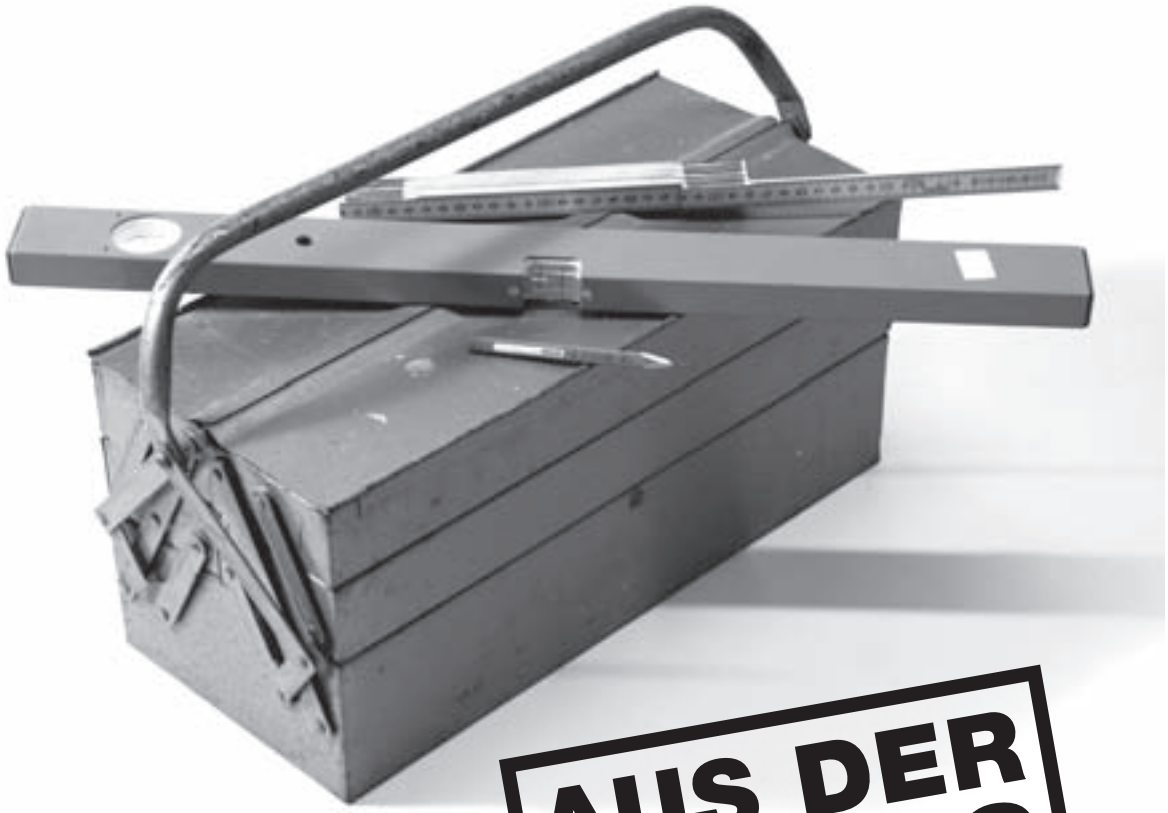


AUS DER PRAXIS

Briefträger, Zahnarzt, Suchtprävention

Kürzlich wurde ich wieder mal gefragt, was ich denn beruflich so mache. Bei dieser Frage wünsche ich mir immer, ich wäre Briefträger oder Zahnarzt, weil das mit der Antwort regelmässig schiefgeht. Als ich Suchtprävention sagte, kam die einfühlsame Rückmeldung: «Das ist sicher sehr belastend, die Arbeit mit diesen süchtigen Menschen?» Ich musste richtigstellen, dass die Menschen, mit denen wir arbeiten, mindestens so gesund sind wie wir beide. Dass sie meist sogar besonders engagiert sind und in ihrer Gemeinde oder Schule besondere Verantwortung für Prävention übernehmen. Bei Suchtprävention gehe es nicht um Behandlung, sondern um fachliche Beratung, um Unterstützung in der Entwicklung von Strategien und Massnahmen zum frühzeitigen Erkennen von Gefährdungen und um rechtzeitige wirksame Intervention. Oder auch um Programme – für gesunde, aber gefährdete Menschen –, welche ein Erkrankungsrisiko verringern. Mein Gegenüber meinte, das töne reichlich abstrakt, darunter könne man sich gar nichts vorstellen. Was wir denn den lieben langen Tag so täten – ganz konkret? Meine Antwort war: Verantwortungsträger beraten, Multiplikatorinnen schulen, Programme für Gefährdete organisieren. Das half ihm aber auch nicht wirklich weiter. Prävention ist offenbar für viele etwas Abstraktes, Nebulöses, nicht Greifbares.

