

# Was ist Sucht?

Was versteht man unter einem gesunden Leben und was nicht? Wo sind dessen Grenzen und wie wird man sich seiner Lage bewusst? Dies und noch vieles mehr wurde den L2-Schülern in dieser Projektwoche erklärt.

Von Luca Ulrich & Tim Käch | Baldegg, 28.09.2018

## Sucht und Konsum: In welchen Mengen?

Am Montagmorgen, dem 24. September 2018, war die Stimmung der 2.-Klässler sowie unsererseits angespannt und freudig. Die Lehrpersonen spürten die Aufregung der Schüler und dies hatte zur Folge, dass sie wie gewöhnlich pünktlich um 7:45 Uhr mit einem guten Einstieg die Studienwoche begannen.

Direkt anschliessend folgten einige Fragen, die das Thema des Tages bekannt gaben. Eine Schlüsselfrage, welche die anwesenden Zuhörer zum Denken verleitete, folgte bereits nach wenigen Minuten: «Was ist bzw. was versteht man unter einer Sucht? » Die ersten Antworten kamen direkt, doch nicht alle kamen auf die Idee, dass man eine Sucht überall antreffen kann! Klauser Marlies und Bucher Angelika, die Verantwortlichen LP, begannen mit der Kategorie: «Sucht und Handygefahren». Einige Arbeitsblätter erklärten diesen Abschnitt.



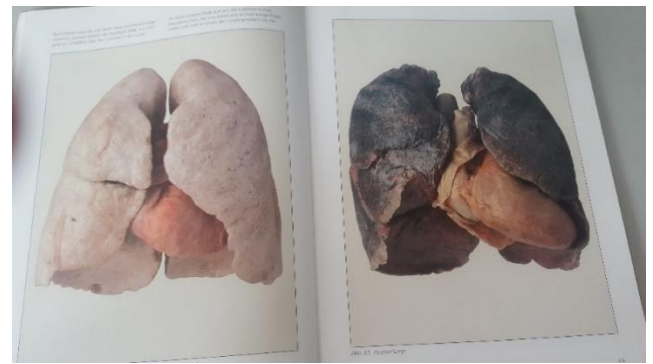
Alles klar für den Start

Zu dieser Kategorie gehörten auch Themen wie Strahlungen, Umgang mit Social Media und auch Darstellungen wie z. B. das Suchtdreieck. Filme «Nackt im Netz» oder ernste Gespräche über Auswirkungen der Strahlen gaben nicht nur den Schülern, sondern auch uns, Tim und mir, den Eindruck, wieder mal darüber nachzudenken und so begann zwischen uns eine Diskussion, welche dazu führte, dass wir besser aufpassen sollten, was für Bilder wir in den Umlauf geben, denn man weiss nie, was für Auswirkungen solche unüberlegten Nachrichten haben können!

## Rauchen: Wie schlimm kann es wirklich werden?

Die Schüler hörten diese Warnungen nicht zum ersten Mal, deswegen gingen die Lehrpersonen direkt zur nächsten Kategorie, welche das Rauchen anspricht. Es war keine Überraschung, dass dieses Thema die Kinder ein bisschen ernster nehmen würden. Sie zeigten zahlreiche Bilder von einer Raucher-Lunge, doch eines fand ich eindrücklich.

Ein weiteres Bild beeindruckte Tim und mich so wie die Klasse sehr. In diesem Bild war wie auch im oberen deutlich zu erkennen, dass dies nicht gesund sein kann. Direkt auf dem ersten Blick sind die krankhaften Folgen einer Raucher-Lunge sichtbar. Die Frage, die man sich stellte, war: «Wie viele Zigaretten muss man rauchen, um solch eine Lunge zu bekommen?» Eine weitere Frage baute sich in der Runde auf: «Wie viel Geld muss ein Täglich-Raucher eigentlich pro Woche/Monat/Jahr ausgeben? » Genau dazu hatten die Lehrpersonen auch ein Arbeitsblatt parat.



Vergleich: Gesunde Lunge und Raucherlunge

Schockierend waren die Fakten, die uns präsentiert wurden. Ich hätte niemals erwartet, dass 46.3 % der Jugendlichen von 15-24 Jahren rauchen! Das würde heissen, dass jeder Zweite eigentlich mal in seinem Leben eine Zigarette rauchen würde. Ist das noch gesund? - Ausserdem war es überraschend zu wissen, dass, wenn jemand während zehn Jahren täglich eine Packung Zigaretten raucht, er über 30'000 Franken ausgibt!

