterbinden. Abstinenz ist das zentrale Ziel der Drogenprävention. Aufklärungs- bzw. Unterrichtsmaterialien tragen z.B. Titel wie: „Rauschgift ohne mich“; „Schützen Sie Ihr Kind vor Drogen“; „Einmal Rauschgift ist einmal zu viel“.*

*2. Gegen Ende der 70er Jahre erfolgt schrittweise eine Neuorientierung. In den Vordergrund präventiver Maßnahmen werden die Vermittlung von Informationen zu einzelnen Substanzen sowie zu den gesundheitlichen Folgen des Konsums gerückt. Dies geht mit der Einbeziehung von legalen Drogen, vor allem von Alkohol und Tabak, in den Kanon der behandelten Stoffe einher.*

*3. In den 90er Jahren kommt es zu einem Perspektivenwechsel in der Suchtprävention. Die bisherige Defizit- und Problemorientierung wird unter Hinwendung zur Philosophie der Gesundheitsförderung (Salutogenese) durch Ansätze zur Förderung der Lebens- und Widerstandskompetenzen (Lifeskills) abgelöst. Suchtpräventive Botschaften lauten nunmehr "Sucht hat immer eine Geschichte" oder „Kinder stark machen“.*

*4. Seit Mitte der 90er Jahre kommt es wegen des stark ansteigenden Konsums von Cannabis und sog. Partydrogen (z.B. Ecstasy) sowie der damit einher gehenden Entwicklung neuer Szenen und Konsumgewohnheiten zu einer Erweiterung präventi-*

---

<sup>4</sup> Ministerium für Frauen, Familie u. Gesundheit NRW, Leitfaden zur Aktion Suchtvorbeugung, 7.Auflage, S.9

<sup>5</sup> Ministerium für Frauen, Familie u. Gesundheit NRW, Leitfaden zur Aktion Suchtvorbeugung, 7.Auflage, S.11

<sup>6</sup> Ministerium für Frauen, Familie u. Gesundheit NRW, Landesprogramm gegen Sucht, 1999

ver Ansätze. Diese zielen u.a. auf die Entwicklung von Risikokompetenz und einen risikominimierenden Konsum.

*War die „moderne Suchtprävention“ eng verknüpft mit dem Aufbau der Drogen- und Suchthilfe sowie mit deren hauptsächlichen Paradigmen (z.B. Abstinenz bzw. Akzeptanzorientierung), so wurde vor allem mit der Einbeziehung von Lebenskompetenzkonzepten die Brücke zur allgemeinen Gesundheitsförderung geschlagen. Suchtprävention wurde zunehmend als Gemeinschaftsaufgabe von Erziehung/Bildung, Jugend-, Sozialhilfe und dem Gesundheitsbereich verstanden. Ausgehend von der Erkenntnis, dass der Umgang mit psychotropen Substanzen ein lebenslanger Prozess ist, zielen suchtpreventive Maßnahmen auf alle Bevölkerungsgruppen. Gleichwohl ist das Jugendalter eine besonders wichtige (Lern-)Phase mit entsprechenden Entwicklungschancen und -gefahren. Suchtprävention als professionelle Unterstützung ist insbesondere dort gefordert, wo aufgrund unzureichender Ressourcen oder Beeinträchtigungen von Personen und Alltagsstrukturen eine allgemeine Gesundheitsversorgung zu kurz kommt.<sup>7</sup>*

Danach ist Prävention wirksam, wenn sie

- langfristig als Gemeinschaftsaufgabe angelegt ist,
- bereits im Kindesalter u.a. in der Familie und beim Erziehungsstil der Eltern ansetzt,
- frühzeitig in Kindergarten und Schule durchgeführt wird,
- im Jugendalter auf die Gestaltung des Peer-Gruppen-Einflusses innerhalb und außerhalb der Schule als präventiver Faktor abzielt,
- im Rahmen integrierter Gemeindeprogramme koordiniert und dauerhaft angelegt ist,
- die Förderung von Lebenskompetenzen in den Vordergrund stellt, statt Sanktionen oder Abschreckung,
- auf die Förderung funktionaler Äquivalente zum Drogenkonsum ausgerichtet ist,
- strukturelle Veränderungen bewirkt und
- die Arbeit mit Multiplikatoren als Hauptzielgruppe präventiver Arbeit sieht.

Darüber hinaus sollten im Prozess der Förderung von Drogenmündigkeit auch drogen- und substanzspezifische Ansätze zu berücksichtigen werden. Zu den wichtigsten substanzbezogenen Zielen gehören Methoden der Vermittlung von

- Stoffkunde
- Genussfähigkeit
- Risikofähigkeit
- Kritikfähigkeit

Die 1964 von CAPLAN vorgenommene Unterscheidung zwischen primärer, sekundärer und tertiärer Prävention basiert ursprünglich auf einer am Krankheitsgeschehen orientierten Gliederung von Handlungsstrategien. Da der Konsum auch im Zusammenhang mit sozialen und kulturellen Faktoren gesehen werden muss, umfasst

---

<sup>7</sup> Landschaftsverband Westfalen-Lippe 2003, Koordinationsstelle Sucht, FreD Handbuch. S. 7-9

Suchtprävention als Vorbeugung des Phänomens "Sucht« ein breites Spektrum unterschiedlicher Handlungsstrategien- und Möglichkeiten. Die klassische" Unterscheidung in Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention dient als ein erster Ordnungsrahmen.

**Primärprävention** zielt als Verhältnisprävention auf die generelle Vermeidung auslösender oder vorhandener Risikofaktoren für bestimmte Krankheiten bzw. Gesundheitsstörungen. Als Verhaltensprävention ist sie auf die individuelle Erkennung und vorbeugende Beeinflussung dieser Risikofaktoren ausgerichtet.

**Sekundärprävention** bedeutet die frühzeitige Entdeckung und Diagnose einer Krankheit sowie den Einsatz von Maßnahmen, die geeignet sind, die Krankheitsentwicklung zu stoppen bzw. rückgängig zu machen. Die Krankheitsentwicklung befindet sich dabei im Anfangsstadium. Mit Blick auf den Konsum von psychotropen Substanzen rückt die Frage des Übergangs von einem (normalen) nicht gesundheitsschädlichen und sozial verträglichen Konsum zu einem schädlichen Gebrauch bzw. Missbrauch in den Vordergrund. Der Fokus der Maßnahmen und Interventionen liegt dabei auf der frühzeitigen Erkennung der Gefahr, sowie dem Einsatz von geeigneten Maßnahmen der Frühintervention (z.B. Kurzintervention).

**Tertiärprävention** meint die Behandlung einer Erkrankung mit dem Ziel, den Eintritt negativer Folgen (z.B. Chronifizierung) hinauszuzögern, bzw. zu verhindern. Die Krankheitsentwicklung ist dabei bereits fortgeschritten. Tertiärprävention ist der klassische Aufgabenbereich der Rehabilitation.

Experten für Suchtprävention weisen darauf hin, dass vor allem die Unterscheidung zwischen Primär- und Sekundärprävention nicht mehr zeitgemäß ist. Erfordernisse und Entwicklungen der Praxis haben dazu geführt, dass hinsichtlich der Zielgruppen sowie der eingesetzten Inhalte und Methoden eine große gemeinsame Schnittfläche zwischen Primär- und Sekundärprävention besteht.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Landschaftsverband Westfalen-Lippe 2003, Koordinationsstelle Sucht, FreD Handbuch, S.9-10

### **3. Elternschulung als wichtiges Element suchtpreventiver Arbeit**

#### **3.1 Eltern in der suchtpreventiven Praxis**

Über Elternschaft und Familie ist in den letzten Jahren viel publiziert worden. Ein Grund hierfür liegt sicherlich in der Veränderung der Institution der Familie und der Elternschaft.

Als Stichworte seien genannt:

- Veränderte Rollenerwartungen für Frauen und Männer;
- Hohe Scheidungsraten;
- Mangelhafte Vaterpräsenz;
- Überforderung von alleinerziehenden Müttern, die „Kindererziehung und Berufstätigkeit vereinbaren wollen bzw. müssen“;
- Mangel an institutioneller Unterstützung für junge Familien und Alleinerziehende;
- Ökonomische Benachteiligung von Familien und dadurch ein Spannungsfeld zwischen Familientätigkeit und Erwerbstätigkeit;
- Individualisierung und Enttraditionalisierung erfordern ein aktives Erarbeiten von Orientierung;
- Kinder sind stark, manchmal übermächtig geworden;
- zunehmendes Erziehungsideal ist es, Freund oder Freundin des Kindes zu sein.

Während in früheren Generationen Erziehungshandeln auf einem gesellschaftlichen Konsens beruhte, erfordert heute die Individualisierung unserer Gesellschaft ein hohes Maß an eigenen Entscheidungen. Damit sind hohe Anforderungen an die Kommunikations- und Konfliktfähigkeit von Eltern verbunden. Oft fehlen auch positive Vorbilder für die Freizeitgestaltung mit der Familie insbesondere bei schwierigen ökonomischen Rahmenbedingungen. Eltern brauchen daher Unterstützung, um Unwissenheit und Unsicherheit zu verändern.

Ein Indiz dafür, dass auch die Eltern selbst diesen Bedarf sehen, ist das enorme Anwachsen von Eltern-Kind-Gruppen in den letzten 10 – 15 Jahren.

Dort, wo eine effektive Suchtvorbeugung Ziel ist, müssen Eltern integriert und auch gefordert werden. Eltern in der Präventionsarbeit zu vernachlässigen würde bedeuten, das Pferd von hinten aufzuzäumen. In vergangenen Jahren zielten nahezu alle präventiven Bemühungen auf die Gruppe der Kinder und Jugendlichen mit ihrem Risikoverhalten. Komplette Schulklassen wurden unterwiesen, wenn ein einziger Schüler Auffälligkeiten zeigte. Kinder sollten „stark gemacht“ werden.

Dabei geht es nur am Rande um die Vermittlung von Wissen, im Mittelpunkt steht die Reflexion, der Austausch, das Von- und Miteinanderlernen, um das gemeinsame Ziel einer selbstbestimmten, die eigenen Ressourcen nutzenden Lebensform bei Kindern und Jugendlichen zu ermöglichen.

### 3.2 Ziele der Elternschulung

Eltern sind nach wie vor ein wichtiges Bindeglied der Suchtprävention zwischen den Institutionen und ihren Kindern. Nicht überraschend sind daher die Vielzahl von angebotenen pädagogischen Schulungsmaßnahmen für Eltern in Deutschland.

Es ist sinnvoll und notwendig, so früh wie möglich in der Entwicklung des Menschen suchtvorbeugend zu wirken.

In der Suchtvorbeugung ist die Familie eine immens wichtige Zielgruppe für Themen wie Vorbildverhalten, eigene Konsummuster, familiäre Kommunikation, eigene Erziehungsstile, Konfliktfähigkeit, günstige Interaktionsmerkmale, Familienrituale usw.. Suchtvorbeugung, als ein Teil der Gesundheitsförderung, versucht Gesundheit zu erhalten, d.h. süchtiges Verhalten zu verhindern.

Grundsätzlich bedeutet dies für die Suchtvorbeugung:

- Eltern in ihrer Elternschaft zu begleiten, motivieren und stärken,
- durch entsprechende Methodiken Lernprozesse zu initiieren,
- ein breites Fachwissen zur Verfügung zu stellen und Eltern mit Informationen auszustatten,
- Mütter und Väter miteinander in den Austausch zu bringen,
- über neue Methoden und Tipps Handlungsspielräume in der Familie zu erweitern,
- Eltern für suchtfördernde Strukturen, Mechanismen und Bedingungen zu sensibilisieren und zu überzeugen,
- zu verdeutlichen das durch Elternverhalten- und Erziehung die Anfälligkeit ihrer Kinder minimiert werden kann,
- Eltern sind nicht ohnmächtig gegenüber ihren älter werdenden Kindern. Sie haben mehr Einfluss als sie eventuell selber glauben.

Speziell innerhalb der Partnerschaft ist es ein wichtiges Ziel, über die Schulung Eltern zu fördern für einen bewussten und hilfreichen Umgang mit ihren Kindern zu sensibilisieren. Besonders soll die Idee des gegenseitigen Unterstützens und Wertschätzens zum Tragen kommen. Diese Haltung ist auch die Grundlage des Wirkens als Peer.

Folgende Überlegungen haben die Entwicklung des vorliegenden Manuals begleitet:

- Eltern sollen in ihrer individuellen Persönlichkeit wie auch als Erziehende gestärkt werden;
- Eltern sollen ermutigt und befähigt werden, im privaten Bereich mit anderen Eltern den Austausch zu suchen;
- Faktoren wie emotionale Problemlösungs-, Kommunikations- und Konfliktkompetenz sollten gestärkt und gefördert werden, um einen späteren Suchtmittelmissbrauch zu verhindern oder zumindest das Risiko einer Abhängigkeitsentwicklung zu minimieren;
- Eltern sollen für ihren Einfluss auf die Entwicklung des Selbstbildes eines Kindes sensibilisiert werden;
- Lebendigkeit und Humor sollen in die Schulung einfließen;
- Vielfältige versöhnliche Aspekte im Umgang mit pubertierenden Kindern sollen ermöglicht werden.

### 3.3 Grenzen der Elternbildungsarbeit

Die Elternschulung „Eltern haben Einfluss“ ist ein Angebot, welches bildungswilligen - und auch fähigen - Eltern die Möglichkeit eröffnet, ihren Horizont zu erweitern und sich neue Handlungskompetenzen zu erarbeiten.

Auch mit dem Herforder Modell ist es tendenziell schwierig soziale Randgruppen zu erreichen, da diese Menschen oftmals von der Arbeit in Gruppen und der offenen Kommunikation überfordert werden.

Nach wie vor ist es nicht einfach Väter für die Schulungen zu begeistern. Männer sind vielleicht durch berufliche Gegebenheiten nicht in der Lage oder auch nicht bereit sich pädagogischen Fragestellungen zu widmen. In Herford hatten wir einen Männeranteil von ca. 20 %. Ein Silberstreif am Horizont ist jedoch erkennbar. Bei einigen Angeboten unserer Fachstelle finden sich neuerdings mehr Männer im Zuhörerkreis.