Ein Problem, wenn klare Ziel- und Wirkungsorientierung und gutes Kosten-Nutzen-Verhältnis gefragt sind? Nein! Fragt man nämlich bei direkt Beteiligten in der Praxis nach, ergibt sich ein anderes Bild.

Was die Politikerin über acht Jahre Prävention in der Gemeinde, die Beraterin über ihre Arbeit mit Schulen und der Cannabiskonsument über seine Erfahrungen im Kurs berichten – Prävention im Alltag also –, leuchtet unmittelbar ein. Wirkung und Nutzen liegen auf der Hand. Diese Berichte aus der Praxis möchten wir unseren Leserinnen und Lesern deshalb nicht vorenthalten.

Peter Trauffer, Stellenleitung

info

Gesundheit
Prävention
Intervention

Nr. 37 Sommer 2010

Mitteilungen der
Suchtpräventionsstelle
und des Vereins
für Prävention und
Drogenfragen
Zürcher Oberland

Postfach
8610 Uster

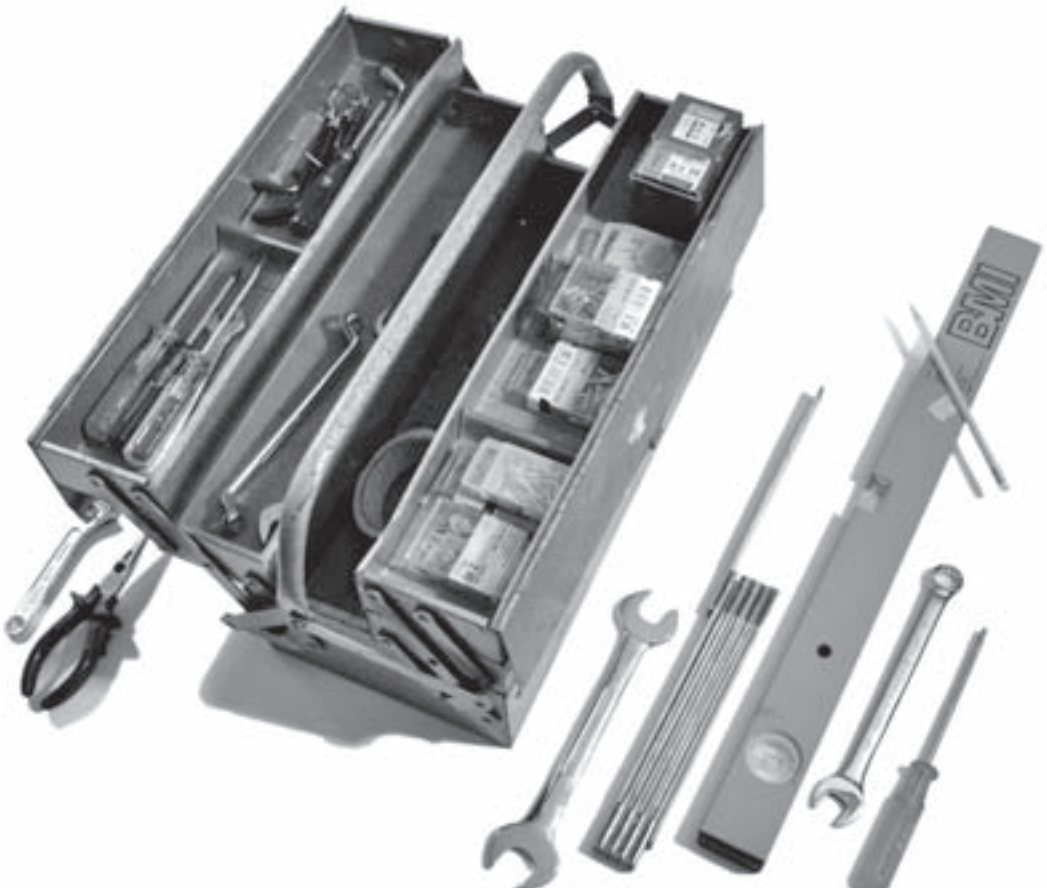
info@sucht-praevention.ch
www.sucht-praevention.ch

Sibylle Feuz ist ausgebildete Organisationsberaterin und Mediatorin. Für die Suchtpräventionsstelle ZO leitet sie den Bereich Schule und begleitet verschiedene Frühinterventionsprojekte. Was Frühintervention ist und was ihre Arbeitsweise ausmacht, erklärt sie im Interview.