Die Lösungen zeigten, dass nicht jeder sich diesen „Spas“ leisten kann! Ausserdem zeigte sich, dass immer mehr und immer Jüngere das Vergnügen suchen. Ob dies gut kommt, das wird sich noch zeigen jedoch bin ich mir sicher, dass jede Person selber entscheiden muss, was sie machen will; ob Gruppenzwang oder Aufmerksamkeit, dies spielt schlussendlich keine Rolle meiner Meinung nach. Ein wichtiger Faktor spielt bei diesem Thema auch die Erziehung. Die Eltern des Kindes müssen sich bewusst sein, was ihr Kind heute alles durchmachen wie Stress, Leistungsdruck, Emotionen etc. muss und deswegen auch mal nach anderen Lösungswegen im Leben suchen könnte. Selbst die LP hat gesagt, dass man die Erfahrung machen sollte, aber wenn man dies tut, dann eher in Anwesenheit der Eltern oder in einem guten Umfeld. Nach dem Vormittag kommen wir zum Schluss:

**Man muss sich bewusst sein, was man wo, mit wem und in welchen Mengen macht!**

### **Montagnachmittag: Schwerpunkt Ernährung**

Nach der Mittagspause gehen wir zurück in den Unterricht und starten mit einem Gemeinschaftsspiel, wo die leitende Lehrperson Frau Klauser Marlies Aussagen tätigt, die mit «Ja, habe ich schon einmal» oder «Nein, habe ich noch nie» beantwortet werden konnten. Das Spiel dient dazu um Gemeinsamkeiten zu finden und den Zusammenhalt zu stärken.



Spiel als Einleitung

### **Die Jugend säuft**

Nach dem einleitenden Spiel schauen wir uns einen mehrteiligen Film an, die Schüler schauen gespannt zu, zuerst geht es im Film darum das die Jugend schon in jungen Jahren an Alkohol kommt und auch das zahlreiche Clubs die weniger angesagt sind und auch weniger Besucher haben auch mal Jugendliche reinlassen die das benötigte Alter noch nicht erreicht haben. Frau Bucher Angelika hat uns dazu eine Geschichte von früher erzählt, ein Kumpel fragte sie damals ob sie ihm eine Flasche Wodka mitbringen könne und hielt ihr einen 50.- Schein hin. Sie verneinte da der Kumpel noch nicht volljährig war. Allerdings fragte er

danach noch einen Fremden der ihm ohne zu zögern eine Flasche mitbrachte. Das zeigt wie leicht es ist an spirituelle Getränke ranzukommen. Man lernt davon, dass man keinen Alkohol für Minderjährige kaufen soll, da diese sich meist nicht bewusst sind was es mit ihnen anrichtet und sie noch nicht wissen wo die Grenze liegt.

### **Was lernen die L2-Schüler davon?**

Im zweiten Teil geht es vor allem um die Clubbesitzer, die eigentlich die Aufgabe haben nur vom Alter zugelassene Jugendliche in den Club reinzulassen, läuft das Geschäft aber nicht gut, kommen die Besitzer schnell in Versuchung auch jüngere Leute reinzulassen. Nach dem Filmabschnitt gab es eine Diskussionsrunde über Alkohol und danach um Suchtkranke. Wir denken man lernt daraus, was es wirklich bedeutet süchtig zu sein und nicht mehr ohne die Droge leben zu können, auch was die finanzielle Seite betrifft, welche ziemlich erschütternde Zahlen aufweist. Es gibt niemanden mehr der freiwillig süchtig werden will. Aus mehreren Vorher-nachher Interviews haben wir erfahren, dass die meisten sehr viel aus dem gezeigten mitgenommen haben und sich viel bewusster sind was es heisst mal ein Zug von einer Zigarette zu nehmen oder nur ein wenig Crack zu probieren.

### **Suchtkranke Menschen**

Im dritten Teil des Filmes geht es um junge abhängige Leute, sei es Alkohol, Heroin, PC, Gras oder Handyabhängige. Abhängige Leute erzählen von ihrem schwierigen Leben und man sieht wie sie unter der Sucht litten mit den ganzen Entzugserscheinungen und dem ständigen Drang der Sucht nachzugehen. Man bekommt viele Eindrücke in das Leben der Menschen in einer Entzugsklinik und lernt auch viel über den Zustand der Menschen dort. Es wird uns klargemacht, dass damit nicht zu spassen ist.