Das Schulungsangebot sollte nicht zu einer versteckten Ideologisierung führen und schon gar nicht den Leistungsdruck der Eltern verschärfen. Mit Bruno Bettelheim gehen wir vom Ideal der „hinreichend guten“ Eltern aus. Letztendlich ist weder das pädagogische Optimum, noch das entscheidende pädagogische Defizit, genau zu bestimmen. Eltern neigen schnell dazu, eigenes Wissen und Erfahrungserkenntnisse den Ausführungen und Definitionen von Experten unterzuordnen. Hier ist die Seminarleitung gefordert sehr sensibel zu beobachten und sich ggfls. zurückzunehmen.

Schulungen für Eltern ersetzen nicht Beratungsangebote. Auch den Eltern Peers muss ihre Funktion klar sein. Sie sind nicht der verlängerte Arm der Beratungsstelle und sie sollten keine „Helfermentalitäten“ ausleben. Falls ein Beratungs-Bedarf erkennbar wird, ist eine Weitervermittlung erforderlich.

## 4. Theoretische Grundlagen

In der pädagogischen Gruppenarbeit hat sich insbesondere in der Erwachsenenbildung das Konzept der Themenzentrierten Interaktion (TZI) etabliert, das von der Psychoanalytikerin Ruth Cohn begründet wurde. Es beruht auf einem humanistischen Menschenbild. Werte und eine wachstumsfördernde Haltung zum Menschen sind die Grundlage. Die TZI ist aus den Erkenntnissen der Psychoanalyse und Gruppenpädagogik/-therapie entwickelt worden. Die Hauptaufgabe der Gruppenleitung besteht darin, eine dynamische Balance zwischen der Befindlichkeit des Einzelnen (Ich), dem Beziehungsgeflecht in der Gruppe (Wir) und dem Thema, dem gemeinsamen Anliegen (Es) unter Berücksichtigung des Umfeldes (Globe) herzustellen. Damit kann ein Lernraum geschaffen werden, der lebendiges, kreatives, selbstbestimmtes Lernen in Gruppen ermöglicht.

Elemente der TZI sind inzwischen selbstverständlicher Bestandteil vieler Gesprächsführungsseminare. Auch für die Elternbildung gibt TZI eine hilfreiche Basis für die Theorie und Praxis der Gruppenarbeit.

Ergänzend ist für die Leiterinnen und Leiter von Gruppen Grundwissen über Gruppenentwicklungsprozesse erforderlich. Sie werden deshalb hier ebenfalls dargestellt.

### 4.1 Themenzentrierte Interaktion – Lebendiges Lernen mit Erwachsenen

*Zu wissen, dass ich zähle,  
zu wissen, dass du zählst,  
zu wissen, dass jeder Mensch zählt,  
ob schwarz, weiß, rot, gelb oder braun.  
Ruth Cohn*

Das Theorie und Behandlungskonzept der Themenzentrierten Interaktion (TZI) und das dahinterstehende Menschen- und Weltbild ist unlösbar mit der Person Ruth Cohn, der „Entdeckerin“ der TZI, verbunden.

Ruth Cohn wurde 1912 in Berlin geboren. Als deutsche Jüdin emigrierte sie 1933 in die Schweiz. Sie ließ sich dort zur Psychoanalytikerin ausbilden. 1941 konnte sie in die USA auswandern.

Ihre Erkenntnisse beruhen auf einer humanistischen Grundhaltung ihrer analytischen Ausbildung und guter Beobachtungsgabe. Wie die humanistische Psychologie geht auch die TZI von Wachstums- und Entwicklungsmöglichkeiten des Menschen in Selbstverantwortung aus, wenn ihm die Chance dazu gegeben wird.

Nach den Erfahrungen aus einem psychoanalytischen Ausbildungsworkshop im Jahr 1955 zum Umgang mit Gegenübertragungsphänomenen entwickelte Ruth Cohn ein Modell, das lehr- und lernbar wurde, die TZI. Mit diesem Modell sollten die Ichstärkenden Wirkfaktoren, die Ruth Cohn in der Gruppenpsychotherapie erlebt hatte, einem weiteren nicht therapeutischen Kreis zugänglich gemacht werden.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> s. auch a. a. O. S. 111

#### 4.1.1 Das Prinzip der dynamischen Balance

Ruth Cohn geht davon aus, dass jede Gruppe von vier Faktoren bestimmt wird

- Person (Ich)
- Gruppeninteraktion (Wir)
- Thema oder Aufgabe (Es)
- Umfeld im engen oder weiten Sinn (Globe)

TZI beruht auf der Hypothese, dass alle vier Faktoren gleich wichtig sind und sich gegenseitig bedingen. Das Lernen in Gruppen erfordert deshalb das Ausbalancieren der individuellen Aspekte, der Interaktion, des Themas und des Umfeldes. Da nicht alle Faktoren gleichzeitig im Fokus der Aufmerksamkeit sein können, ist Bewegung erforderlich, die eine dynamische Balance ermöglicht.

#### ***hier Schaubild einfügen – aus Langmaack***

Dieser Ansatz der Gruppenarbeit geht von einem ganzheitlichen Menschenbild aus, das Ruth Cohn mit drei Axiomen umschreibt. Für den Umgang miteinander und der Arbeit in Gruppen beschreibt sie zusätzlich Postulate und Hilfsregeln.

#### 4.1.2 Die Axiome der TZI

Grundlegend für das Modell der Themenzentrierten Interaktion sind die Axiome und die sich daraus ableitenden Postulate, die in besonderer Weise das dahinterstehende Weltbild verdeutlichen. „TZI-Axiome sind der Boden, auf dem die TZI-Methodik verstanden werden muss, und die entscheidenden Voraussetzungen für die gruppen-therapeutische und –pädagogische Intention der TZI.“<sup>10</sup>

***Der Mensch ist eine psycho-biologische Einheit und ein Teil des Universums. Er ist darum gleichermaßen autonom und interdependent. Die Autonomie des Einzelnen ist um so größer, je mehr er sich seiner Interdependenz mit allen und allem bewusst wird.***

Jedes Mitglied einer Lebens- und Arbeitsgruppe bringt individuelle psychische und körperliche Voraussetzungen mit. Je mehr ich sie mir bewusst mache und akzeptiere, sowohl bei mir selbst, als auch bei anderen, um so eher kann ich sie fördernd für die ganze Gruppe nutzen. Dieses Axiom betont die personale und soziale Identität und Kompetenz des Einzelnen.

Da jeder Mensch aber in einem ökonomischen, politischen, sozialen, gesellschaftlichen Kontext lebt, ist er auch von dessen Bedingungen abhängig. Innerhalb dieser bedingenden Grenzen kann er freie Entscheidungen treffen. Wer Realitäten ignoriert, kann keine alternativen Lösungen entwickeln.

***Ehrfurcht gebührt allem Lebendigen und seinem Wachstum  
Respekt vor dem Wachstum bedingt bewertende Entscheidungen. Das Humane ist wertvoll, Inhumanes ist werbedrohend.***

Dieses zutiefst ethische, wenn nicht gar religiöse Axiom ist umfassend gemeint. Es bezieht das Abholzen der Regenwälder, das Töten (soweit es nicht zur Lebenserhal-

---

<sup>10</sup> Ruth C. Cohn/Alfred Farau, Gelebte Geschichte der Psychotherapie, S. 356

tung und –förderung erforderlich ist) und die artgerechte Haltung von Tieren ebenso ein, wie die Achtung vor seelischen und geistigen Entwicklungsprozessen, die es zu fördern gilt.

***Freie Entscheidung geschieht innerhalb bedingender innerer und äußerer Grenzen.***

***Erweiterung dieser Grenzen ist möglich.***

„Freiheit im Entscheiden ist größer, wenn wir gesund, intelligent, materiell gesichert und geistig gereift sind, als wenn wir krank, beschränkt oder arm sind oder unter Gewalt und mangelnder Reife leiden.“<sup>11</sup>

Dieses oft diskutierte pragmatisch-politische Axiom weist auf die Wechselwirkung von innerer und äußerer Welt hin. Einem intelligenten, materiell gesicherten Menschen stehen mehr Optionen zur Verfügung als einem kranken, an der Armutsgrenze lebenden. Innerhalb akzeptierter Grenzen ist die Freiheit zur Auswahl möglich.

Doch sind die Grenzen jedes Einzelnen nicht starr und bleiben im Laufe eines Lebens nicht gleich, sondern sind veränderbar bzw. verändern sich.

***„Wir sind nicht allmächtig, wir sind nicht ohnmächtig.  
Wir sind partiell mächtig in allen Entscheidungen und Gestaltungen unseres Lebens.“ (R. Cohn)***

Alle drei Axiome sind miteinander verzahnt und bilden mit ihren unterschiedlichen Aspekten so etwas wie einen „Wertekompass“ für Lebens-, Lern- und Arbeitsgruppen.

#### **4.1.3 Die Postulate der TZI**

Aus den Axiomen ergeben sich existentielle Postulate im Sinne von nicht auswechselbaren Spielregeln. Sie sollen die Realisierung einer Haltung des Einzelnen orientiert am Ideal der Axiome fördern.

##### ***Sei deine eigene Chairperson***

Im traditionellen amerikanischen Sprachgebrauch übernahm der chairman die Verantwortung für die Gruppenleitung, ohne sich selbst als neutral auszuschließen. Als Aufforderung für jedes Gruppenmitglied inklusive der Leitung bedeutet es, Verantwortung sowohl für die eigene Person, als auch für die Gesamtgruppe zu übernehmen. Dazu muss ich aufmerksam sein für mich selbst, meine körperlichen Empfindungen, meine Grundstimmungen und wechselnden Gefühle, meine Gedanken und Bilder, Phantasien, Intuitionen, Wertungen und für das Geschehen in der Gruppe.

Jede Situation ist ein Angebot für eine Entscheidung: zu intervenieren, Vorurteile zu revidieren, Anteil zu nehmen, Grenzen zu ziehen, zu handeln oder passiv zu bleiben. Dabei bin ich verantwortlich für mich selbst, nicht aber für die anderen.

Folgerichtig wird in einer TZI-Gruppe nicht vom Leiter ‚das Wort erteilt‘. Jedes Mitglied kann und soll selbst entscheiden, wann und wie es seinen Beitrag platzieren möchte.

---

<sup>11</sup> Ruth C. Cohn/Alfred Farau, a.a.O. S. 357

### **Störungen und starke Betroffenheiten haben Vorrang**

Mit diesem Postulat wird die Realität anerkannt, dass an einem Thema, einer gemeinsamen Aufgabe nicht konstruktiv gearbeitet werden kann, wenn z. B. Schmerz, Freude, Angst, Müdigkeit, Antipathien o.a. einen oder mehrere absorbieren.

„Unsere lebendigen, gefühlsbewegten Körper und Seelen (sind) Träger unserer Gedanken und Handlungen. Wenn diese Träger wanken, sind deren Handlungen und Gedanken so unsicher wie die Grundlagen.“<sup>12</sup>

In Lern- und Arbeitsgruppen ist es oft nicht üblich, Störungen und starken Betroffenheiten Raum zu geben. In der Regel geht diese Ignoranz auf Kosten von Arbeitseffektivität und Ergebnisqualität (z. B. ‚innere Kündigung‘ am Arbeitsplatz). In Verbindung mit dem Chairperson-Postulat bedeutet es: Ich muss mir meiner eigenen Störung oder Betroffenheit bewusst werden, muss sie annehmen und dann entscheiden, ob und wie ich mich den anderen mitteilen will.

Störungen (weder innere noch äußere) fragen nicht nach Erlaubnis. Sie sind da und beeinflussen das Miteinander einer Gruppe (z. B. Klingeln des Telefons im Seminarraum). „Störungen den existentiellen Vorrang abzusprechen, den sie de facto einnehmen, behindert Persönlichkeitsentwicklung, Gruppenzusammenhang und Arbeitsbewältigung. Dies betrifft auch Störungen auf nationaler und internationaler Ebene“.<sup>13</sup>

#### **4.1.4 Die Hilfsregeln der Themenzentrierten Interaktion**

Die Idee eines „Regelsystems“ widerspricht eigentlich dem Grundanliegen der TZI von Lebensvielfalt und Selbstverantwortung. Die von Ruth Cohn definierten Hilfsregeln sind deshalb nie Selbstzweck und können nicht losgelöst von den Axiomen und Postulaten verstanden werden. Sie sollen lediglich eine hilfreiche Kommunikation da unterstützen, wo es nötig ist. Als „Maßregel“ angewandt lassen sie sich leicht ad absurdum führen. Ruth Cohn berichtet von einer Teilnehmerin in einer Gruppe, die nach langem Schweigen endlich den Mut fasst, das Wort zu ergreifen. Sie beginnt einen Satz: „Man hat es nicht leicht, in einer so großen Gruppe zu sprechen .....“. Der Leiter unterbricht sie: „Sprich per ‚ich‘ und nicht per ‚man!‘“ Die Frau erschrickt, wird rot und schweigt.

„Meine ursprüngliche Begeisterung für Kommunikations-Hilfsregeln legte sich unter dem Eisregen mechanisierter Anwendungen des ‚Cohnschen Regelsystems‘, das in vielen Institutionen an die Wand angeschlagen und in die Hirne eingebrannt wurde, ohne den Geist der Axiome und Postulate zu kennen oder zu erkennen, denen die Regeln helfen sollen“ schreibt Ruth Cohn.<sup>14</sup>

Die Hilfsregeln sollen also den Geist der Axiome und Postulate im konkreten Miteinander verschiedener Menschen in Gruppen fördern, einen Arbeitsstil unterstützen, der von gegenseitiger Achtung und Wertschätzung und der Übernahme von Selbstverantwortung geprägt ist. Mit dem Wissen über die Hilfsregeln ist es auch möglich, Kommunikationsbarrieren zu verstehen und hilfreich zu intervenieren. Die Atmosphäre einer Gruppe wird oft schon positiv beeinflusst, wenn die Leitung die Hilfsregeln kennt und sie taktvoll, menschen- und situationsgerecht vorlebt.

---

<sup>12</sup> s. o. S. 359

<sup>13</sup> s. o., S. 361

<sup>14</sup> s. o., S. 361

### **1. Vertritt dich selbst in deinen Aussagen; sprich per „Ich“ und nicht per „Wir“ oder „Man“.**

Viele Redewendungen, die mit „Wir“ („Wir haben Hunger!“); „Wir brauchen eine Pause!“; „Wir langweilen uns.“) oder „Man“ beginnen („Man tut das nicht!“; „Man kann das doch nicht erlauben!“) sind unzulässige Verallgemeinerungen, die nicht überprüft wurden. Sie sind fast immer persönliche Versteckspiele. Der Sprechende übernimmt nicht die volle Verantwortung für das, was er sagt.