«Frühintervention ist auch Teamentwicklung»

Info: Wie entsteht ein erster Kontakt mit der Suchtpräventionsstelle im Bereich Schule?
Sibylle Feuz: Üblicherweise informiert sich zuerst die Schulleitung über das Projekt. Bei Interesse folgt eine Information im Lehrerkollegium. Gemeinsam wird dann über die Durchführung des Projektes entschieden.

Was ist Frühintervention genau?
Wie der Name sagt, geht es darum, Probleme frühzeitig zu erkennen und dann vor allem auch frühzeitig zu handeln. Je früher Entwicklungsstörungen und Schwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen wahrgenommen werden, desto besser stehen die Chancen, ihre weitere Entwicklung positiv zu beeinflussen. Im Schulalltag bedeutet Frühintervention: Die Schulleitung und das Lehrerkollegium entscheiden sich, bei Problemen frühzeitig hinzuschauen und gemeinsam zu handeln.



Worum geht es inhaltlich?
Die Schule soll zu einer gemeinsamen Haltung finden: Was sind problematische Verhaltensweisen? Wann sind Schüler und Schülerinnen gefährdet? Klare Regelungen, wie die Schule dann vorgeht, müssen erarbeitet werden. Wie läuft die Zusammenarbeit mit den externen Fachstellen? Wie werden die Eltern einbezogen? Es soll ein Handlungsplan Frühintervention entwickelt werden, der verbindliche Vorgehensweisen festlegt, der die Prozessabläufe klärt. Davon profitieren die Lehrerpersonen: Klare Absprachen und Zuständigkeiten entlasten, festgelegte Abläufe bei auffälligem Verhalten vermitteln Sicherheit, eine gemeinsame Haltung gibt Rückendeckung.

Das klingt komplex: Wie gehen Sie vor?
Als Erstes erfolgt eine Stärken-Schwächen-Analyse (SPOT), gemeinsam mit dem Lehrerkollegium: Wie haben wir bisher gehandelt? Womit waren wir erfolgreich? Was sollten wir weiterhin tun? Was hat nicht funktioniert? Was müsste geändert oder neu getan werden?
Ziel dieser Auslegeordnung ist es, sichtbar zu machen, welche Strukturen und Ressourcen bereits vorhanden sind und genutzt werden können und wo Optimierungsbedarf besteht. Hat die Schule im Rahmen der externen Schulevaluation bereits eine SPOT-Analyse durchgeführt, bietet sich diese als Grundlage für das Frühinterventionsprojekt an.
Wichtig ist, dass Früherkennung und -intervention in die geplante Schulentwicklung optimal einfliessen können und im Schulprogramm verankert sind.

Wie motivieren Sie die Lehrpersonen zur Mitarbeit?
Grundsätzlich erlebe ich die Lehrpersonen als sehr motiviert. Der Umgang mit verhaltensauffälligen Schülern und die Zusammenarbeit mit deren Eltern sind für die Pädagoginnen oft sehr belastend und kosten sie viel Zeit und Energie. Wenn die Lehrpersonen erkennen, dass sie durch ein Konzept zur Früherkennung und -intervention Entlastung erhalten, sind sie auch bereit, den Aufwand dafür zu leisten.

Können Sie kurz Ihre Arbeitsweise beschreiben?
Wir Beraterinnen unterstützen, beraten und begleiten Schulleitung und Projektgruppe bei Planung, Umsetzung und Evaluation des Projektes. D.h., gemeinsam mit der Projektgruppe planen wir die Kick-off-Veranstaltung und führen sie durch. Anschliessend wird eine genaue Projektplanung erstellt, in welcher die verschiedenen Projektschritte, Zwischenziele und Evaluationen beschrieben sind.
Wichtig ist, dass das Projekt genau auf die jeweiligen Bedürfnisse der Schule abgestimmt ist, deshalb werden die verschiedenen Schritte immer gemeinsam mit der Projektgruppe erarbeitet. Damit wird auch die Nachhaltigkeit von Früherkennung und -intervention in der betreffenden Schule gesichert.

