

## **MERKBLATT**

### **Suchtprävention in der Schule**

Für Schulleitungen, Lehrpersonen und Mitarbeitende der Schuldienste

Dieses Merkblatt wurde in Zusammenarbeit mit Akzent Prävention und Suchttherapie erstellt.

#### **1 Einleitung**

Die Gesellschaft übergibt der Schule immer mehr Aufgaben – auch im Bereich Sucht. Im Rahmen der Gesundheitsförderung leistet die Schule einen wesentlichen Beitrag an eine Suchtprävention, in der alle Beteiligten einbezogen werden.

#### **Was ist Sucht?**

Sucht ist eine physische und/oder psychische Abhängigkeit und hat Krankheitscharakter. Von Sucht sprechen wir dann, wenn sich aus einem Problem ein zwanghaftes Verhalten entwickelt. Süchtiges Verhalten ist eine wechselseitige Reaktion zwischen Persönlichkeit, Umwelt und Suchtmittel resp. Suchtverhalten, mit dem Zwang, ein Verhalten zu wiederholen. Der Weg zur Sucht ist meist ein langer Prozess. Mit geeigneten Interventionen kann er unterbrochen oder zumindest verzögert werden.

Die Entstehung von Sucht, ab wann von Sucht gesprochen wird und wo die Grenze zwischen Genuss und Sucht liegt, lässt sich anhand der „[Suchtspirale](#)“ veranschaulichen. Diese Methode ermöglicht eine Auseinandersetzung mit Fragen rund um Genuss und Sucht und regt zur Reflexion der eigenen Konsummuster an. Sie kann auch im Unterricht mit Lernenden eingesetzt werden.

Als Suchtmittel gelten all jene legalen und illegalen, natürlichen und synthetischen Stoffe, deren Missbrauch oder dauerhafter Gebrauch zu psychischer und/oder physischer Abhängigkeit führen kann. Dazu kommen substanzungebundene Suchtformen wie Spielsucht, Mager sucht oder Gamesucht. Sucht ist nicht nur die Folge individuellen Verhaltens. Prägend wirken auch familiäre, gesellschaftliche, wirtschaftliche und ökonomische Verhältnisse.

#### **Der Sucht zuvorkommen**

Suchtprävention will Suchtproblemen zuvorkommen. Es gibt zwei Ansatzpunkte: Der eine will Sucht als Krankheit verhindern, der andere setzt bei der Förderung der Gesundheit an. In der Suchtprävention geht es einerseits um Information und Reflexion über Risikofaktoren um diese zu minimieren, andererseits um die Förderung von Schutzfaktoren. Schutzfaktoren zeigen sich im Aufbau und der Stärkung von Lebenskompetenzen. Laut World Health Organisation (WHO, 1994) sind «Lebenskompetenzen diejenigen Fähigkeiten, die es den Menschen ermöglichen, ihr Leben zu steuern und auszurichten und ihre Fähigkeit zu entwickeln, mit den Veränderungen in ihrer Umwelt zu leben und selbst Veränderungen zu bewirken.» Zu diesen Fähigkeiten gehören nach der WHO beispielsweise der bessere Umgang mit Stress, Gruppendruck oder Konfliktsituationen. Die Entwicklung von Strategien zu mehr Selbstbewusstsein und Eigenverantwortung, zu klarer Abgrenzung und vertiefter Beziehungsfähigkeit sind wirksame Präventionsprinzipien.

## **2 Prävention**

### **Primärprävention: Kompetenzen stärken**

Ursachenorientierte Prävention fördert die Stärken und Kompetenzen des Individuums, der Klasse sowie der ganzen Schule. Sie unterstützt und begleitet deren Entwicklung unter anderem durch die Förderung der Kommunikation und Zusammenarbeit sowie durch einen erlebnishaften und informativen Unterricht.

### **Sekundärprävention: Früherkennung/Frühbehandlung**

Früherkennung und Frühbehandlung von Gefährdeten heisst, Menschen mit gesundheitlichen Problemen und Risiken frühzeitig zu erkennen, um ihnen geeignete Unterstützung anzubieten. Dabei werden mit einem professionellen Früherkennungskonzept/Handlungsleitfaden einerseits Strukturen geschaffen, damit Beobachtungen ausgetauscht, Verantwortungen und Aufgaben geklärt und Massnahmen ergriffen werden können. Andererseits müssen Schulen und Lehrpersonen in geeigneter Weise intervenieren. Dabei ist wichtig, dass sie sich ihrer Möglichkeiten und Grenzen bewusst sind. Bei dieser anspruchsvollen Arbeit werden sie durch Fachleute aus der Schulsozialarbeit, der Jugend- und Elternberatung und der Suchtprävention unterstützt ([Leitfaden Frühintervention in der Schule](#)).