Die Regel, per „Ich“ zu sprechen, hilft, Verantwortung für die eigene Aussage zu übernehmen, Projektionen zu vermeiden und zu eigenen kreativen Ideen, individuellen Sichtweisen aber auch Irrtümern zu stehen.

Oft äußert ein Mitglied einer Gruppe in dem Glauben, nur es selbst sei betroffen, auch ein Bedürfnis, das es vielleicht nur früher wahrnimmt oder schneller äußert als andere, die ähnlich empfinden. „Mir ist der Monolog zu langweilig. Ich werde ganz müde und hätte gerne eine Pause und frische Luft.“ kann durchaus stellvertretend für viele gesagt sein.

### **2. Wenn du eine Frage stellst, sage, warum du fragst und was deine Frage für dich bedeutet. Sage dich selbst aus und vermeide das Interview.**

Echte Fragen enthalten das Bedürfnis nach Information und erwarten eine Antwort „Kannst Du mir sagen, wie spät es ist?“

Viele Fragen sind unechte Fragen. Der Frager erwartet keine Antwort sondern überbringt eine verkappte Botschaft. „Warum bist Du heute schon wieder zu spät?“ Unechte Fragen provozieren unechte Antworten. Fragen können auch suggestiv und bedrängend sein. Klare Aussagen fordern zu weiteren Interaktionen auf und fördern echte Kommunikation.

### **3. Sei authentisch und selektiv in deinen Kommunikationen. Mache dir bewusst, was du denkst und fühlst, und wähle, was du sagst.**

Diese Hilfsregel entstand als „passionierte Antwort“<sup>15</sup> auf den diktatorischen, undifferenzierten Anspruch vieler therapeutischer Gruppen, z. B. Encountergruppen, nach absoluter Offenheit. Übereilte, unreflektierte Offenheit kann zu Verletzungen und Abwehrverhalten führen. Lügen und Unwahrheiten verhindern einen vertrauensvollen Umgang miteinander. Echte, ehrliche Kommunikation mit Takt und Gespür für den richtigen Zeitpunkt fördert gegenseitiges Vertrauen und Verständnis. Je mehr Vertrauen und Verständnis eine Beziehung tragen, um so einfacher, produktiver und auch herzlicher und fröhlicher ist die Kooperation zwischen den Interaktionspartnern.

Im Alltag eines Gruppenmiteinanders bedeutet diese Hilfsregel einen hohen Anspruch an jeden einzelnen. Die Haltung der selektiven Authentizität setzt ein hohes Maß an Selbst- und Fremdwahrnehmungsfähigkeit und persönlicher Reife voraus.

Authentisch sein bedeutet, Kontakt zu meinen eigenen Gefühlen und Gedanken zu haben. Sie geben mir Auskunft über meine momentanen Wünsche und Bedürfnisse. Aber nicht alle dieser inneren Impulse sind der Gruppe, dem Thema und vielleicht mir

---

<sup>15</sup> s.o., S. 363

selbst nützlich. Es gilt auszuwählen. Natürlich spielt dabei der eigene Mut und die subjektive Einschätzung eine wichtige Rolle.

Vereinfacht könnte man diese Regel auch nennen: „Alles was Du sagst und tust soll echt sein; aber nicht alles was echt ist solltest Du sagen.“ Diese Hilfsregel verhindert Konformitätsdruck und fördert die Individuation in einer Gruppe. Je mehr Vertrauen geschaffen ist, um so weniger ist eine Filterung zwischen meinen Impulsen und meinem Agieren nötig.

#### **4. Halte dich mit Interpretationen von anderen so lange wie möglich zurück. Sprich statt dessen deine persönlichen Reaktionen aus.**

Das Verhalten anderer zu interpretieren, kann inhaltlich korrekt und passend sein. „Du läufst wohl immer auf die andere Straßenseite, wenn ein Hund kommt, weil Du Angst vor Hunden hast!“ Sie bestätigen oft lediglich, was der Interpretierte sowieso schon weiß. Zum richtigen Zeitpunkt angebracht schaden sie meistens nicht. Zum falschen Zeitpunkt rufen sie oft Abwehr und Rückzug hervor. Nicht-interpretative direkte persönliche Reaktionen fördern weitere spontane Interaktionen.

Oft drücke ich meinem Gegenüber mit einer Interpretation ein Label auf, das er haben will oder auch nicht. „Du hast heute Nacht wohl wieder zu lange im Internet gesurft!“ dem griesgrämigen 17-jährigen Sohn beim Familiensonntagsfrühstück zu sagen, dient einem gemeinsamen Austausch wenig. Ihm aber mitzuteilen, dass mich seine schlechte Laune stört und die Lust am gemeinsamen Start in den Sonntag nimmt, kann das Andenken neuer Lösungen ermöglichen.

#### **5. Sei zurückhaltend mit Verallgemeinerungen.**

Erfahrungen, Beobachtungen, Sichtweisen, Informationen zu verallgemeinern bedeutet, sie für allgemein gültig zu erklären. Verallgemeinerungen können uns im Leben Orientierung geben. Die Information, Moslems essen kein Schweinefleisch, kann mir helfen, Gästen islamischen Glaubens kein Gericht, das sie nicht verzehren dürfen, anzubieten. Auf den Einzelfall bezogen können Verallgemeinerungen aber völlig falsch sein. Nicht jeder Katholik geht sonntags in die Kirche.

In einer Gruppe rufen sie oft eine Gegenposition bzw. kritisches Hinterfragen ihrer Richtigkeit hervor. Sie unterbrechen damit leicht den Gruppenprozess.

Evtl. können sie hilfreich sein zur Beendigung und Abrundung eines Themas oder zur Herstellung der dynamischen Balance, z. B. „In der Regel fördert eine längere Mittagspause nach einem intensiven Vormittag die Arbeitsfähigkeit einer Gruppe für den Nachmittag.“

#### **6. Seitengespräche haben Vorrang. Sie stören und sind meist wichtig. Sie würden nicht geschehen, wenn sie nicht wichtig wären.**

Gruppenmitglieder, die mit ihrem Nachbarn reden, sind mit großer Wahrscheinlichkeit stark am Thema beteiligt. Es kann sein, dass sie mit ihrer Äußerung nicht zum Zuge kommen, sich scheuten, Verständnisfragen laut zu stellen. Vielleicht wird auch eine Störung angezeigt, z. B. Langeweile, Müdigkeit, die die Betroffenen aus der Gruppe evtl. rausfallen lassen könnte. Eine Aufforderung, sich der Gruppe mitzuteilen, kann diesen Prozess unterbrechen oder auch neue Aspekte ins Thema bringen. Diese Aufforderung sollte nicht als Zwang, sich äußern zu müssen, eingesetzt werden und nicht die Funktion eines Tadelns haben.

Auch wenn die Gruppenleitung sich durch Seitengespräche gestört oder gar genervt fühlt, sollte sie mit einer persönlichen Aussage reagieren und nicht mit Reglementierung, da sonst der positive Beitrag, den Seitengespräche zum Gruppengeschehen leisten können, verloren geht.

### **7. Nur einer zu gleichen Zeit**

Niemand kann mehr als einer Äußerung zur gleichen Zeit zuhören. Verbale Beiträge müssen nacheinander erfolgen, wenn sie von allen gehört und beachtet werden sollen. Aus dem konzentrierten Interesse füreinander entsteht der Gruppenzusammenhalt.

Ruth Cohn empfiehlt, sich in Stichworten zu verständigen, was jeder sagen will, wenn mehrere gleichzeitig beabsichtigen zu sprechen. Die rasche Stichwortkommunikation ermöglicht der ganzen Gruppe einen Überblick über die Gesprächsfäden und verschiedene Optionen, die gewählt werden können.

Im Gruppenalltag, auch in TZI-Gruppen, wird die Stichwortkommunikation selten angewandt. Im Sinne des Postulates „Sei deine eigene Chairperson“ entscheiden die Gruppenmitglieder oft statt dessen, ob ihnen ihr Beitrag jetzt wirklich ganz wichtig ist, oder ob sie leicht jemand anderem den Vortritt lassen können. Das ist eine Möglichkeit, nicht erst unterschiedliche Fäden aufnehmen zu müssen, um dann mit einem fortzufahren, sondern den Prozess fließen zu lassen. Fragen allerdings wie „Schließt dein Beitrag hier direkt an oder enthält er einen neuen Aspekt?“ sind oft hilfreich. Die Stichwortkommunikation, die in manchen Situationen sicher angebracht ist, erfordert eine hohe Gesprächskompetenz.

### **8. Beobachte Signale aus deiner Körpersphäre, und beachte diese auch bei anderen Teilnehmern.**

Diese Kommunikationsregel ist erst in den neueren Schriften Ruth Cohn's zu finden. Sie ist aber besonders hilfreich.

Körpersignale sind oft unbewusst. Sie wahrzunehmen und zu verstehen eröffnet einen Zugang zu den eigenen Gefühlen und Gedanken. Körpergefühle machen auch selbst eine Aussage. Stirnrunzeln, tiefes Seufzen, Nach-vorne-Rutschen teilen etwas mit. Sie verschaffen zusätzliche wichtige Informationen über einen verbalen Beitrag hinaus. Nicht selten sagt die Stimme etwas anderes als der Körper. „Das macht mich furchtbar wütend!“ mit einem lächelnden Gesichtsausdruck gesprochen signalisiert, dass es nicht nur oder vielleicht gar nicht diese Wut gibt. Solche Diskrepanzen sollten aufgegriffen werden.

„Auf die Sprache des Körpers zu achten, bei mir und bei anderen, verschafft wichtige zusätzliche Informationen und Austausch über das Gesprochene und Gehörte hinaus.“<sup>16</sup>

In den verschiedenen Schriften von Ruth Cohn finden sich die Regeln in unterschiedlicher Formulierung und Zusammensetzung. Sie sind keine statischen, festgefügtten Vorgaben. Einige haben eher universelle Gültigkeit; andere sind sehr situationsbezo-

---

<sup>16</sup> Barbara Langmaack/Michael Braune-Krickau, Wie die Gruppe laufen lernt, S. 108

gen. Alle Hilfsregeln müssen aber immer wieder auf ihre Gültigkeit überprüft und eventuell neue kreiert werden.

„Regeln sind Hilfestellungen, die der Verwirklichung der Postulate dienen und erfahrungsgemäß in interaktionellen Gruppen nützlich sind. Sie sind jedoch keine absoluten Größen. Ihre Verabsolutierung ist Missbrauch und dient dem (Anti-)Geist, den sie bekämpfen möchte.“<sup>17</sup>

#### Literaturverzeichnis:

1. Ruth C. Cohn, Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion, 9. Aufl. Klett-Cotta, Stuttgart, 1990
2. Ruth C. Cohn / Alfred Farau, Gelebte Geschichte der Psychotherapie, Klett-Cotta, Stuttgart, 1995
3. Barbara Langmaack / M. Brune-Krickau, Wie die Gruppe laufen lernt, 2. Aufl., Psychologie Verlags Union, München – Weinheim, 1987
4. Thomas Echtler / Jochen Tölle, Leiten will gelernt sein Pfeiffer Verlag, München, 1987
5. Holle Schneider, Anstöße für lebendige Gespräche in Frauengruppen, 2. Aufl., Klens-Verlag, Düsseldorf, 1990
6. Dietrich Stollberg, Lernen, weil es Freude macht, Eine Einführung in die Themenzentrierte Interaktion, Kösel-Verlag, München, 1989

---

<sup>17</sup> Ruth C. Cohn, Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion, S. 128

## 4.2 Grundlagen der Gruppendynamik – Gruppenphasen und Gruppenprozesse

Zur Stärkung der persönlichen Kompetenz der einzelnen Gruppenmitglieder, zum Aufbau einer offenen Kommunikation zu einem bestimmten Thema in einer Gruppe ist gegenseitige Akzeptanz und Vertrauen erforderlich. Eine arbeitsfähige Gruppe muss sich auch über Ziele verständigen, Entscheidungen treffen, dazu Informationen aufnehmen und das gemeinsame Tun organisieren.<sup>18</sup> Um das zu erreichen, muss die Leitung immer wieder auf zwei Ebenen arbeiten: der Sachebene und der psychosozialen Ebene. „Je gesünder die psychosoziale Ebene der Gruppe ist, je mehr auch der Einzelne auf seine Kosten kommt, desto mehr wird die Gruppe auch auf der Sachebene leisten können, vor allem auch qualitativ.“<sup>19</sup>

Jede Gruppe durchläuft verschiedene Phasen, die hier in Anlehnung an das Modell von W. Tuckman beschrieben werden. Dieses Modell unterscheidet vier Phasen, die zeitlich aufeinander folgen. Garland, Jones und Coloduy entwickeln ein ähnliches Modell, dem sie als fünfte eine Abschlussphase hinzufügten.

### 4.2.1 Orientierungsphase (Forming)

#### **Ankommen – Auftauen – Sich orientieren**

Beim Eintreffen in der Gruppe haben alle Anwesenden gerade eine Abschiedsphase hinter sich, von der Familie, vom Arbeitsplatz o.a.. Vielleicht blieben Aufgaben unerledigt, Fragen offen und schwingen noch mit. Gleichzeitig haben sich alle schon mehr oder weniger mit dem Ankommen in der Gruppe beschäftigt. Ihre Anwesenheit ist daher oft durch Ambivalenzen geprägt zwischen

- Distanz bewahren und Nähe suchen,
- anonym bleiben und sich zeigen wollen,
- offen für Neues und beschäftigt mit Altem.

Diese Phase ist gekennzeichnet durch Unsicherheit, der Suche nach dem eigenen Platz in der Gruppe und den geltenden Regeln und Normen.