Eine letzte Frage: Wie lange dauert ein solcher Prozess?
Das hängt von den Zielen ab, die sich die Schule gesetzt hat, und natürlich von den Ressourcen, die zur Umsetzung geplant wurden. Ein umfassendes Frühinterventionsprojekt, das im Schulprogramm verankert ist und in die Schulentwicklung einfliessen soll, dauert zwischen zwei und vier Jahren.

Marianne Friedrich ist seit 2002 Gemeinderätin in Weisslingen. Ebenso lange engagiert sie sich auf dem Feld der Suchtprävention. In den acht Jahren hat sich viel bewegt – zum Positiven. Ein Gespräch über Motivation, Freuden und Ziele.

«Präventionsarbeit braucht einen Anfang, kennt aber kein Ende!»

Info: Vor acht Jahren sind Sie als Gemeinderätin in die Suchtprävention eingestiegen. Was haben Sie da vorgefunden?
Marianne Friedrich: Im Zuge der Schliessung der Stadtzürcher Drogenszene wurde die Suchtprävention an die einzelnen Gemeinden delegiert. In Weisslingen hat der Gemeinderat eine Gruppe von interessierten Frauen beauftragt, dieses Thema regelmässig in einem kleinen Zirkel zu diskutieren. Als Gemeinderätin wurde mir dann bald klar: Es braucht andere Gesprächspartner. Wir müssen raus ins Dorf und mit den Vereinen, den Jugendlichen, den Eltern und den Lehrpersonen das Gespräch suchen. Mit Hilfe der Suchtpräventionsstelle haben wir erste Schritte in die richtige Richtung gemacht.

Wie sind Sie vorgegangen?
Als Erstes haben wir einen Runden Tisch ins Leben gerufen. Dort sassen Vertreter aus Vereinen, der Schule und der Jugendarbeit und diskutierten über verschiedene Präventionsthemen. Diese Diskussionen am Runden Tisch haben sich sehr bewährt. Er existiert bis heute.

Mit wem haben Sie besonders intensiv gearbeitet?
Die Schule konnten wir schnell ins Boot holen. Inzwischen haben wir ein rauchfreies Schulhausareal. Lange und intensiv haben wir auch mit den Vereinen gearbeitet. Die Vereine sind in Weisslingen wichtig – ein Grossteil des Zusammenlebens spielt sich hier ab. Gemeinsam haben wir ein Handbuch zum Umgang mit Alkohol an Festanlässen erarbeitet.

Funktioniert das? Machen die Vereine mit?
Wir mussten Verbindlichkeit schaffen, indem wir die Jugendförderbeiträge an bestimmte Auflagen geknüpft haben. So verpflichten sich die Vereine, Veranstaltungen nach diesem Handbuch durchzuführen und regelmässig Weiterbildungskurse zu besuchen. Zudem sind sie verpflichtet, Rechenschaft über die geleisteten präventiven Massnahmen in den Bereichen Sucht, sexuelle Ausbeutung und Gewalt abzulegen. Die Vereine sind sich heute bewusst, dass Prävention zum Alltag gehört. Wenn sie nichts machen, schadet dies ihrem Image.

Prävention passiert im Alltag. Wie schaffen Sie dieses Bewusstsein?
Über gut vernetzte Personen in der Gemeinde. Sie geben der Suchtprävention ein Gesicht. Wichtig ist, dass die Gemeinde bewusst Verantwortung für das Thema übernimmt. Die Gemeinde muss die Fäden zusammenhalten. Das heisst, sie muss dafür sorgen, dass sich Vereine, Schule, Jugend und Familien regelmässig austauschen können. So kann Vertrauen entstehen. Wichtig ist die Kontinuität. Präventionsarbeit muss immer geschehen. Sie hat kein Ende – es ist ein ständiges Arbeiten.

Prävention hat kein Ende. Ist das nicht unattraktiv?
Prävention soll etwas Lustvolles sein. Wir nutzen deshalb die Motivation und die gute Stimmung unter den Beteiligten. Zudem ist es wichtig, nicht zu viel auf einmal zu wollen. Wir arbeiten zielorientiert – schliesslich wollen wir etwas erreichen!

