

KMDD Unterrichtseinheiten für Lehrer/innen – Homeschooling geeignet

Teil 3

Vom Genuss zur Sucht

Methodendauer

Film: 5 Minuten

Erarbeitung und Diskussion: ca. 45-90 Minuten

Zielgruppe

7.-8. Klasse

Ziele

- Einstieg ins Thema
- Erklärung der 4 Stadien der Suchtentstehung
- den Unterschied zwischen Sucht und Genuss kennenlernen
- verstehen, wo die „Grenze“ zur Sucht ist und erkennen, dass die Grenzen fließend sind
- Verständnis für Abhängigkeit als Krankheitsbild entwickeln

Beschreibung

Variante 1: Durchführung im Schulunterricht

- Der/Die Lehrer/in zeigt den Film im Plenum, danach folgt ►Arbeitsblatt 1. Nach der Besprechung folgt die Erläuterung der Suchtstraße (Infoblatt 1). Anschließend wird ►Arbeitsblatt 2 im Plenum erarbeitet und diskutiert.

Variante 2: Durchführung im Homeschooling

- Live Durchführung per Webinar-Tool (empfohlen!)
oder
- Senden Sie den Schüler/innen den ►Link zum Film, ►Arbeitsblatt 1 und ►Infoblatt 1. Die Antworten können Sie dann zusammenfassen und auswerten. ►Arbeitsblatt 2 sollte nur bearbeitet werden, wenn eine gemeinsame Besprechung möglich ist.

„Nuggets“ ist ein stummer Animationsfilm über die Entwicklung von Abhängigkeit. Der Hauptcharakter ist ein Vogel, der zufällig ein goldenes Nugget (Suchtmittel) findet. Auf ganz einfache Art und Weise stellt dieser Film die schrittweise Entwicklung vom Genuss zur Abhängigkeit dar. Der Vogel erlebt Rauschzustände, Höhen und Tiefen. Er beginnt sich zu

verändern, sein Zustand verschlechtert sich, dennoch konsumiert er weiter. Der Ausgang bleibt offen.

Das Ziel dieser Einheit ist es zu verdeutlichen, wie eine Suchterkrankung entstehen kann. Die Grenzen zwischen Genuss und Sucht sind fließend und können ineinander verlaufen. Oft merken wir nicht, in welchem Stadium wir uns gerade selbst befinden. Viele Menschen erreichen irgendwann in Ihrem Leben das Stadium des Missbrauchs oder der Gewöhnung, überschreiten diese Stadien aber nicht. Um nicht abhängig zu werden, ist es essentiell wichtig sich viele Tankstellen zu schaffen, die vor einer Suchtentstehung schützen (siehe Tankmodell aus Unterrichtseinheit 1).

Tatsächlich kann man deshalb keinem der Beispiele von ► Arbeitsblatt 2 mit Sicherheit das richtige Stadium zuordnen, da wir zu wenige Informationen zu den einzelnen Personen und ihrem Konsumverhalten haben. Ziel dieser Übung ist es, dass die Schüler/innen über die einzelnen Beispiele nachdenken und ihre Antworten ausführlich begründen. Es gibt kein „richtig“ und „falsch“. Wie bei anderen Krankheiten auch, bräuchte es zur Diagnosestellung einer Suchterkrankung einen Arzt bzw. Experten.

► Das Arbeitsmaterial finden Sie auf den folgenden Seiten

► Link zum Film „Nuggets“: <https://www.youtube.com/watch?v=HUngLgGRJpo&t=105s>

Bei Fragen und Anregungen melden Sie sich gerne:

KEINE MACHT DEN DROGEN Gemeinnütziger Förderverein e.V.

www.kmdd.de, sandra.hoegel@kmdd.de, 089/ 85 63 99 61

► **Arbeitsblatt 1: Der Film „Nuggets“**

- Um was geht es in dem Film?

- Warum probiert der Vogel das Nugget?

- Welche negativen und welche positiven Wirkungen hat das Nugget?

- Warum macht der Vogel weiter, obwohl er hingefallen ist?

- Woran merkt ihr, dass er süchtig ist?

- Wie könnte die Geschichte weitergehen?