Auf einem „Wohlfühl-Barometer“ befinden sich die Gruppenmitglieder i.d.R. im leicht positiven Bereich

#### **Abb. S. 79 einfügen**

Die Aufgabe der Gruppenleitung ist es hier insbesondere klare, eindeutige Strukturen zu geben und ein akzeptierendes Klima zu schaffen. Schon im Vorfeld wird sich die Leitung darüber Gedanken machen, mit welchen Mitteln das erreicht werden kann. Damit werden die Weichen für die weitere Gruppenarbeit gestellt. So postulierte bereits Aristoteles „Der Anfang ist die Hälfte des Ganzen!“ und weist damit auf die Wichtigkeit dieser Phase hin.<sup>20</sup> Das Ende der Orientierungsphase läutet den Beginn der nächsten Phase ein.

---

<sup>18</sup> D. Langmaack, S. 73

<sup>19</sup> D. Langmaack, S. 75

<sup>20</sup> Karlheinz Geißler, Anfangssituationen, Beltz Verlag, Weinheim, 1989, S. 14

#### **4.2.2 Konfliktphase (Storming)** **Gärung und Klärung**

Wenn die Teilnehmenden Vertrauen gefasst haben und andere mehr wahrgenommen haben, können sie mehr von sich selbst zeigen. Das vorsichtige Agieren kann mehr und mehr aufhören. Jeder möchte jetzt seine eigenen Interessen deutlicher zeigen. Rivalität, Durchsetzungswille, Rollen- und Statusverteilung bzw. –behauptung bestimmen in dieser Phase die Interaktionen. Auch die Fähigkeiten und Haltung der Gruppenleitung werden getestet. Diese Situation, die sowohl von Teilnehmenden als auch von der Leitung als belastend erlebt werden kann, gibt die Chance Regeln zu vereinbaren, Normen zu setzen, sich als Gruppe zu verstehen und die Leitung als wichtige Aufgabe im Moderationsprozess zu erleben. Die Auseinandersetzung oder auch Polarisierung von Meinungen führt zu einer Reduzierung des Wohlgefühlpegels.

#### **S. 81**

Bleibt diese Phase aus, werden die Konflikte zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt oder – in sehr harmonisierenden Gruppen – Entwicklungschancen vertan. Jedes neu hinzukommende Mitglied führt eine Gruppe in diese Phase zurück, da Rollen, Einstellungen und Normen erneut überprüft werden müssen.

#### **4.2.3 Organisationsphase (Norming)**

Die Auseinandersetzung in der Gruppe, das Austragen von Meinungsverschiedenheiten führt zu einer Intimität in der Gruppe und zu einem Zusammengehörigkeitsgefühl. Damit ist die nächste Phase erreicht, die soziale Organisation der Gruppe. Sie ist gekennzeichnet durch hohe gegenseitige Akzeptanz und Zusammenhalt in der Gruppe.

Es besteht die Bereitschaft voneinander zu lernen, sich konstruktiv mit den Sachthemen zu beschäftigen und Neues auszuprobieren. Konflikte und Meinungsverschiedenheiten sind beigelegt. Ein offener Austausch von Meinungen und Gefühlen entsteht. Kooperation findet statt. Die Leitung kann in dieser Phase sehr zurückhaltend sein. Die Gruppe befindet sich auf der Wohlfühlskala im oberen Bereich.

#### **4.2.4 Integrationsphase (Performing)**

Sie ist eng mit der Organisationsphase verbunden. Das Wohlbefinden hält an. Interpersonale Probleme sind gelöst, Rollen sind funktional und flexibel.

Obwohl in dieser Phase Vertrauen und Offenheit bestehen, ist sie nicht frei von Krisen und Konflikten. Die zunehmende Bekanntheit führt aber zu schnelleren Lösungen. Problemlösetechniken sind vorhanden. Die Gruppe übernimmt Aufgaben in Eigenregie.

## Ein gruppendynamisches Modell<sup>21</sup>

Organisierungsphase (Norming)	Integrationsphase (Performing)	Phasen der Gruppenentwicklung	Orientierungsphase (Forming)	Konfliktphase (Storming)	Abschlussphase (Parting)
<ul style="list-style-type: none"> <li>sich des Potentials der Einzelnen bewusst werden und dieses nutzen</li> <li>Vertrautheit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sich des gemeinschaftlichen Potentials bewusst werden</li> <li>Akzeptierung des Einzelnen</li> <li>Offenheit</li> </ul>	<b>Soziales Bewusstsein</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sich selbst einschätzen</li> <li>an anderen Menschen interessiert sein, aber nicht mit ihnen in Kontakt treten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Beurteilung der anderen</li> <li>Bewusstsein von individuellen Unterschieden</li> <li>Klärung der Positionen und Rollen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sich des Endes bewusst sein</li> <li>Wunsch nach Beibehaltung von Kontakten</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Versuche zur Konfliktlösung: Kompromisse, Bündnisse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Konfliktlösung: Synthese</li> </ul>	<b>Umgang mit Konflikten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sich Konflikten nicht bewusst sein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sich Konflikten bewusst sein, diese aber vermeiden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Konflikte werden nicht mehr angesprochen</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Überwindung von Konkurrenzdenken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>objektiv</li> <li>arbeitsteilig</li> <li>befriedigend</li> </ul>	<b>Teamwork</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kleine Versuche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>blockiert durch Rivalität</li> <li>durch Konkurrenz dominiert</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die/der Einzelne rückt mehr in den Fokus</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>aufgrund einer sicheren Mehrheit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>durch Konsens</li> </ul>	<b>Gruppenentscheidungen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>durch proportionale Recht der einzelnen Mitglieder</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>aufgrund von Minderheiten</li> <li>durch knappe Mehrheiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>oft im Konsens, aber nicht so großer Verbindlichkeit in Bezug auf die Nachgruppenzeit</li> </ul>

### 4.2.5 Abschlussphase

#### Abschied – Trennung - Transfer

Die meisten Gruppen in der Elternbildung haben einen klar definierten Anfang und ein vorher festgelegtes Ende. Diese Zeitvorgabe ist eine Begrenzung, mit der jede Leitung und jede Gruppe fertig werden muss. Ein Problem besteht darin, dass dieses Ende keine Rücksicht darauf nimmt, ob alle Themen bearbeitet sind, die Gruppe sich trennen will, weil die Zeit reif ist, oder nicht. Vieles, was in der Gruppe angestoßen und ermöglicht wurde, ist nicht so einfach in den Lebens- und Arbeitsalltag übertragbar.

Abschied, Trennung, Transfer sind deshalb die im Vordergrund stehenden Themen dieser Phase. Die Aufgabe der Leitung besteht darin, den Abschied zu thematisieren und Methoden für den Transfer bereit zu stellen. Die Gestaltung dieser Phase verlangt ein gutes Gespür für die noch vorhandene Zeit.

Wie die Anfangsphase ist auch der Abschluss von individuellen Unterschieden in der Gruppe geprägt. Einige sind vielleicht froh, dass die Gruppe zu Ende geht, eine zeit-

<sup>21</sup> angelehnt an: Landschaftsverband Westfalen-Lippe (Hrsg.), Koller, Gerald, Meet the Need, Curriculum zur suchtpräventiven peer group education in der außerschulischen Jugendarbeit, Eigendruck

liche Belastung wegfällt, andere können sich nur schwer lösen. Auswertungsthemen helfen, Abstand zu gewinnen und den Abschiedsprozess zu gestalten.

**Abb. S. 85 einfügen – Tabelle als Abschluss**

Die beschriebenen Gruppenphasen werden nicht linear Schritt für Schritt durchlaufen sondern gleichen einem zyklischen Prozess. Mit jedem neuen Treffen, jeder neuen Aufgabenstellung, jedem neuen Mitglied werden vorhergehende Phasen erneut wiederholt.

## 5. Von Eltern für Eltern – der Peer Gedanke in der Elternarbeit

### 5.1 Der Peer Group Education-Ansatz

In den letzten Jahren ist die Bedeutung der Gleichaltrigengruppe und ihr Nutzen zur Vermittlung von gesundheitsfördernden Botschaften in der pädagogischen Praxis verstärkt erkannt worden.

Jugendliche und Erwachsene sind nicht nur als reine Adressaten zu sehen, sondern eben auch als Partner zur Vermittlung bestimmter Botschaften zu gewinnen. Die ursprüngliche Idee dieses Ansatzes wurde in den USA entwickelt. Vor dem Hintergrund einer restriktiven Drogenpolitik wurden Kampagnen mit dem deutlichen Ziel der Abstinenz ins Leben gerufen. In sogenannten Drogenerziehungsprogrammen für Jugendliche war erklärtes Ziel, dem Gruppendruck Gleichaltriger über Widerstandstrainings zu begegnen.

Mittlerweile gibt es auch in Europa diverse Konzepte und Projekte in Bereichen der Suchtvorbeugung, Gewalt- und Aidsprävention sowie der Sexualaufklärung die Peer group education-Ansätzen folgen. Suchtpräventionskonzepte haben hier jedoch i. d. R. die Förderung eines angemessenen Umgangs mit Suchtmitteln zum Ziel.

In jüngerer Zeit gab es Ansätze, den Peer-Gedanken auch auf die Elternarbeit zu übertragen, so im Projekt *euro parents* des (s. Kapitel 1) Netzwerkes *euro net*.

### 5.2 Definitionen bzw. Beschreibungen

#### 5.2.1 Peer

*Peer beschreibt eine Person die einer Anderen gleichgestellt ist und/oder derselben sozialen Gruppe angehört, dies insbesondere unter dem Aspekt von Alter, Stellung oder Status.*

Peer = Gleichwertiger, Ebenbürtiger, Gleicher

#### 5.2.2 Peer Gruppe

*Mit dieser Begrifflichkeit ist die „Freundesgruppe der Gleichaltrigen, die Gruppe der Alterskameraden“ (Dorsch, 1994) gemeint. Ergänzend beschreibt Illichmann (1991) peer group als „eine Gruppe von Jugendlichen etwa gleichen Alters, weitgehend gleicher Gesinnung und meist auch sozialer Schicht“.<sup>22</sup>*

#### 5.2.3 Elternpeers

Peer-Arbeit mit Eltern geht davon aus, dass spezifische Inhalte der Gesundheitsförderung und familiären Lebensgestaltung eher in elterliches Erkenntnis- und Verhaltensrepertoire aufgenommen wird, wenn dieses von anderen Eltern aus ähnlichen Bezügen vermittelt wird.

Es geht eher um ein partnerschaftliches Konzept. „Ich suche, du suchst. Gehen wir gemeinsam auf die Suche“ (frei nach Sokrates)

Das Handbuch folgt einem überwiegend verhaltensorientierten Ansatz: Die als Peer leader ausgebildeten Eltern wirken im Rahmen ihrer Sozialgruppe interaktiv und setzen dort, u.a. durch verändertes Alltagsverhalten, Schaffung einer offenen Gesprächskultur, Akzente zur Reflektion der eigenen Lebensgestaltung. Eltern bringen ihre Schulungserfahrungen in das tägliche Leben ein und überzeugen die Gruppenmitglieder durch ihre Authentizität.

---

<sup>22</sup> Landschaftsverband Westfalen-Lippe 1999, Koordinationsstelle Sucht (Hrsg.), Claudia Kahr, Peer group education, Manipulation oder Partizipation, S.8-9

#### **5.2.4 Peer leader**

Als Peer leader werden Jugendliche bezeichnet, die in ihren Gruppen Gleichaltriger wie etwa in Schulklassen, Freizeitgruppen oder Ausbildungsjahrgängen eine natürliche Autorität und Respekt genießen und als Meinungsführer wirken. Wenn diese Begrifflichkeit auf die Erwachsenenwelt übertragen wird, so sind damit Personen gemeint, die im beruflichen Umfeld, dem Sport- und Freizeitbereich und im erweiterten Freundeskreis Anerkennung und Respekt genießen.

Natürliches Auftreten, gesundes Selbstbewusstsein und/oder Charisma können diese Position rechtfertigen und müssen nicht zwangsläufig auf überlegener Intelligenz basieren.

#### **5.2.5 Peer group education – Peer Arbeit**

Erwachsene und natürlich auch Jugendliche sind im Besitz von Primärwissen über Themen, Fragen und Gedanken ihrer Altersklasse. Gleichzeitig erhöht ihre Vertrautheit mit dem sprachlichen Code ihrer Generation ihre Glaubwürdigkeit. Gelingt es also, einen Peer Leader von Inhalten und Prinzipien zu überzeugen, so dass er sie verinnerlicht, so wirkt der Peer Leader als Modell mit dem Vorteil größerer Authentizität.

Peer-Group-Education setzt genau an dieser Schnittstelle an und macht daraus *ein positives pädagogisches Konzept*.

Eigentlich ist dies kein neuer Gedanke. Die Überlegung, die Problemlösungskompetenzen von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in den Erziehungs- und Erkenntnisprozess einzubeziehen, ist in vielen pädagogischen Konzeptionen enthalten. verändert sich auch die Rolle Die Seminarleitung arbeitet in diesem Prozess als Coach. Seminarleitung und Eltern werden gemeinsam verantwortlich für einen Prozess in dem Alle wachsen.

## 6. Konzeption einer Elternschulung

### 6.1 Zeitrahmen

Die dem Konzept zugrunde liegende Seminarzeit hat einen **Umfang von 11 Stunden**. Dieses hat sich als praktikabel erwiesen, um Eltern für den Kurs zu gewinnen. Obwohl in Rückmeldungen die Zeit oft als zu knapp bewertet wurde, reicht dieser Umfang nach unseren Erfahrungen aus, um eine gewisse Intensität der Auseinandersetzung mit dem Thema zu ermöglichen. Die Elterngruppen waren immer sehr motiviert bei der Sache. In diesem Zeitrahmen ist auch sicher zu stellen, dass eine angeregte Diskussion oder ein Austausch zwischen den Eltern nicht unnötig abgebrochen werden muss.

### 6.2 Die Seminarleitung

Das Seminar wird von zwei Personen geleitet. Ideal ist eine männliche/weibliche Leitung, die kontinuierlich anwesend ist.