Was braucht es, dass Prävention ein Thema bleibt?
Da Prävention nicht einfach «passiert», müssen feste Strukturen geschaffen und in der Gemeindepolitik verankert werden. Die Erfahrung mit den Jugendförderbeiträgen hat mir gezeigt, dass die Gemeinde die Vereine nicht einfach machen lassen darf. Indem sie regelmässig an den Runden Tisch eingeladen werden und sich mit der Thematik auseinandersetzen müssen, entstehen auch ein gewisser Druck und eine soziale Kontrolle, die normgebend wirken.

Rückblickend auf die acht vergangenen Jahre: Was hat sich verändert?
Verändert hat sich sicher das gesellschaftliche Bewusstsein – insbesondere in der Raucherinnen/Nichtraucher-Debatte. In Weisslingen hat sich die Gemeinde zudem kontinuierlich mit verschiedenen Themen der Suchtprävention beschäftigt. Das merkt man, die Thematik hat Akzeptanz im Dorf. Hinzu kommt, dass die Leute gemerkt haben, dass ich Präventionsarbeit aus Überzeugung leiste und nicht als Imagepflege verstehe.

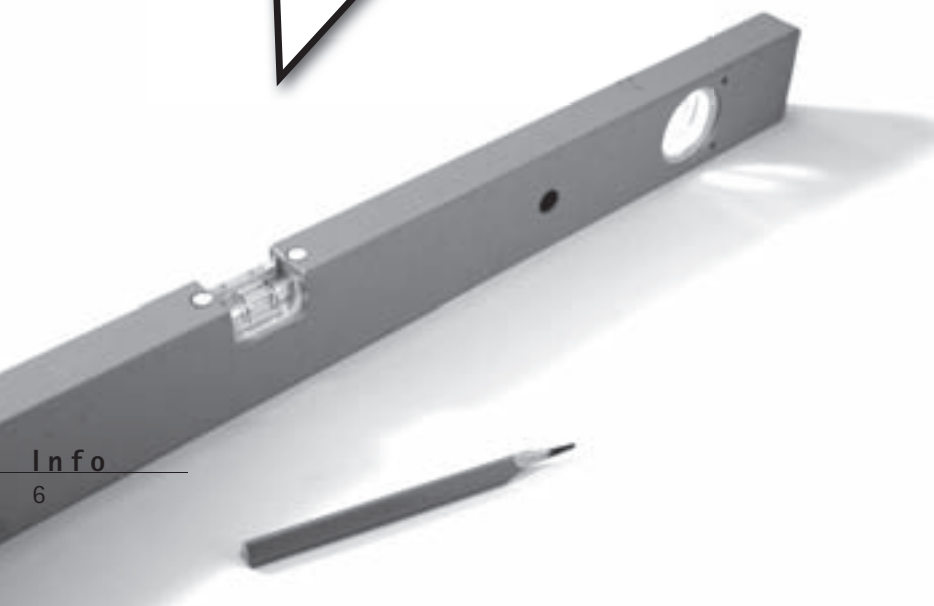
Wo stehen Sie heute?
Suchtprävention beginnt schon sehr früh: Es braucht sinnvolle Freizeitgestaltung für die Kinder, gute Kinderbetreuung und eine gute Vernetzung unter den Eltern. Geplant ist deshalb ein Begegnungszentrum mit einer Krippe, einem Hort und Räume für den Familien- und Jugendverein. Wir sind dabei, ein Gremium aufzubauen, das aktiv wird, wenn sich Probleme mit einzelnen Jugendlichen abzeichnen. Wir möchten möglichst früh handeln – nur so können wir Leid verhindern! Auch Erwachsene benötigen manchmal Hilfeleistung. Der Familien- und Jugendverein plant deshalb eine Ü50-Gruppe. Deren Ziel: Vernetzung. Dies ist ein Alter, in welchem viel Neues kommt und allenfalls sogar Vereinsamung droht. Man kann sagen: Wir sind auf allen Ebenen am Ball!

Ich habe mir zum ersten Mal Ziele gesetzt.

Jugendliche, die ihren Cannabiskonsum verändern möchten, reflektieren an vier Abenden ihren Cannabiskonsum. Projektleiterin Karin Landolt beantwortet Fragen zu den drei Pilotkursen.