► Infoblatt 1: Vom Genuss zur Sucht (4 Stadien)

Die „Suchtstraße“ beschreibt, wie der Weg in eine Abhängigkeit aussehen kann:

1. Genuss:
 - ✓ zu besonderen Gelegenheiten
 - ✓ Dosis ist beschränkt
2. Missbrauch:
 - ✓ Konsum, um Gefühle zu beeinflussen
 - ✓ Dosis wird überschritten
 - ✓ in Ausnahmefällen
 - ✓ auch in unpassenden Situationen
3. Gewohnheit:
 - ✓ Missbrauch findet immer wieder statt
 - ✓ Konsum wird Normalität
 - ✓ wenige Ideen, was man statt Konsum tun könnte
 - ✓ Aufhören wird immer schwieriger
4. Abhängigkeit:

Nach der Definition im ICD-10 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems), das von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) herausgegeben wird, sollte die Diagnose Abhängigkeitssyndrom nur gestellt werden, wenn mindestens drei der folgenden Kriterien während des letzten Jahres vorhanden waren:

 - ✓ Ein starker Wunsch oder eine Art Zwang zu konsumieren.
 - ✓ Verminderte Kontrollfähigkeit in Bezug auf den Beginn, die Beendigung oder die Menge des Konsums.
 - ✓ Ein körperliches Entzugssyndrom bei Beendigung oder Reduktion des Konsums.
 - ✓ Nachweis einer Toleranz, im Sinne von erhöhten Dosen, die erforderlich sind, um die ursprüngliche durch niedrigere Dosen erreichte Wirkung hervorzurufen.
 - ✓ Fortschreitende Vernachlässigung anderer Vergnügungen oder Interessen zugunsten des Konsums sowie ein erhöhter Zeitaufwand, um zu konsumieren oder sich von den Folgen zu erholen.
 - ✓ Anhaltender Konsum trotz des Nachweises eindeutig schädlicher Folgen.

► **Arbeitsblatt 2:**

Ordne den Beispielen das passende Stadium der Suchtstraße (Infoblatt 1) zu und begründe deine Entscheidung (auf einem extra Blatt).

1. Eine Frau trinkt ab und zu ein Glas Rotwein zum Essen. (_____)
2. Wenn die Internetverbindung nicht funktioniert wird Philipp aggressiv und wütend, er weiß nicht, was er stattdessen tun kann. (_____)
3. Wenn Mia Stress mit ihren Eltern, ihrem Freund oder in der Schule hat, raucht sie erstmal eine Zigarette zur Entspannung. (_____)
4. Ein Familienvater, der regelmäßig arbeitet, trinkt jeden Abend vor dem Fernseher zwei Flaschen Bier. Wenn keines mehr im Haus ist, wird er unruhig und läuft zur Tankstelle um sich welches zu besorgen. (_____)
5. Jeden Wochentag trifft sich Tom im Pausenhof vor der Schule mit seinen Freunden. Seit einiger Zeit kiffen sie immer morgens, weil sie es cool finden breit in der Schule zu sitzen. Tom sieht das aber nicht als Problem, da er nachmittags und am Wochenende gar nicht kiff. (_____)
6. Thomas und Stefan waren auf dem Volksfest und hatten richtig Spaß. Wie jedes Jahr haben sie so viel getrunken, dass sie am nächsten Tag Kopfweh haben und es ihnen gar nicht gut geht. (_____)
7. Berti ist ein Spielfreak. Er sitzt mindestens bis drei Uhr in der Früh an seinem neuesten Computerspiel. Manchmal macht er auch die Nacht durch, weil er nicht aufhören kann. Weil er häufig übermüdet in die Arbeit kommt und unkonzentriert ist, hat er schon Ärger bekommen. Berti zockt dennoch weiter. (_____)
8. Paula kann sich gar nicht vorstellen, wie sie ohne Kaffee morgens wach werden soll. Sie richtet sich schon abends die Maschine und ihre Kaffeetasse, damit sie morgens nur noch auf den Knopf drücken muss. (_____)
9. Sophie ist in drei sozialen Netzwerken aktiv. Regelmäßig schaut sie nach Neuigkeiten und postet ihren aktuellen Status. Selbst wenn sie mit Freunden unterwegs ist, schaut sie immer wieder auf ihr Handy, was gerade so los ist. (_____)
10. Emma zählt vor jedem Essen die Kalorien. (_____)