Die Kursleitung sollte folgenden allgemeinen Kriterien entsprechen:

- Erfahrung in der Arbeit mit Multiplikatoren
- Freude an der Arbeit mit der Zielgruppe Eltern
- Erfahrungen im Umgang mit pubertierenden Jugendlichen
- Fundiertes Wissen über Sucht, Drogen, Suchtvorbeugung
- Möglichst eigene Kinder bzw. Erziehungserfahrung
- Nicht zu jung (30 +)

### 6.3. Inhalte

Die Elternschulung berücksichtigt folgende Inhalte, die selbstverständlich nach Wunsch der Teilnehmenden in ihrer Intensität variieren können:

- Entwicklung von Kindern und Jugendlichen
- Schutz- und Risikofaktoren
- Grundlagen süchtigen Verhaltens
- Co-Abhängigkeit
- kleine Drogenkunde
- das Hilfesystem
- Methoden der Suchtvorbeugung
- eigene Vorbildfunktion
- der erzieherische Alltag mit Jugendlichen
- Konfliktbewältigung/ Regeln und Grenzen/Familienrituale

## 6.4 Ziele Elternkompetenz verbessern

Eltern unterstützen Eltern	Eltern arbeiten mit Eltern zusammen	Eltern erhöhen ihre Selbstkompetenz
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit den Herausforderungen als Vater und Mutter differenziert umgehen</li> <li>• Freiräume für Eigenverantwortung und Mitgestaltung schaffen</li> <li>• Die sozialen Fähigkeiten und Handlungskompetenz stärken</li> <li>• Eltern für weitere Aktivitäten motivieren</li> <li>• Unsicherheiten gegenüber Jugendlichen in der Pubertät abbauen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Erziehungsrolle gemeinsam mit anderen Eltern reflektieren und stärken</li> <li>• Motivation fördern, eigene Lebenswelten zu gestalten</li> <li>• von Wohn- und Lebensraum gemeinsam gestalten</li> <li>• Politische Aktivitäten einleiten</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Bewusstsein für entwicklungsbedingte Zusammenhänge beim Kind erhöhen</li> <li>• Wissen erweitern und Fähigkeiten stärken</li> <li>• Den eigenen Standpunkt überdenken und ausweiten</li> </ul>

23

Die Zielsetzung der Elternschulung orientiert sich am Projekt *euro parents* und beinhaltet konkret die in der unten stehenden Tabelle aufgeführten Ziele und Teilziele.

## 6.5 Gewinnung der Eltern (Werbung)

Es gibt sehr unterschiedliche Möglichkeiten Eltern für ein solches Seminar zu gewinnen. In Herford hat sich folgendes Vorgehen als sinnvoll erwiesen:

- Ansprache über Schulen, in denen langjährige Kooperationspartner ( Lehrer, Eltern und Schüler ) das Anliegen weitergeben oder
- Persönliche Vorstellung der Projektleitung in der Schulpflegschaft
- Werbung über einen Elternabend in Kindergärten, Vereinen, Gemeinden etc.
- „Mund zu Mund Propaganda“, von bereits ausgebildeten Eltern

Eine persönliche Ansprache wird häufiger angenommen, als Werbung über Medien. Für manche Eltern macht das Thema „Illegale Drogen“ das Seminar besonders interessant. Auch das Benennen einer Höchstteilnehmerzahl trägt dazu bei, den Entscheidungsprozeß bei Eltern zu verkürzen.

<sup>23</sup> Landschaftsverband Westfalen-Lippe 2002, Koordinationsstelle Sucht, Praxisordner euro net Curriculum Eltern als peers, S. 17

## 6.6 Terminplanung

Für das Herforder Seminar war es hilfreich, **den Kurs immer nach einer Ferienzeit zu terminieren**. Die Eltern sind motiviert, ausgeruht und die eventuellen Urlaubserfahrungen klingen noch nach.

Erfahrungswerte zeigen zudem, dass Menschen sich für ein bestimmtes Angebot entscheiden, wenn der zeitliche Aufwand überschaubar bleibt und trotzdem ein Gefühl von intensiver Auseinandersetzung gegeben ist.

Empfehlenswert ist, das Seminar **an drei unterschiedlichen Abenden unter der Woche (Di/ Mi/ Do)** im möglichst **wöchentlichen Abstand** durchzuführen. Die Eltern betonten immer wieder, wie wichtig es ihnen ist, dass das Wochenende frei bleibt für familiäre Aktivitäten und die Schulung ohne Übernachtungen stattfindet.

Da Eltern gerne die Möglichkeiten des (Vorab-) Austausches untereinander nutzen, wird ein sogenanntes **Planungstreffen** empfohlen.

Kurz **vor den Ferien** kommt die Gruppe zusammen mit dem Ziel, das Konzept kennen zu lernen, wichtige Fragestellungen zu klären, Termine festzulegen und ein erstes Kennenlernen zu ermöglichen.

Ein wichtiger Aspekt ist aus unserer Sicht auch die Prüfung, ob die Gruppe harmonisiert. Soweit dies nicht der Fall ist, kann ggf. noch regulierend eingegriffen werden.

### Zeitschiene:

	<b>Termine</b>	<b>Uhrzeit</b>
Vortreffen	Vor den Ferien	19.00 Uhr bis 21.00 Uhr
1. Schulungsabend	Nach den Ferien	19.00 Uhr bis 22.00 Uhr
2. Schulungsabend	Eine Woche später	19.00 Uhr bis 22.00 Uhr
3. Schulungsabend	Eine Woche später	19.00 Uhr bis 22.00 Uhr

## 6.7 Ort und Gruppengröße

Bekanntermaßen entscheidet auch die Wahl der Räumlichkeiten über die Atmosphäre und den Erfolg einer Veranstaltung.

Wichtig ist es, einen ausreichend großen Raum zu wählen, der ansprechend gestaltet wird und der auch für **alle** Schulungsabende zur Verfügung steht.

Für die Kleingruppenarbeit müssen ebenfalls Möglichkeiten vorhanden sein.

Letztlich sollten die Räume vor allem störungsfreies Arbeiten ermöglichen.

Die zu schulende Elterngruppe sollte bei zwei Projektleitern auf maximal 20 Personen begrenzt sein. Die Mindestgröße sollte bei 10 Teilnehmern liegen, da oftmals nicht alle Eltern an allen Seminarabenden teilnehmen können.

## 6.8 Finanzen

Die Elternschulungen können mit einem kleinen Etat durchgeführt werden.

Wenn keine Raummiete gezahlt werden muss, sind nur geringe finanzielle Mittel für Getränke und Gebäck sowie einige Seminarmaterialien in Form von Kopien oder Broschüren erforderlich.

Die Kosten für eine Elternschulung ohne besondere Angebote, wie Fahrten zu Suchthilfeeinrichtungen oder ähnliche Vorhaben (ohne Übernachtungen oder aufwändigere Verpflegung), belaufen sich nach unseren Erfahrungen auf etwa 100 Euro

pro Kurs. Dabei ist die Arbeitszeit bzw. ein evtl. Honorar für die Kursleitung nicht berücksichtigt.

## 6 Durchführung der Elternschulung

### 6.1 Vortreffen

Ein Vortreffen ist insbesondere hilfreich, damit die Gruppe sich kennen lernen kann und somit diese Phase von den eigentlichen Schulungen wenig Zeit nimmt.

#### Benötigte Materialien:

Teilnehmerliste, Stifte, Flip-chart, Arbeitsblatt für die Kennenlernübung

Programmpunkte und Zeitvorgaben	Bemerkungen
Begrüßung, Vorstellung der Arbeitsräume  <i>10 Minuten</i>	Für das erste Vorgespräch ist es wichtig, dass die Eltern einen visuellen Eindruck der Fachstelle (so das Seminar dort stattfindet) bekommen.
Pädagogische Inhalte vorstellen  <i>15 Minuten</i>	Den Eltern wird die Struktur (Methodik und Inhalte) der Schulung kurz vorgestellt. Es besteht die Möglichkeit, die notierten Lernbedürfnisse und Teilnehmererwartungen abzugleichen.
Kennenlernübung mit vorbereiteten Fragebogen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was war Ihr Gegenüber für ein Schüler mit 13 Jahren?</li> <li>• Familienstand?</li> <li>• Hobbies?</li> <li>• Kulinarische Vorlieben?</li> <li>• Sportlich (welche Sportart)?</li> <li>• Urlaubsvorlieben?</li> <li>• Womit kann man die Person aufregen?</li> <li>• Was findet er/sie abscheulich?</li> <li>• Wenn er/sie ein Suchtproblem hätte, welches wäre es dann wohl?</li> <li>• Tierlieb (welches Haustier)?</li> <li>• Wohnsituation?</li> <li>• Lieblingsfernsehsendung?</li> <li>• Berufe der Eltern?</li> <li>• Welches Auto wird gefahren?</li> <li>• In welcher Epoche hätte Ihr Gegenüber gerne gelebt?</li> <li>• Konfliktfreudig?</li> </ul> <i>30 Minuten</i>	Die Eltern werden gebeten sich in Zweiergruppen zu begeben und dann anhand des Fragebogens über den Gesprächspartner Hypothesen (tratschen von Angesicht zu Angesicht) aufzustellen und diese anschließend zu überprüfen. Anschließend stellt man sich in der Gesamtgruppe gegenseitig vor, wobei maximal 5 Fragen ausgewählt werden sollen. Die Übung eignet sich gut dazu eine gewisse Leichtigkeit und Fröhlichkeit im Miteinander zu entwickeln. Häufig stellt sich darüber eine Vertrautheit ein, so dass nach dieser Einheit die Gruppe zur persönlichen Anrede übergeht.
Pause  <i>15 Minuten</i>	Es wird zu einem (vorbereiteten) kleinen Imbiss eingeladen, „ganz nebenbei“ kommen die Eltern miteinander ins Gespräch.
Festlegen der konkreten Schulungstermine  <i>10 Minuten</i>	Den Eltern werden Terminvorschläge von der Seminarleitung unterbreitet, welche allerdings bei Bedarf noch verändert werden können.
Letzte Fragen und Abschluss <i>(-insgesamt 80 Minuten-)</i>	

## 6 Durchführung der Elternschulung

### 6.2 Erster Schulungsabend

#### Benötigte Materialien:

Teilnehmerliste, Stifte, Flip-Cart, Arbeitsfolien, Arbeitsblätter, Kreppband, Kissen, Broschüren und Bildmaterial zu einzelnen Drogen (*Anhang ?*)

Programmpunkte und Zeitvorgaben	Bemerkungen
Begrüßung  <i>5 Minuten</i>	Ein Entscheidungsprozeß wird initiiert, wie die Eltern sich anreden wollen. Die Seminarleitung weist die Eltern darauf hin, dass sie nicht mitschreiben müssen. Alle Arbeitsblätter bekommen sie ausgehändigt.
Einführungsübung 1 „Meine typische Geste“  <i>10 Minuten</i>	Eine typische Übung um sich mit den (Vor-) Namen der Teilnehmer vertraut zu machen. Es wird ein Kreis gebildet, eine Person tritt 3 Schritte in den Kreis, sagt ihren Namen und verbindet dies mit einer für diese Person typischen Geste. Anschließend tritt die Person wieder zurück und alle Teilnehmer machen die Gestik nach und sprechen den Namen der Person in gleicher Art und Weise aus. Die Übung ist beendet wenn alle Teilnehmer sich in beschriebener Weise vorgestellt haben.
Einführungsübung 2 „Laut schreien, sanft werfen“  <i>10 Minuten</i>	Diese Übung dient nochmals der Erinnerung der (Vor-)Namen. Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Ein Kissen wird untereinander zugeworfen mit der Aufgabenstellung, den eigenen Namen möglichst laut zu rufen. Dabei soll der Wurf möglichst sanft und vorsichtig ausgeführt werden. Mit dieser Koordinationsaufgabe haben manche Eltern Probleme, da nach lautem Schreien oftmals ein starker Wurf erfolgt. Insgesamt hilft diese Übung Anspannungen in fröhlicher Art und Weise zu lösen.
Sensibilisierung zum eigenen Suchtpotenzial „Suchtsack“  <i>30 Minuten</i>	Beschreibung der Übung siehe <b>Anlage 1</b>
Sensibilisierung zum eigenen Suchtpotenzial „Legeübung Drogen“	Bei dieser Übung werden häufig bestehende Überzeugungen deutlich, sie ist hilfreich, da es kein „Falsch“ und kein „Richtig“ gibt.

<i>20 Minuten</i>	Es kommt zu einem regen Austausch und es wird deutlich, dass die Sichtweise von Gefahren immer etwas mit dem eigenen Hintergrund zu tun hat. Übungsbeschreibung siehe <b>Anlage 2</b>
Einführung in die Ursachen von Suchtentstehung, süchtigem Verhalten <i>20 Minuten</i>	Script siehe 2.1
Pause <i>15 Minuten</i>	Kaffee / Kaltgetränke
Drogeninfos „Der Joint ist heiß“  <i>70 Minuten</i>	Den Eltern werden Drogeninfos in spielerischer Form nahegebracht. Im Wissenswettbewerb untereinander ergeben sich zahlreiche Gelegenheiten zu den einzelnen Substanzen Informationen zu geben. Spielbeschreibung siehe <b>Anlage 3</b>
Fixpunkt  <i>10 Minuten</i>	Mit Klebeband wird ein Punkt auf dem Boden markiert (Fixpunkt). Dann werden die Eltern aufgefordert sich nacheinander auf diesen Punkt zu stellen und spontan etwas Wertschätzendes zum Thema „Eltern“ zu sagen. Jede Äußerung wird mit (lauten) Beifallsbekundungen von der Gruppe begleitet. Über diese Übung sollen Wertschätzung und Anerkennung der Elternrolle zum Ausdruck gebracht werden.
Karten der Kraft ziehen lassen  <i>10 Minuten</i>	Die Karten sind überschrieben mit „Karten der Kraft“. Das macht deutlich, es geht um Ressourcenorientierung und positiven Zuspruch. Jede Tierkarte ist mit einem positiv besetzten Thema verbunden. Die Indianer gehen in ihrer Mythologie davon aus, dass jedes Tier sich die Person aussucht. Alle Teilnehmer ziehen eine verdeckte Karte und es wird ihnen mitgeteilt, dass sie die Bedeutung der Karte zum Abschluss der Schulung von uns überreicht bekommen. Siehe <b>Anlage 4</b>
Abschluss  <i>(-insgesamt 200 Minuten-)</i>	Verabschiedung Die Seminarleitung teilt den Eltern Infomaterial zu den einzelnen Substanzen sowie die Arbeitsblätter aus.