Im Kurs «join.t us» diskutieren Jugendliche u.a. die Frage: «Warum kiffe ich?»

Seit dem Kurs kiffe ich nicht mehr so viel während der Schule.



Info: «join.t us» ist ein neues Angebot der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland. Warum ist dieser Kurs nötig?
Karin Landolt: Jugendarbeiter aus dem Zürcher Oberland stellten fest, dass viele Jugendliche ihren Konsum überdenken wollen, aber nicht wissen wie. Der Kurs richtet sich an Jugendliche, die ihren Cannabiskonsum freiwillig verändern wollen.

Wie verläuft dieser Kurs?
Die Jugendlichen besuchen an vier Abenden den 1,5-stündigen Kurs. Der erste Abend ist ein Schnupperabend, danach verpflichten sie sich, an den folgenden drei Abenden teilzunehmen. Zu Beginn geht's um gegenseitiges Kennenlernen, um Erwartungen und Befürchtungen. Es ist wichtig, dass die Jugendlichen merken, dass wir sie und ihren Konsum nicht verurteilen.
An den folgenden Abenden geht es um eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Konsum – der Motivation, den Gründen, den Schwierigkeiten, dem Genuss etc. Die Jugendlichen diskutieren über Vor- und Nachteile, Gruppendruck, Alternativen etc., auch über die Zukunft (z.B.: Kann ich mit meinem derzeitigen Konsum eine Lehrstelle finden? Welchen Stellenwert hat das Kiffen in fünf Jahren?). Und sie setzen sich realistische Ziele für den nächsten Kursabend. Unsere Aufgabe als Kursleiterinnen ist es, die Jugendlichen ehrlich, kritisch und wertfrei zu spiegeln.

Was wollen Sie mit dem Kurs erreichen?
Dass sich die Jugendlichen mit ihrem Konsum auseinandersetzen und möglichst zu einem risikofreien Konsum gelangen. Konkret bedeutet das, dass sie über Fragen wie «Warum kiffe ich, wann kiffe ich, mit wem kiffe ich?» nachdenken und diskutieren.

Zu dieser Auseinandersetzung sind die Jugendlichen bereit?
Ja! Sofern man den Jugendlichen keine «Moralpredigt» hält. Zudem melden sich ja Jugendliche, die ihren Konsum verändern wollen. Ein hilfreiches Instrument ist die Zielformulierung: Die Jugendlichen setzten sich Wochenziele. Zum Beispiel, nicht mehr vor der Schule zu kiffen

Mir hat gefallen, dass man offen über das Kiffen reden konnte.

oder am Wochenende nur noch zwei Joints statt sechs zu rauchen. Wir zeigen ihnen auf, welche Möglichkeiten sie haben, ihr Verhalten zu verändern, und dass eine Veränderung nicht gradlinig verläuft, sondern auch Rückschläge beinhalten kann. Das schützt vor zu hohen Erwartungen.

Wie viele Jugendliche haben einen «join.t us»-Kurs besucht?
Am ersten freiwilligen Kurs haben drei Jugendliche teilgenommen. Davon haben zwei alle vier Kursmodule besucht. Der zweite Kurs fand mit zwölf sogenannt «bedingt Freiwilligen» statt. Eine Schule im Oberland fragte an, ob wir einen Kurs für Schüler und Schülerinnen anbieten könnten, die beim Kiffen erwischt wurden – daraus entstanden zwei weitere Kurse.

Was kostet der Kurs?
Für Freiwillige ist der Kurs gratis.

Wie gefiel der Kurs den Jugendlichen?
Sie waren positiv überrascht und sind gerne gekommen. Viele fanden, dass es ihnen etwas gebracht hat. Sie schätzten das Gespräch und die Auseinandersetzung. Sie äusserten, dass sie jetzt bewusster konsumierten. Zu wissen, ich gehe da wieder hin und berichte, wie's mir mit meinem Ziel ergangen ist, hilft während des Kurses.

