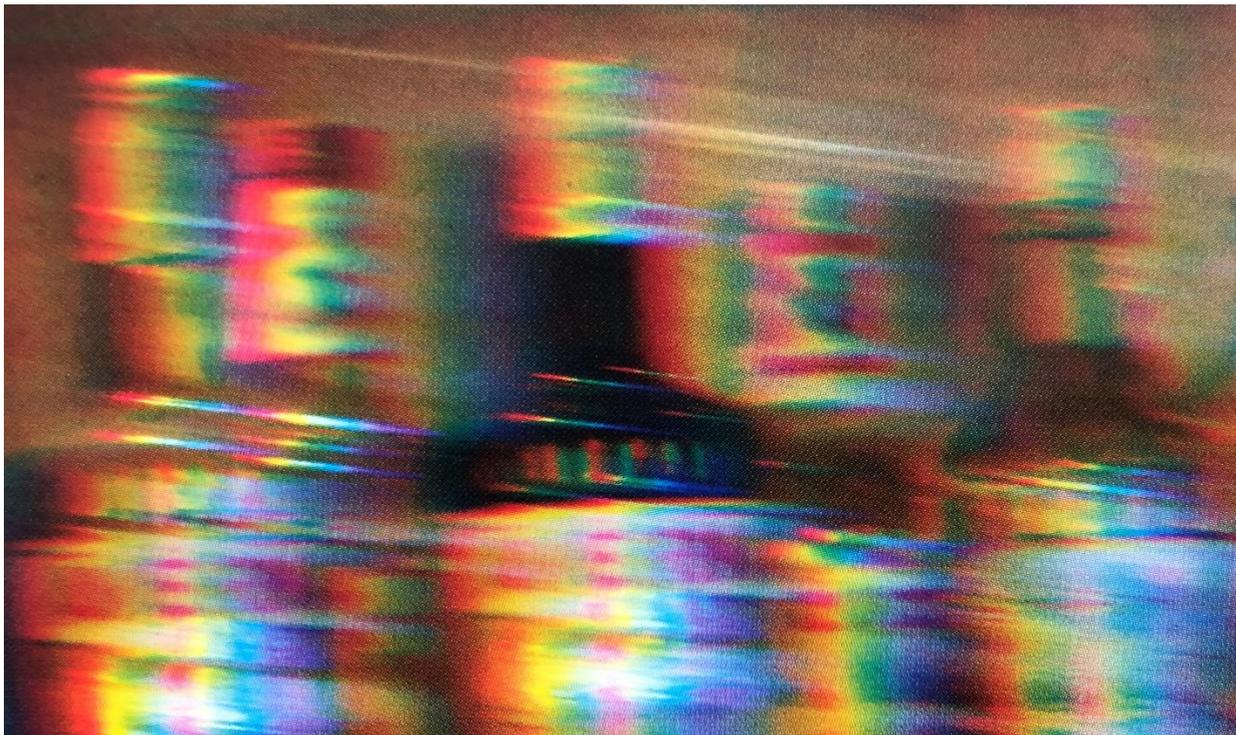


„Ich sehe alles doppelt!“

Mit der Rauschbrille erleben, wie sich Alkohol- und Drogenkonsum auf die Wahrnehmung und Reaktionsfähigkeit auswirkt



Mit den Rauschbrillen können Jugendliche und Erwachsene in nüchternem Zustand erleben, wie Alkohol- oder Drogenkonsum die eigene Wahrnehmung und Reaktionsfähigkeit beeinträchtigt. Mit ein paar Übungsanweisungen oder einem Parcours wird erlebbar, dass selbst einfache, alltägliche Handlungen nur noch mit Mühe gelingen.

Material zum Ausleihen

Wir verfügen über folgende Simulationsbrillen:

- 2 Alkohol-Rauschbrillen Nacht/Tag mit 0.8 Promille Alkohol
- Restalkoholbrille 0,2 Promille Alkohol
- Drogenbrille, Beeinträchtigung durch illegale Drogen

(inkl. Methodenhandbuch: Suchtprävention mit Rauschbrillen: Praxishilfe und Anwendungsbeispiele (Drogenhilfe Köln)).

Parcours gestalten - Zusatzmaterial aus dem eigenen Fundus

Parcours sind beliebte Publikumsmagnete für Jugend- und Schulfeste, Präventionstage, etc. Sie können in Klassenzimmern, Turnhallen, aber auch im Freien, aufgebaut werden.

Für kleine Erlebnisse oder den Aufbau eines interessanten Parcours können Sie beispielsweise folgende Alltagsgegenstände einsetzen:

- Veloschlösser
- Geldbeutel mit Geldscheinen und Münzen
- „Fussstapfen“, Malerabdeckband oder ähnliches für Bodenmarkierung
- Kleine Bälle (Zerknülltes Papier), Papierkorb o.ä. (draussen Basketballkorb)
- Trottinett/Roller/Skateboard, Fahrrad
- Wasserflasche und Becher
- Wäscheständer und Klammern
- Handy mit Fahrplan-App, Stationsfahrplan
- Schuhe mit Schuhbändeln

Hier ist ihre Fantasie gefragt, solange Sie die Verletzungsgefahr im Auge behalten. Soll eine Zeit gemessen werden, so müssen die Aufgaben natürlich genau definiert werden, z. B. drei Kleidungsstücke mit sechs Wäscheklammern aufhängen. Interessant und realitätsnaher ist es, wenn Zusatzaufgaben gestellt werden wie etwa: Während du die Wäsche aufhängst, darfst du das Natel oder den Hausschlüssel nicht aus der Hand legen.

Diskussion

- Was ist das Ziel des Spiels? Mit Einschränkungen und Störungen der Wahrnehmung umgehen.
- Welche Wahrnehmungsstörungen werden simuliert? Distanzeinschätzung, Doppelsehen, Gleichgewicht, Tunnelblick, Verunsicherung...
- Welche Einschränkungen kämen in der realen Situation immer oder häufig hinzu? Z. B. Übelkeit, Dunkelheit, Kälte, Bus weg etc.
- Was ist noch schlimmer als der Verlust von Hirnzellen, der Lehrfahrbewilligung, des Führerscheins? Selbstüberschätzung (z. B. den Geleisen entlang torkeln, Enthemmung/Kontrollverlust betr. Aggression (inkl. sexueller Aggression), Alkoholvergiftungen sind potenziell tödlich.

Weitere Diskussionsgrundlage oder Aufgabe für Teilgruppen

Clip zur Notfallstation der Lausanner Uniklinik (2012):

<https://www.youtube.com/watch?v=X5ER7J-QnfQ> (Aktualität ist gegeben. Zwar nimmt der Alkoholkonsum insgesamt ab, nicht aber das Rauschtrinken).

Kombinationsmöglichkeiten

Der Rauschbrillen-Parcours kann gut kombiniert werden mit dem Angebot der Fachstelle ASN <http://www.fachstelle-asn.ch>, welche den Teilnehmenden an Fahr simulatoren weitere Erfahrungen und Erlebnisse ermöglicht.

Kontakt

Nicole Nydegger

n.nydegger@sucht-praevention.ch