## 6 Durchführung der Elternschulung

### 6.3 Zweiter Schulungsabend

**Materialien:** Overhead Projektor, Folien, kopierte Arbeitsblätter, Stifte, Flip-chart

Programmpunkte/Zeitvorgaben	Bemerkungen
Begrüßung <i>5 Minuten</i>	
Anmerkungen / Fragen zum 1. Schulungsabend <i>10 Minuten</i>	Erfahrungsgemäß tauchen bei den Eltern Nachfragen auf.
Arbeitsfolie „Kann ich Drogenkonsum erkennen?“  <i>20 Minuten</i>	Dies ist eine häufig gestellte Frage aus der Elternarbeit. Die Arbeitsfolie zum Thema wird in der Gruppe erarbeitet .  <b>Anlage 5</b>
Pause <i>15 Minuten</i>	Kaffee / Kaltgetränke
Arbeitsfolie „Wie kann ich mein Kind oder den Jugendlichen ansprechen“? Thema „ernste Gespräche“  <i>35 Minuten</i>	Mit Fragestellungen und Vorüberlegungen aus der systemischen Therapie werden einfache aber effektive Tipps und Ansätze vermittelt. <b>Anlage 6</b>
Pause <i>15 Minuten</i>	Kaffee / Kaltgetränke
Folie „Leuchtturmmodell“ Ein anschauliches Bild zum Thema Pubertät  <i>30 Minuten</i>	Mit dieser Folie führt die Seminarleitung in das Thema Pubertät ein. Während des Vortrags können sich immer wieder anregende Diskussionen unter den Eltern, mit teilweise sehr persönlichen Fragestellungen ergeben, so dass die Seminarleitung die Zeitvorgaben strikt im Auge behalten muss. <b>Anlage 7</b>
Arbeitsblatt „Leitfaden, wenn Eltern schwierig werden“  <i>30 Minuten</i>	Die Eltern werden gebeten sich zu viert zu gruppieren und den Leitfaden zu besprechen. Fragestellungen: Kenne ich das? Was hilft? Das Arbeitsblatt nähert sich dem Thema sehr humorvoll, so dass eine beabsichtigte Leichtigkeit zum Tragen kommt. <b>Anlage 8</b>
Abschluss (-insgesamt 160 Minuten-)	Aushändigen der Arbeitsblätter

## 6 Durchführung der Elternschulung

### 6.4 Dritter Schulungsabend



<p><i>25 Minuten</i></p>	<p>die Bedeutung in Kurzfassung vermerkt und mit einem Dankeswort der Seminarleitung aufgeschrieben. Das Thema der Tierkarten wird jedem Elternteil laut vorgelesen und anschließend -verbunden mit einem persönlichen Dank- überreicht.</p>
<p>Letzte Verabredungen</p> <p><i>(-insgesamt 185 Minuten-)</i></p>	<p>Eine Adressenliste wird auf Wunsch den Eltern überreicht. Der Gruppe wird der Vorschlag unterbreitet sich eigenverantwortlich weiterhin zu treffen.</p>

## **7 Erkenntnisse und Auswirkungen**

### **7.1 Resümee**

Die in der Modellphase von der Universität Utrecht durchgeführte Evaluation weist aus, dass alle Teilnehmer sowie die Seminarleiter mit dieser Maßnahme sehr zufrieden waren.

Für die Herforder Schulung gilt, dass alle Eltern bis zum Ende der Maßnahme dabei blieben.

Die teilnehmenden Eltern beschrieben in der Auswertung einen großen Kompetenzgewinn bezüglich der eigenen Person und im Umgang mit der eigenen Familie.

Die Wertschätzung ihrer bisher geleisteten erzieherischen Arbeit und die fachliche Unterstützung standen in der Rückschau im Mittelpunkt.

Die Stärkung des individuellen und elterlichen Selbstwertes führte zu enormer Motivation und überraschenden Aktionen.

Einige Eltern nahmen an regionalen Podiumsdiskussionen zum Thema „Suchtvermeidung“ teil, andere gestalteten eigene Elternabende an den jeweiligen Schulen ihrer Kinder oder trugen im Freundeskreis und Verwandtschaft dazu bei, dass ihre Erfahrungen mit der Elterschulung diskutiert wurden. Kontroverse Debatten über Sinn und Unsinn von Prävention wurden geführt und stets war es für die betreffenden Eltern hilfreich, ein wenig besser informiert zu sein, Handlungsempfehlungen geben zu können, das Hilfesystem zu kennen und vor allem Gelassenheit und Hoffnung auszustrahlen. Die Eltern wurden neugierig angesprochen, bewundert für ihr Engagement und dann und wann um Hilfe gefragt.

Die Empfehlungen werden - einem Schneeballsystem gleich- im Gemeinwesen weitergetragen, so lange wir professionellen Fachkräfte einfühlsam mit dieser Zielgruppe arbeiten.

Elternschulungen sind daher überaus sinnvoll, sie sollten kontinuierlich zur Suchtprävention gehören.

### **7.2 Anmerkungen für die Seminarleitung**

Die einzelnen Seminareinheiten sind thematisch und methodisch vollständig durchgeplant, dennoch ist zu überlegen, was für die jeweilige Gruppe besonders wichtig ist.

Die Seminarleitung sollte sich die Freiheit nehmen Prioritäten zu setzen oder ggf. andere Arbeitsformen zu wählen.

Falls Videos zum Einsatz kommen, ist dafür viel Zeit einzuplanen.

Ratsam ist es, vorher wichtige Szenen aus einem Film herauszufiltern und nur diese zu erörtern.

Die Seminarleitung sollte bei der Gesprächsführung darauf achten, dass jeder zu Wort kommt. Es ist auch möglich Sprechzeiten zu vereinbaren, damit die Beteiligung an Gesprächen nicht durch „Vielredner“ verhindert wird.

Sind Gruppenaufteilungen vorgesehen, sollten Ehepaare oder gute Bekannte getrennt werden.

Bei Umsetzung unseres Konzeptes kann es sich ergeben, dass relativ wenig Zeit für den Erfahrungsaustausch bleibt. Die Eltern, die an einem Kurs teilnehmen, haben oft ein Bedürfnis miteinander zu sprechen, sich voneinander zu erzählen. In jedem Kurs muss ein Gleichgewicht zwischen Lerninhalten und freiem Austausch hergestellt werden.

Erfahrungsgemäß nehmen auch einige Eltern an den Kursen teil, die erhebliche Schwierigkeiten mit der Erziehung ihrer Kinder haben. Dabei stehen Probleme der allgemeinen Erziehungskompetenz oder Kommunikationsschwierigkeiten im Vordergrund. Der Kurs ersetzt keine Einzelfallberatung und bietet keine generellen Lösungsstrategien.

Diese Grenzen der Elternschulung sind zu Beginn sehr deutlich zu thematisieren, um Enttäuschungen vorzubeugen.

Der Grundgedanke der Elternschulung setzt auf das Thema Sucht/Suchtvorbeugung, obwohl die Lerninhalte auch auf andere Bereiche der Erziehung anwendbar sind.

Wir wünschen allen Kolleginnen und Kollegen bei der Umsetzung dieser Elternschulung gutes Gelingen und Freude an dieser Arbeitsform!

## 8 Anlagen

### 8.1 Materialien zu den Schulungsabenden Erster Schulungsabend

#### Anlage 1, Übung „Suchtsack“

**Größe:**

Für 12 - 20 Personen geeignet.

**Lernziel:**

Die Übung dient dazu, den Eltern einen Überblick über legale, illegale, stoff- und nicht stoffgebundene Suchtmittel zu geben.

Die Eltern lernen die alltäglichen Suchtmittel kennen. Sie gewinnen die Erkenntnis, dass das Thema Sucht mehr umfasst als die Substanzen Haschisch oder Heroin. Es findet eine Sensibilisierung für das eigene Suchtpotenzial statt.

**Material:**

Kartoffelsack oder große Papiertüte, pro Teilnehmer/in ein Gegenstand (u.U. mehrere zum selben Symbol).

**Anleitung:**

Der Seminarleiter wählt vor Beginn der Übung Gegenstände aus, die einen direkten Bezug zu den verschiedenen Suchtmitteln herstellen.

Beispiele:

Alkoholfflasche, Zigarettenschachtel, Kochbuch, Anzeigen von Spielhallen, Videokassette, Musikkassette, Kleber, Tafel Schokolade, Fernsehzeitschrift, Tablettenpackung, CD-ROM, Barbiepuppe, Handy, Miniaturauto, Hammer etc.

Der Reihe nach nimmt sich jede Person mit geschlossenen Augen einen Gegenstand heraus und überlegt, ob ein persönlicher (Sucht-) Bezug hergestellt werden kann.

Die Seminarleitung kann das Gespräch mit folgenden Fragestellungen vertiefen:

- Zu welchen Zeiten spielt der Gegenstand für die Person eine Rolle?
- Mit welchen Gefühlen verbindet diese den Gegenstand?
- Was würde passieren wenn der Person der Gegenstand nicht mehr zur Verfügung stehen würde?
- In welcher Lebenssituationen spielt der Gegenstand für die Person eine Rolle?  
usw.

**Ende:**

Die Übung endet, wenn alle Eltern etwas zu ihren Gegenstand gesagt haben.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> Voigt-Rubio, 1990 Suchtvorbeugung in der Schule -mal ganz anders, Hrsg. Hertha Beuschel-Menze AOL S.55

## Anlage 2 „Legeübung Drogen“

### Größe:

Geeignet für bis zu 15 Personen

### Lernziel:

Über den Entscheidungsprozeß werden die Eltern mit ihren eigenen Werten, Normen und Einstellungen hinsichtlich bestimmter Verhaltensweisen konfrontiert und sensibilisiert.

### Material:

DIN A 5 - Zettel auf denen einzelne Substanzen oder Verhaltensweisen beschrieben sind.

### Z. B.:

<b>Essen</b>	<b>Handy</b>	<b>Zucker</b>	<b>Eifersucht</b>	<b>Computer</b>
<b>Sex</b>	<b>Haschisch</b>	<b>Nikotin</b>	<b>Kaufsucht</b>	<b>Glücksspiel</b>
<b>Heroin</b>	<b>Kokain</b>	<b>Ecstasy</b>	<b>Alkohol</b>	<b>Speed</b>
<b>LSD</b>	.....	.....	.....	.....

### Anleitung:

Auf den Boden werden die DIN A 5 – Zettel, auf denen einzelne Substanzen oder Verhaltensweisen bezeichnet sind, verteilt.

Ein Elternteil soll nun die Zettel nach ihrer vermeintlichen Gefährlichkeit ordnen. Danach besteht ausreichend Gelegenheit die nun festgelegte Reihenfolge zu diskutieren.

### Ende:

Wenn der Diskussionsprozess sich erschöpft hat oder die Kursleitung ein Ende setzt.

## **Anlage 3 „Der Joint ist heiß“**

### **Vorbemerkungen**

Der Seminarleiter sollte sich mit dem Thema Drogen im Vorfeld auseinandergesetzt haben.

Dieses Spiel wurde konzipiert, um Infos zum Thema Drogen in möglichst spannender und unterhaltsamer Art und Weise an Jugendliche weiterzugeben. Im Vordergrund steht daher auch Spaß, Spannung und Freude zu erleben. Unterschiedliche Ebenen sollen angesprochen werden. Jeder einzelne Teilnehmer kann sich mit seinen Fähigkeiten einbringen, indem er vielleicht ein guter Schauspieler ist, gut pantomimisch etwas darstellen kann, gut raten kann, sein Wissen über Drogen einbringen kann oder wortgewandt ist.

In mehr als 200 Einsätzen mit dieser Spielidee haben wir in Herford bisher gute Erfahrungen gemacht.

Die einzelnen Fragen können je nach Zielgruppe verändert oder ausgetauscht werden.

### **Zielgruppe / Größe**

**Anmerkung: max.30-35 Personen**

Für 7er bis 10er Schuljahrgänge

Die Übung eignet sich ebenfalls gut in der Elternbildung sowie auf Multiplikatoren-schulungen.

### **Benötigte Materialien:**

Vorbereitete Fragekarten (siehe Schaubild)

Tesa- oder Krepppapier (zum Aufhängen der Fragekarten)

Gesellschaftsspiel „Outburst“

Gesellschaftsspiel „Tabu“

Heft mit Tintenklecks vom Gesellschaftsspiel „Therapie“

Eine Tüte M&M's

3 Wassergläser

1 oder 2 Sanduhren (in den Spielen „Outburst“ und „Tabu“ enthalten)

Activitykarten aus dem gleichnamigen Gesellschaftsspiel

### **Anleitung**

Vorbereitung

Die Fragekarten sollten an der Wand hängen. Drei Tische mit genügend Stühlen sollten um die Fragekarten gruppiert sein.

Einführung

Begrüßung zur Gameshow „Der Joint ist heiß“. Die Teilnehmer sollten sich in drei gleich starke Gruppen aufteilen. Jede Gruppe sollte sich einen Clannamen überlegen, wie z.B. „Die geilen Brötchen“, „Madame Ecstasy“, „Die Looser“, „Kampftrinker II“ (jeder Name ist erlaubt).

Damit wird die Gruppenidentität gefördert und das Ansprechen der Gruppen wird durch den Seminarleiter erleichtert.

Danach bekommt jede Gruppe ein Wasserglas überreicht, in dem die gewonnenen Punkte (M&M's, Gummibären etc.) gesammelt werden. Es kann noch ein Wächter des Glases (der Punkte) bestimmt werden (Hinweis geben, die Punkte nicht zu essen!).

### Durchführung

Die Gruppe links von der Seminarleitung fängt an. Jede Gruppe hat eine Minute Zeit, um die ausgewählte Frage zu beantworten. Ist dies nicht möglich, geht die Frage an die nächste Gruppe und falls diese auch noch passen muss, an die letzte Gruppe. Wird eine Frage richtig beantwortet, werden die auf der Karte aufgeführten Punkte verteilt und die nächste Gruppe kommt zum Zug.

Ausnahme: Sonderfragen, Tintenklecks (5 Punkte), Konfliktfragen (7- 10 Punkte)

Bei den Konfliktfragen hat die Gruppe ca. 3 Minuten Zeit, sich ein Anspiel auszudenken. Dazu haben wir die Gruppe immer aus dem Raum geschickt. Mit den verbleibenden Teilnehmern haben wir zur Zeitüberbrückung „Tabu“ gespielt (pro geratenen Begriff 1 Punkt). Zum Teil führen wir Activitykarten ein: ein Doppelbegriff muss pantomimisch erklärt werden (pro geratenen Begriff 3 Punkte).