Nachher müssen die Jugendlichen aber wieder alleine klarkommen…
Der Kurs dient als Input – Veränderungen brauchen Zeit, und die Jugendlichen müssen selbst auch dranbleiben. Rückschläge sind normal. Wichtig ist das Umfeld der Jugendlichen – z.B. der Kollegenkreis und die Eltern. Wir empfehlen den Kursteilnehmerinnen, sich dort Hilfe zu holen und die wichtigen Personen «einzuweihen». Je mehr Personen davon wissen, desto grösser ist die Verbindlichkeit. Brauchen die Jugendlichen mehr Unterstützung, müssen wir sie an dafür zuständige Stellen weiterweisen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Da die Kurse als freiwilliges Angebot konzipiert sind, sind wir sehr auf die Motivationsarbeit der Jugendarbeit angewiesen. Verbindungsleute, die aktiv sind, sind wichtig.

Trotz der kurzen Zeit kamen wir uns sehr nahe und verstanden uns auf Anhieb. Danke.

Mir haben am Kurs die Ehrlichkeit, keine dummen Blicke, keine Vorurteile gefallen.

Weitere Infos zum Kurs sowie Anmeldung unter: www.join-t-us.ch

Die Homepage sowie der Flyer zum Kurs wurden von Jugendlichen gestaltet.

Das Projektteam besteht aus:
Karin Landolt (Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland), Elias Schwegler (Schulsozialarbeit Uster), Tobias Baumann (Freizeit- und Jugendzentrum Uster), Roman Imhof (Jugendarbeit Effretikon).

Genuss-Joints, Ego-Joints, Entnerv-Joints

Am Ende eines «join.t us»-Kurses formulieren die Kursleitenden für die Teilnehmer/innen ein persönliches Feedback. Wie wurden die Jugendlichen erlebt? Wo liegen ihre Stärken? Worauf sollten sie in ihren Konsumgewohnheiten achten? Mit einem Abschlussbrief sollen die Jugendlichen motiviert werden, weiterhin an ihren Zielen festzuhalten. Im Folgenden ein paar Auszüge aus verschiedenen Rückmeldungen.

«Du hast von Beginn an sehr ehrlich über deine Konsummotive, deinen Konsum und die Schwierigkeiten und Probleme berichtet – es hat uns sehr gefreut, hast du uns in deine Karten blicken lassen.»

«Es scheint zwei Arten von Situationen zu geben, in denen du das Kiffen hauptsächlich als Problem empfindest: Da sind einmal die Joints, die du Ego-Joints nennst und die helfen sollen, Langeweile zu überbrücken. Oder die Joints, die du bewusst rauchst, weil dich etwas (oder vieles) genervt oder dich ‹gepsycht› hat. Nennen wir diese Joints ‹Entnerv-Joints›. Eine dritte Gelegenheit sind Joints, die du mit deinen Freunden und Freundinnen rauchst. Dort scheint der Genuss im Vordergrund zu sein.»

«Die Ego-Joints und die Entnerv-Joints schätzen wir als eher problematisch ein, weil du sie einsetzt, um etwas zu erreichen – sei es Langeweile zu vertreiben oder die Nerven zu beruhigen.»

«Du hast sehr schnell und offen über deinen Konsum und was dich daran stört gesprochen. Wir haben den Eindruck, dass du sehr genau weisst, was gut für dich ist und wann du die Grenze überschreitest.»

«Hast du deine Eltern schon mal gefragt, weshalb sie Mühe mit deinem Cannabiskonsum haben? Weisst du, was sie befürchten? Sind diese Befürchtungen begründet? Was willst du tun, um ihnen die Sicherheit zu geben, dass sie keine Angst um dich haben müssen, sondern dass sie dir mittlerweile vertrauen dürfen?»

Impressum

«Info» erscheint in der Regel dreimal jährlich als Informationsblatt der Suchtpräventionsstelle und des Vereins für Prävention und Drogenfragen Zürcher Oberland. Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, Gerichtsstrasse 4, Postfach, 8610 Uster, Telefon 043 399 10 80, Fax 043 399 10 81, info@sucht-praevention.ch, www.sucht-praevention.ch
Redaktion: Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland
Textredaktion: Sylvia von Piechowski, Dübendorf
Mitarbeit: Sibylle Feuz, Hedi Hobi, Yvonne Kneubühler, Karin Landolt, Barbara Stengl, Peter Trauffer
Gestaltung/Layout/Fotos: Orlando Duó, Wetzikon
Druck: Zürichsee Medien AG, Stäfa **Auflage:** 2000 Exemplare und 2000 Downloads
Nachdruck nur mit Quellenangabe und Zusendung eines Belegexemplars