

Nichtrauchen als Unterrichtsthema

Beitrag von „carla“ vom 7. Februar 2006 17:08

@ Potilla:

Zitat

Methode 'Suchtsack'

Hinter dem 'Suchtsack' verbirgt sich eine Übung, die die Teilnehmer/innen anregen soll, das eigene Konsumverhalten zu reflektieren und darüber miteinander ins Gespräch zu kommen. Ziel ist es, diverse Funktionalisierungen (Frustlöser, Kontakthilfe, Entspannungsmittel etc.) als Gebrauchs- oder Missbrauchmuster im eigenen Alltag zu erkennen. Und so wird's gemacht

Je nach Gruppe und Referent kann dies tiefer in die Privatsphäre gehen und persönliche Themen und Erfahrungen ansprechen bzw. eröffnen. Deshalb ist es nötig einen Vertrauensrahmen zu schaffen.

Hierzu gehört die Zusicherung aller, dass Anonymität nach Außen gewährleistet wird. Über Themen darf gesprochen werden, sie dürfen aber nicht mit Teilnehmer/innen in Verbindung gebracht werden.

Jede/r achtet auf seine (inneren) Grenzen und offenbart entsprechend viel von sich und seinen Erfahrungen.

Anleitung

Der Sack ist mit Symbolen und Originalen für verschiedene stoffliche und nicht stoffliche Arten süchtigen Verhaltens gefüllt. Die pädagogische Arbeit mit diesem Hilfsmittel vollzieht sich in zwei Schritten:

Schritt 1

Ein/e Teilnehmer/in sucht sich ohne hinzuschauen einen zu ihm passenden Gegenstand heraus. Die Person berichtet, wo dieser Gegenstand in ihrem Alltag auftaucht, was für eine Rolle es für ihn/sie spielt, wie er/sie ihn einsetzt, welche Erfahrungen gemacht worden sind etc.

Im Anschluss berichtet die Gruppe über ihre Erfahrungen oder Assoziationen in Verbindung mit diesem Gegenstand

Schritt 2

Aufgabe des Referenten oder der Referentin ist es, mit Hilfe von Fragen Reflexionsanstöße zu geben und Austausch zu gewährleisten. Eine wichtige Motivationshilfe ist erfahrungsgemäß das Einbringen eigener Erfahrungen und Reflexionen durch den Referenten. Je nach Situation können einzelne Sachinformationen (Zahlen, Wirkungsweisen, Besonderheiten) einfließen, der Austausch sollte aber im Vordergrund stehen.

Hinweis:

Klärungsbedürftige Fragen sollten gesammelt werden.

Alles anzeigen

Weiteres zur Füllung des Suchtsacks findet sich z.B. unter

<http://www.ginko-ev.de>

carla