### Ende / Zeitdauer

Das Spiel ist beendet, wenn alle Fragen gewählt worden sind. Die Gruppen sollen dann ihre Punkte zählen und anschließend verzehren.

Das Spiel dauert ca. 1,5 Stunden. Kürzungen sind möglich, wenn z.B. Fragen weggelassen werden.

(In der Regel haben wir keine Pausen gemacht, da eine hohe Aufmerksamkeit bei den Teilnehmern erreicht wurde.)

### Spielaufbau konkret

Schaubild der Joint ist heiß				
Substanzen	Einnahme/ Wirkung	Konflikte	Gefährdung	Szenesprache
1	1 Outburst	1	1	1
2	2	2 Outburst	2	2
Outburst	3	3	3	3
3	4	4	4	4
4	5	5	5 Outburst	5
5	6	6	6	6
6	7	7	7	7 Outburst

## Konflikte

- 1. Stellt euch vor, ein Schüler ist beim Haschischkonsum in der Schule erwischt worden.**  
*Benennt ein gutes Beispiel wie Schule reagieren sollte, benennt ein schlechtes Beispiel wie eurer Meinung nach Schule nicht reagieren sollte!*
- 2. Ihr habt die ganze Nacht durchgesoffen, hängt über'm Klo und reihert. Oma kommt rein und sieht das Dilemma.**  
*Stellt eine mögliche Reaktion dar.*
- 3. Ihr kommt zum Mittagessen nach Hause und werft den Satz in die Runde: „Mama, Heroin ist eine interessante Droge.“**  
*Zeigt uns eine mögliche Reaktion!*
- 4. Ihr geht auf eine Party und trefft dort eure Traumfrau/-mann.**  
*Was wäre eine gute Möglichkeit, um Kontakt zu ihr/ihm zu bekommen?*
- 5. Ihr seid schon seit Jahren in einer total netten Clique, seit einigen Wochen bemerkt ihr, dass ein Junge täglich Alkohol trinkt. Er schwänzt die Schule und hat auch sonst jede Menge Probleme.**  
*Zeigt uns, wie die Clique reagieren könnte.*
- 6. Auf einer Geburtstagsfeier packt eure beste/bester Freund/Freundin eine Haschischpfeife aus und bietet euch an, das Haschischrauchen zu lernen.**  
*Zeigt uns eine mögliche Reaktion.*

## Substanzen

### 1. Glücksfrage

**10 Punkte**

Aus welcher Pflanze wird Haschisch oder Marihuana gewonnen, wie unterscheiden sie sich, welche Anbauländer kennt ihr?

- a) Hanf/ Cannabis*
- b) Haschisch - abgesonderter Harz (meist gepresste Platten)  
Marihuana - harzhaltige Pflanzteile (Gras)*
- c) Nordafrika, Asien*

### 2. Fintenklecks

### 3. Nennt wenigstens 2 Substanzen, mit denen Heroin gestreckt wird!

*Zucker, Mehl, gestampfte Tabletten, Waschpulver, ...*

### 4. Hilfsmittel bei Aufhörversuchen beim Rauchen?

*NikotinPflaster, Akupunktur  
Hypnose, Nikotinkaugummi  
Buch, Bupropion*

### 5. Wann beginnt eine Alkoholvergiftung?

*Wenn ihr über dem Klo hängt und kotzt habt ihr eine.*

### 6. Welche Droge wird aus den pflanzlichen Wirkstoffen der Muskatnuss oder der Petersilie abgeleitet?

*Ecstasy*

## Einnahme/ Wirkung

#### 1. Was ist häufig Auslöser einer Glücksspielabhängigkeit?

*Eine Gewinnerfahrung.*

#### 2. Was ist mit dem Begriff „Spiegeltrinken“ gemeint?

*Jeden Tag eine bestimmte Menge Alkohol konsumieren (Alkoholpegel). Die Leute wirken nicht betrunken.*

#### 3. Nenne 3 verschiedene Einnahmeformen von Haschisch!

*rauchen (Joint, Blubber ...)*

*essen (Haschischkuchen/~kekse)*

*trinken (Haschischtee)*

#### 4. Fintenklecks

#### 5. Welche Droge fördert die sogenannte „Scheißegalhaltung“?

*Haschisch.*

#### 6. Glücksfrage

**10 Punkte**

#### Bennt wenigstens 3 Auswirkungen von Ecstasy!

*Depressionen, psychische Abhängigkeit, Gewichtsverlust.*

*Anfälligkeit für Infektionskrankheiten.*

## Gefährdung

#### 1. Welche Drogen machen körperlich und seelisch abhängig?

#### Bennt wenigstens 3 Substanzen.

*Nikotin, Alkohol, Medikamente, Heroin*

#### 2. Fintenklecks

#### 3. Glücksfrage

**10 Punkte**

#### a) An welcher Droge sterben die meisten Leute?

**b) Wieviele etwa jährlich in der BRD?**

**c) Nennt wenigstens eine körperliche Erkrankung.**

a) *Nikotin*

b) *~ 140 000*

c) *Lungenkrebs, Raucherbein*

**4. Bei welcher Droge ist der sogenannte „Horror - Trip“ möglich?**

*LSD.*

**5. Welchen Personengruppen wird empfohlen, keine Ecstasypillen zu werfen?  
(Mindestens 3 Nennungen)**

*Personen - mit Kreislaufproblemen*

- *mit Herzrhythmusstörungen*

- *mit Asthma*

- *mit Zucker (Diabetes)und*

- *Epileptikern.*

**6. In welchen Situationen sollte man keinerlei Drogen konsumieren?**

*Arbeit, Straßenverkehr, Schwangerschaft.*

*Wenn man sich schon schlecht fühlt.*

*Wenn man schon andere Substanzen konsumiert hat.*

*Wenn man eh schon körperlichen Krankheitssymptomen ausgesetzt ist.*

**Pro Nennung 1 Punkt.**

## Szenesprache

**1. Welche Droge wird auch mit „Schore“ bezeichnet?**

*Heroin.*

**2. Was ist mit der Bezeichnung „eine Pappe werfen“ bezeichnet?**

*LSD konsumieren.*

**3. Was sind „Teile“?**

*Ecstasy.*

**4. Was ist mit dem Begriff „Edelpeppen“ gemeint?**

*Die Einnahme von Kokain.*

**5. Was ist „Mock“?**

*Haschisch.*

**6. Was ist ein „Blech rauchen“?**

*Heroin konsumieren. Heroin wird auf Alufolie gelegt und erhitzt. Die aufsteigenden Dämpfe werden inhaliert.*

**Entwickelt von der Fachstelle für Suchtprophylaxe, Diakonisches Werk Herford**

### **Das Gesellschaftsspiel „Tabu“**

Tabu ist ein beliebtes Spiel zum Training sprachlicher Kompetenz.

Unterschiedlichste Begriffe müssen erraten werden, wobei bestimmte Worte zur Erklärung nicht benutzt werden dürfen.

Ein Beispiel:

Eine Person hat die Aufgabe der eigenen Gruppe den Begriff „Feuerwerk“ so zu umschreiben, dass die anderen diesen Begriff möglichst schnell erraten. Hierbei dürfen aber folgende Worte zur Beschreibung von „Feuerwerk“ nicht benutzt werden: Himmel/Rakete/Bunt/Silvester/Neujahr – sind tabu !

Man weiß, was man gerne sagen möchte, wenn man doch nur die Worte finden könnte.

MB Spiele, ab 12 Jahre

### **Das Gesellschaftsspiel „Outburst“**

Outburst ist ein explosives Tempospiel mit 600 Stichworten und 6000 Antworten.

Jedes Stichwort steht auf einer Karte und enthält 10 vorgegebene Antworten.

Für jede richtige Antwort erhält die ratende Gruppe einen Punkt.

Ein Beispiel:

Stichwort – Wonach können Menschen süchtig werden?

Antworten: Rausch-

gift/Sex/Alkohol/Nikotin/Koffein/Glücksspiel/Schokolade/Tabletten/Arbeit

Computer.

Parker Spiele

### **Das Gesellschaftsspiel „Therapie“**

Aus diesem Spiel haben wir die Kategorie Tintenklecks entliehen.

Die Teilnehmer haben die Möglichkeit Punkte zu gewinnen, indem sie die Bedeutung des Kleckses richtig raten. Hierbei stehen ihnen 3 Möglichkeiten einer richtigen Antwort zu Verfügung.

MB Spiele

#### **Anlage 4**

Karten der Kraft

Beispielhaft wird nachfolgend die Karte des Adlers und ihrer Bedeutung angeführt.

**Anmerkung:**  
**Bild siehe weiteren**  
**Mail-Anhang**  
**(einfügen!!)**

Adler:

Der Adler ist das Symbol für Freiheit in Deinem Leben. Er will Dich daran erinnern, wie frei der Himmel ist und er wird Dich bitten der Freude Deines Herzens zu folgen .

Aus:

Jamie Sams/David Carson

Karten der Kraft

Windpferd Verlag ISBN 3-89385-037-6

## Zweiter Schulungsabend

### Anlage 5

Signale und Verhaltensweisen die auf Drogenkonsum hinweisen können

#### Äußere Hinweise wie

- Vernachlässigung der Körperpflege,
- tragen bestimmter Symbole,
- ein immenser Geldbedarf,
- ein hohes Maß an Unzuverlässigkeit (häufiges zu spät kommen, Absprachen nicht einhalten etc.),
- Fixierung nur auf Freizeit, wenig Interesse an Schule oder beruflicher Ausbildung,
- Auffinden von Rauchgeräten und Konsumutensilien,
- hoher Krankenstand,
- Verlust der Fahrerlaubnis.

#### Veränderungen im Verhalten wie

- Schul- und Arbeitsleistungen sinken auf allen Gebieten ab,
- der Freundeskreis wird plötzlich aufgegeben oder wechselt häufig,
- Rückzug in die Isolation,
- Nachlassen von beruflichen Interessen, Hobbys werden aufgegeben bis hin zur Teilnahmslosigkeit.
- Schul- oder Arbeitsabbruch verbunden mit völliger Resignation,
- deutliche Stimmungsschwankungen (aggressiv, teilnahmslos),
- einnicken in unangemessenen Situationen.

#### Körperliche Signale wie

- Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust,
- Magenprobleme,
- Einschlafschwierigkeiten bzw. Schlaflosigkeit,
- hohe Anfälligkeit für Infektionskrankheiten (z.B. der Harnwege),
- Hyperaktivität, immenser Bewegungsdrang, große Unruhe, hohes Mitteilungsbedürfnis,
- oder das Gegenteil, wie ein Trancezustand,
- gerötete Augen, geweitete oder stecknadelgroße Pupillen, Händezittern oder Schweißausbrüche.

#### Veränderungen im direkten Umgang wie

Häufige Stimmungsschwankungen,

- Gefühlskälte,
- depressive Gedanken,
- Abbruch oder Rückzug aus der Kommunikation.

**Merke: Genannte Auffälligkeiten sind isoliert betrachtet wenig aussagekräftig und sollten daher nicht überbewertet werden!**

**(Marlene Stelte-Schmökel, Angehörigenarbeit DROBS, Diakonisches Werk Herford)**

**Uwe Holdmann, Fachstelle für Suchtprophylaxe, Diakonisches Werk Herford)**

## Anlage 6

### Hinweise zur Führung von Erstgesprächen bei Verdachtsmomenten

#### Vorher:

- Wo sprechen Sie (Räumlichkeiten, Sitzordnung)?
- Vermeiden von „Tür- und Angelgesprächen“
- Wie viel Zeit haben / geben Sie?
- Wer ist an dem Gespräch beteiligt?
- Beobachtungen sammeln,
- Beobachtungen vor dem Gespräch mit einer Vertrauensperson durchsprechen,
- eigene Sachkenntnisse überprüfen,
- eigenen Umgang mit Suchtmitteln hinterfragen,
- Haltung bzw. Einstellung zum Gegenüber vergegenwärtigen,
- Tatsachen von Vermutungen, Befürchtungen und Unterstellungen trennen,
- eigenes Gesprächsziel klären,
- Verschwiegenheitsvereinbarung möglich/notwendig?

#### WIE ? :

- Beobachtungen mitteilen, Darstellung des Fehlverhaltens,
- festgestellte Veränderungen dem früheren Verhalten gegenüberstellen, ggfs. Zusammenhang zum Suchtmittelkonsum herstellen,
- in „Ich-Form“ sprechen,
- Befürchtungen, Sorgen, Konsequenzen benennen,
- Achtung: Kein Verhör, ohne Vorwürfe, nicht provozieren lassen, Befürchtungen nicht vorschnell zerstreuen lassen, hinter abstreiten und lügen könnten Ängste und brennende Probleme stecken,
- Ziel : Die Situation klären ohne Geständnisse zu erzwingen.

#### Fragenvorschläge :

- Was gibt dir der Konsum?
- Siehst du für dich Risiken?
- Woran würdest du bemerken, dass du Probleme hast?
- Gab es schon mal etwas, das geholfen hat?
- Gibt es Veränderungswünsche?
- Was wäre das Schlimmste was passieren könnte?
- Was müsste ich tun, damit du den Kontakt abbrichst?

#### Ein gemeinsames lösbares Ziel ansteuern :

- Klare Vereinbarungen treffen, was passiert wenn, sie nicht eingehalten werden?
- Aufgabenverteilung vornehmen,

- Regelungen/Kontrollen festlegen,
- Konsequenzen vereinbaren,
- Notbremsen absprechen,
- Kontaktaufnahme zu anderen Institutionen vorsehen,
- Vereinbarung eines weiteren Gesprächs treffen.