## **3 Suchtprävention in der Schule**

Suchtvorbeugung ist eine pädagogische Aufgabe und Teil einer fächerübergreifenden Gesundheitsförderung. Umfassende Prävention setzt frühzeitig ein, lange bevor sich abhängiges Verhalten zeigt. Das heisst, bereits im Kindergarten und in der Unterstufe kann das Selbstvertrauen gefördert werden. Suchtprävention schult die Handlungskompetenzen aller Beteiligten und schafft Rahmenbedingungen für eine sinnvolle Lebensführung.

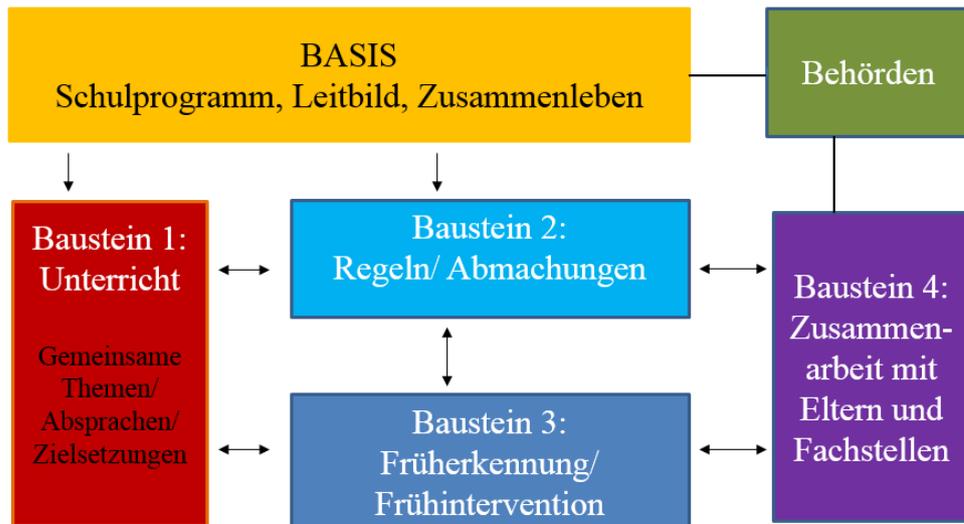
### **Lehrplanbezug**

Gesundheit ist im Lehrplan 21 als fächerübergreifendes Thema unter «Nachhaltige Entwicklung» gesetzt. Themen, welche einen Bezug zu Sucht haben, sind in den einzelnen Fachbereichen ausgewiesen.

Suchtprävention ist aber mehr als nur ein Unterrichtsthema. Sie betrifft die ganze Schule, die ein Ort sein will, in der sich Lehrpersonen und Lernende wohl fühlen.

### **Wirksame Suchtprävention in der Schule**

Suchtprävention ist eine stufenübergreifende Aufgabe. Sie sollte gemeinsam von allen Beteiligten geplant, mitgetragen und weiterentwickelt werden – ganz im Sinne vom «gesunden Arbeits- und Lernort Schule». Als Basis dazu dient das folgende Bausteinmodell:



Quelle: laut & leise, Magazin der Stellen für Suchtprävention Kanton ZH, 2005, Meister/Peterelli

Die **Basis** bildet die gemeinsame Haltung der Lehrpersonen, welche im Leitbild verankert ist.

### **Behörden**

Die Schule ist im regelmässigen Austausch mit der zuständigen Person aus der Gemeinde und führt die Strategie der Gemeinde zur Prävention im Setting Schule durch.

### **Baustein 1: Unterricht**

Der Lehrplan gibt die Themen und Ziele zur Suchtprävention im Unterricht vor.

#### *Lehrpersonen*

- Sie nehmen die Bedürfnisse und Interessen der Lernenden wahr und integrieren sie in den Unterricht.
- Sie gestalten eine Kultur der Wertschätzung und Kooperation, in der sich die Schülerinnen und Schüler ihren Möglichkeiten entsprechend entwickeln können.
- Sie arbeiten im Verlaufe der obligatorischen Schulzeit mit ihren Lernenden an Themen der Suchtprävention.
- Sie pflegen einen offenen Dialog mit den Eltern und arbeiten mit ihnen zusammen.