**Fragestellung:**

**Was nehmen Sie sich in den nächsten 4 Wochen, bezogen auf die oben beschriebene Gesprächssituation, vor?**

**Merke: Das Drogenproblem ist keine Ursache, sondern ein Hinweis auf zu lösende Probleme!**

**(Marlene Stelte-Schmökel, Angehörigenarbeit DROBS Herford  
Uwe Holdmann, Fachstelle für Suchtprophylaxe Herford  
in Trägerschaft des Diakonischen Werkes)**

## Anlage 7

### Leuchtturmmodell

„Eine Bootsfahrt mit Hindernissen“

*Dieses Bild eignet sich ausgesprochen gut, mit Eltern über Entwicklungsaufgaben von Jugendlichen in der Pubertät in den Austausch zu kommen.*

*Es werden dargestellt:*

- *Aufbau sexueller Beziehungen*
- *Ablösung von der Herkunftsfamilie*
- *Entwicklung der eigenen Geschlechterrolle*
- *Erwerb einer anerkannten Position in der Gleichaltrigengruppe*
- *Eigenes Werte- und Normensystem*

*Auch die Eltern werden in den Focus genommen unter der Fragestellung, inwieweit Erwachsene für das Erwachsensein in einer authentischen Weise so werben, dass Jugendliche sich gern auf den Weg machen. In der Bildmetapher bedeutet dies: Vom Ufer des Kind-Seins vertrauensvoll ablegen, sich auf den Weg machen hin zum Ufer des Erwachsen-Sein.<sup>25</sup>*

**Bild ! Siehe weiteren Mail-Anhang**

---

<sup>25</sup> Landschaftsverband Westfalen-Lippe 1999, Koordinationsstelle Sucht, Claudia Kahr, Peer group education Manipulation oder Partizipation, S.13-17

## **Anlage 8**

### **Wie bringt man Eltern dazu einen zu verstehen ? ( ein völlig „ernster“ Leitfaden für ihre Kinder)**

Viele Eltern bemühen sich bis zum 12. Lebensjahr gute Eltern zu sein.  
Dann geschieht eine unheilvolle Wandlung:

- sie verstehen ihre Kinder nicht mehr,
- sind intolerant, frech, engstirnig,
- haben wechselnde Launen.

Dazu sind die Kommunikationsformen recht einfallslos. Schreien, provozieren, Intoleranz, pures Unverständnis.

Als Jugendlicher muss man allerdings noch einige Jahre mit ihnen aushalten.

Daher brauchen Eltern klare Grenzen und Orientierung in welchen Bereichen ihre Einmischung gebraucht wird bzw. gewünscht ist (z. B. eigenes Zimmer, Schubladen, Post).

In Badezimmer, Küche und Wohnzimmer gilt das Ordnungsprinzip der Eltern.

#### Eltern brauchen Kontakt

Sie sind angewiesen auf Gesprächsangebote von ihren Kindern.  
Sie befinden sich in einer schwierigen Zeit des Umbruchs.

Einige Fragen der Kinder werden sie im Innersten treffen, wie:

- Wie gestaltest du dein Leben?
- Hast du das Leben geführt was du wolltest?
- Bist du ehrlich zu dir oder machst du dir was vor?

Diese Fragen sind genauso schwer zu ertragen wie für Kinder die Sätze:

- Schneide deine Haare!
- So gehst du mir nicht aus dem Haus!
- Wie siehst du bloß aus!

Trotzdem brauchen Eltern die Gesprächsangebote ihrer Kinder, auch wenn sie aus der Fassung gebracht werden oder sich über manche Fragestellung schon jahrelang nicht mehr unterhalten haben.

#### Eltern brauchen Informationen

In einer schnelllebigen Zeit brauchen Eltern die Hilfe ihrer Kinder um ihnen die Welt elterngerecht zu erklären.

Es ist hilfreich möglichst frühzeitig damit anzufangen, das beinhaltet auch Gespräche über heikle Themen.

### Achtet auf den sozialen Umgang eurer Eltern

Kennt ihr den Freundeskreis eurer Eltern, ihre sozialen Kontakte?

Wer steht den Eltern nahe?

Manche Eltern kapseln sich ab, neigen zum Rückzug.

Bedenkt, eure Eltern waren die letzten Jahre sehr auf euch fixiert, gebt ihnen Zeit zur Umorientierung.

Eltern pendeln in dieser Zeit zwischen großer Nähe und Versorgung einer- und zunehmenden Freiheitsdrang andererseits.

Bedenkt, auch Eltern sind einem Anpassungsdruck unterworfen (Nachbarschaft, Traditionen, Schrebergarten usw.).

### Mut zu angemessenen Risiken

Ihr könnt eure Eltern nicht durch alle Schritte der Entwicklung tragen. Sie müssen selber Grenzen erfahren und mit angemessenen Risiko den nächsten Schritt tun.

Bitte keine Überforderung. Überlegt, wie lange ihr die Eltern am Abend und am Wochenende alleine lassen könnt.

Daher die Frequenzen der Abwesenheit langsam steigern und zur Sicherheit, dass Eltern auch ohne euch klarkommen, ruft einfach mal überraschend an.

### Loslassen

Das schwierigste Thema überhaupt. In der Beziehung zwischen Eltern und Jugendlichen können Jugendliche sehr viel tun um ihren Eltern diesen Schritt zu erleichtern. Umgekehrt bedeutet dies auch, die Eltern loszulassen.

Das ist nicht einfach, wer verzichtet schon gerne auf das „Hotel Mama“.

Je eher die Beziehung zwischen Kindern und Eltern erwachsen wird, desto eher passieren Unterstützung und Hilfe im gegenseitigen Austausch.

Die Verantwortung für euch selbst wird Eltern anfangs irritieren. Mutet es ihnen aber ruhig zu!

Fallt nicht auf Tricks und Bitten der Eltern herein, wenn sie zur alten Abhängigkeit einladen, und bedenkt nur: Wenn Eltern sehen, dass das Zimmer mal aufgeräumt ist und ihr mit dem Taschengeld klarkommt werden sie überzeugt!<sup>26</sup>

---

<sup>26</sup> Bundesministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales Österreich 2002 Hrsg, Renate Brosch/Günter Junhnke, Zum Thema Sucht: Jugendliche, S.41-47

## **Dritter Schulungsabend**

### **Anlage 9 Konfliktbewältigung mit Jugendlichen**

#### **Zielgruppe, Größe**

Eltern, Multiplikatoren

Die Übung ist für 12 bis 25 Personen geeignet

#### **Lernziel**

Die Teilnehmer/Innen sollen sich über gängige familiäre Konfliktthemen austauschen und sich gegenseitig neue Handlungsspielräume eröffnen.

Vorrangig soll die Elternkompetenz im Sinne von Eltern zu Eltern gestärkt und gefördert werden.

#### **Material**

- Vorbereitete Zettel, auf denen Konfliktthemen vermerkt sind
- Briefumschlag
- Stifte und Papier
- Klebstoff

##### **Themen Kleingruppe 1**

- Ausgangszeiten
- Kleidung
- Aussehen , Haare, Tatoos, Piercing

##### **Themen Kleingruppe 2**

- Ordnung
- Hilfe im Haushalt
- Taschengeld

##### **Themen Kleingruppe 3**

- Freundeskreis
- Schulleistungen
- Zigaretten, Alkohol, Haschischkonsum
- Freund, Freundin

##### **Themen Kleingruppe 4**

- Fernsehen und Computer
- Abgrenzung von Familie
- Politische, gesellschaftliche Einstellungen

#### **Anleitung**

Die Gruppe wird in 3 bis 4 Kleingruppen aufgeteilt. Die Eltern bekommen die Briefumschläge mit den Konfliktthemen überreicht.

Zuerst sollen sie in der Gruppe eine Konflikthierarchie festlegen und die Themen nach Wertigkeit und Häufigkeit auf einen größeren Zettel aufkleben, anschließend sich über drei der vorgegebene Konfliktthemen austauschen.

Hilfreiche Reaktionen oder Umgangsweisen sollen notiert werden.

Anschließend soll in der Gesamtgruppe das Arbeitsergebnis vorgestellt werden.

## **Anlage 10**

### **Konfliktübung „Alles oder nichts“**

#### **Zielgruppe, Gruppengröße**

Sowohl für Jugendliche ab 13 Jahren als auch für Erwachsene geeignet.  
Für Gruppen von 8 bis 35 Personen, wobei sich nur 8 Personen aktiv einbringen.

#### **Lernziel**

Unterschiedliches Konfliktverhalten von Menschen wird sichtbar. Die Gruppe wird für das eigene Konflikt- und Risikopotenzial sensibilisiert.

#### **Material**

Genügend Stühle sollten im Raum vorhanden sein

#### **Anleitung**

In der Gruppe wird abgefragt, ob 8 Freiwillige bereit sind an der Übung teilzunehmen und 2,00 € einzusetzen (Jugendliche 0,50 €), die sie eventuell verlieren können, aber es besteht auch die Möglichkeit, viel zu gewinnen.

Wenn sich 8 Eltern gefunden haben werden diese aufgefordert, sich mit ihrem Stuhl in die Mitte des Kreises zu setzen.

Dann wird von der Projektleitung das Geld eingesammelt.

Die Spielaufgabe wird erst jetzt mitgeteilt.

- Die Teilnehmer müssen sich in 10 Minuten **einstimmig** darüber verständigen, wer von ihnen das gesamte Geld bekommt.
- Die Person muss das Geld für sich nutzen, darf nicht nachträglich die Gruppe einladen und auch nicht das Geld spenden.

Falls die Gruppe sich nicht einigen kann, geht das gesamte Geld an die Seminarleitung.

Die Freiwilligen werden aufgefordert, sich Gedanken zu der anstehenden Diskussion zu machen; in der Zwischenzeit wird die Gruppe abgefragt, welche Person ihr Favorit ist und die Zuschauer bekommen Beobachtungsaufgaben (wer nimmt die Diskussion in die Hand, wer redet viel, wer kann gut zuhören ? )

Dann wird der Startschuss gegeben und die erste Person bestimmt, die ihre Argumente vortragen soll. Es sollte darauf geachtet werden, dass zumindest jeder Teilnehmer im Innenkreis seine persönlichen Argumente mitteilen kann.

In regelmäßigen Abständen wird von der Projektleitung das verbliebende Zeitkontingent mitgeteilt.

#### **Auswertung:**

- Wie ist es den Freiwilligen ergangen?
- Was hat das mit Sucht zu tun?
- Wie fühlt sich die Person, die das Geld bekommen hat?
- Stichwort „Gruppendruck“
- Stichwort „Konfliktfähigkeit“
- Wie schwer war das, für euch selbst einzutreten?<sup>27</sup>

---

<sup>27</sup> Klaus W. Vopel, 1994 Interaktionsspiele für Jugendliche B.4, S.136

## 8.2 Literaturliste

Eckhard Schiffer Warum Huckleberry Finn nicht süchtig wurde Beltz Verlag ISBN 3886798127	I. Ehmke/H. Schaller Kinder stark machen gegen die Sucht Herder Verlag ISBN 3-451-04538-9
Linde von Keyserling Wer träumt, hat mehr vom Leben Patmos Verlag ISBN 3491500028	Astrid von Friesen Geld spielt keine Rolle Erziehung im Konsumrausch Rohwelt ISBN 3 498 02067 6
Virginia Satir Kommunikation, Selbstwert und Kongruenz Junfermann Verlag ISBN 3873870185	Nitsch, Cornelia Beide Hände reich ich dir... die schönsten Familienrituale, mit vertrauten Sachen Kindern Halt und Geborgenheit geben Mosaik-Verlag ISBN 3442162122
Virginia Satir Sei direkt Junfermann Verlag ISBN 3873871084	Kunze Petra/Salamander Catharina Die schönsten Rituale für Kinder GU-Ratgeber ISBN3774248036
Martin Nörber Handbuch Peer-Education Bildung und Erziehung von Gleichaltrigen durch Gleichaltrige Beltz/Votum ISBN 3933158656	Wall Kathleen/Ferguson Gary Rituale für das Leben Für intensive Auseinandersetzung mit dem Thema München 1996 ISBN 3880348766
Petra Andreas –Siller Kinder und Alltagsdrogen Peter Hammer Verlag ISBN 3872944657	Schnack Dieter/Neutzling Rainer Kleine Helden in Not Jungen auf der Suche nach Männlichkeit Rowohlt Verlag ISBN 3499182572
Nitsch Cornelia/Beil Brigitte Pubertät? Kein Grund zur Panik Ein Buch für Töchter, Söhne, Mütter und Väter Mosaik-Verlag, München ISBN 3442165598	Thomas Gorden Die neue Familienkonferenz Heyne Verlag ISBN 3-453-07861-6
Marshall Peter Take it easy Anleitung für gestresste Eltern und genervte Teenager Campus-Verlag ISBN	Pipher Mary Pubertätskrisen junger Mädchen und wie Eltern helfen können Wolfgang Krüger-Verlag ISBN 381051506
Barthold Strätling Sucht beginnt im Kindesalter Südwest Verlag ISBN 3-517-01648-9	

## **Autoren/innen**

Marion Hölscher

Jahrgang 75, Diplom-Verwaltungswirtin, Oberinspektorin, seit 1993 beim Landschaftsverband Westfalen-Lippe, Landesjugendamt und Westfälische Schulen, Koordinationsstelle Sucht, Bereich Beratung und Service

Uwe Holdmann,

Jahrgang 64, nach Abschluss der Diakonenausbildung Bethel und der Aufbauausbildung in systemischer Therapie am niedersächsischen Institut Hannover seit mehr als 9 Jahren in der Suchtvorbeugung der Fachstelle im Diakonischen Werk Herford tätig.

Seit 1999 ist die Fachstelle für Suchtvorbeugung ein eigenständiger Bereich der Suchthilfe und widmet sich ausschließlich der Vorbeugung im Bereich legaler und illegaler Substanzen, sowie der Glücksspielsucht.

Nikotintherapeut für Erwachsene und Jugendliche

Publikationen: Biologie in der Schule, 1997, „Praxis des Unterrichts - Morphin und Ecstasy“

Eva Liesche

Jahrgang 61, Nach Abschluß des Studiums in Bielefeld seit 15 Jahren zunächst in der Drogenberatung, dann in der Fachstelle für Suchtvorbeugung tätig. Ausbildung in systemischer Therapie in Weinheim.

Ausbilderin und Supervisorin u.a. beim deutschen Kinderschutzbund.

Doris Sarrazin

Jahrgang 52, Diplom-Pädagogin und Diplom-Sozialpädagogin, Zusatzausbildungen in systemischer Familientherapie (IFW) und Themenzentrierter Interaktion (WILL international), 1977-1991 Fachreferentin für Eltern- und Familienbildung, seit 1991 in verschiedenen Feldern der Suchthilfe tätig. Seit 1995 beim Landschaftsverband Westfalen-Lippe, Mitarbeiterin der Koordinationsstelle Sucht.