#### *Lernende*

- Sie erleben eine Schule, welche eine gesunde Entwicklung unterstützt.
- Sie lernen ihre sozialen, psychischen und körperlichen Bedürfnisse kennen, wahrnehmen und formulieren.

### **Baustein 2: Regeln/Abmachungen**

Eine gemeinsame Haltung und verbindliche Regeln werden erarbeitet und transparent kommuniziert.

### **Baustein 3: Früherkennung/Frühintervention**

Die Schulen entwickeln klare, verbindliche Vorgehensweisen bei Verhaltensauffälligkeiten von Schülerinnen und Schülern.

- Sie gestalten eine Schulhauskultur im Sinne der suchtpreventiven/gesundheitsfördernden Schule.

Strategien der Früherkennung und Intervention werden geplant und umgesetzt.

#### **Baustein 4: Zusammenarbeit mit Eltern und Fachstellen**

Eine Vernetzung mit verschiedenen Playern entlastet und verbindet.

- Sie verfügen über die nötigen Informationen und Handlungsmöglichkeiten, um den Entwicklungsprozess ihrer Kinder zu fördern und zu unterstützen.
- Sie werden darin unterstützt, mit der Schule zu kooperieren und ihre Erziehungsverantwortung zu übernehmen.

#### **4 Angebote von Akzent Prävention und Suchttherapie**

##### **Weiterbildung, Beratung, Begleitung**

Akzent Prävention und Suchttherapie bietet Weiterbildungskurse für alle Stufen an (schulhausintern oder über die PH Luzern, Weiterbildung und Zusatzausbildung). Sie berät und begleitet die Schulleitung oder Arbeitsgruppen bei der Entwicklung und Einführung eines Präventions- oder Frühinterventionskonzeptes, bei der Entwicklung eines längerfristigen Projektes oder bei der Umsetzung der Elternarbeit.

##### **Eigene Produkte**

- Unterrichtsmaterialien zu den Themen Tabak, Alkohol, Cannabis und Digitale Medien (direkt in der Klasse einsetzbar)
- Infobroschüren zu den Themen Alkohol, Cannabis, Tabak & Co. und Zappen & Gamem (Hintergrundwissen für Eltern und Erziehende)

##### **Mediothek**

In ihren Räumen bietet Akzent Prävention und Suchttherapie eine Mediothek für Lehrpersonen und Lernende mit einer umfangreichen Sammlung zum Thema Suchtprävention an. Das Sortiment reicht von Fachliteratur und Unterrichtsmitteln bis hin zu Bilderbüchern, DVDs und Lernspielen.

Weitere Informationen zum Angebot, dem Online-Katalog und den Öffnungszeiten sind unter [www.akzent-luzern.ch/mediothek](http://www.akzent-luzern.ch/mediothek) abrufbar.

##### **Kontakt**

Akzent Prävention und Suchttherapie

Seidenhofstrasse 10, 6003 Luzern

Telefon 041 420 11 15, E-Mail [info@akzent-luzern.ch](mailto:info@akzent-luzern.ch), [www.akzent-luzern.ch](http://www.akzent-luzern.ch)

#### **5 Weitere Angebote**

##### **Links**

- Unterrichtsmaterialien: <https://www.akzent-luzern.ch/unterrichtsmaterialien>
- Leitfaden Frühintervention in der Schule: [https://www.akzent-luzern.ch/bestelltool/leitfaden/Leitfaden\\_Schule.pdf](https://www.akzent-luzern.ch/bestelltool/leitfaden/Leitfaden_Schule.pdf)
- Broschüren für Eltern und Erziehende: <https://www.akzent-luzern.ch/bestelltool/broschueren>
- Sucht Schweiz: [www.suchtschweiz.ch](http://www.suchtschweiz.ch)
- E-Beratung und Jugendinformation: [www.tschau.ch](http://www.tschau.ch)
- Online-Beratung zu Suchtfragen: [www.safezone.ch](http://www.safezone.ch)
- Gesundheitsplattform für Jugendliche, Eltern, Lehrpersonen: [www.feel-ok.ch](http://www.feel-ok.ch)

#### **6 Rechtliche Fragen**

Antworten auf rechtliche Fragen im Zusammenhang mit Schule und Rauchen, Kiffen und Alkohol findet man unter <https://volksschulbildung.lu.ch> > Recht & Finanzen > Schulrecht > Häufige Fragen > Gesundheit

Luzern, 26.11.2020/BOM

189876