

SUCHTPRÄVENTION IM SPORTVEREIN



FORTBILDUNGSMANUAL

***Herausgegeben von der
Bielefelder Arbeitsgemeinschaft Sport & Sucht***

*DSC Arminia Bielefeld e.V.
BaLiOGO, Life-Balance in Organisation
Drogenberatung e.V., Fachstelle für Suchtvorbeugung
Fan-Projekt Bielefeld e.V.
Jugendamt der Stadt Bielefeld
Polizeipräsidium Bielefeld, KK 44- Vorbeugung
Sozial- und kriminalpräventiver Rat der Stadt Bielefeld(SKPR)
Stadtsportbund Bielefeld e. V.*

AnsprechpartnerIn:

Ursula Castrup, Drogenberatung e.V., fon 0521 96780-60

Jürgen Lambrecht, Polizei Bielefeld, fon 0521 5453567

Thomas Niekamp, SKPR der Stadt Bielefeld, fon 0521 516279

Inhalt

Einführung

- Begrüßung und Vorstellung
- Einführung in die Thematik
- Übung

Baustein 1 Rausch und Risiko

- Vortrag: „Rauscherfahrungen im Sport“
- Brainstorming: Eigene Rauscherlebnisse
- Vortrag: „3. Halbzeit“
- Diskussion

Baustein 2 Vorbildfunktion

- Einführung
- Übung: Vorbildfunktion
- Übung: Wahrnehmung
- Ressourcen und Missstände
- Fragebogen „Was ist in ihrem Sportverein üblich?“

Baustein 3 Gesetzliche Bestimmungen

- Vorstellen der Fragebogenergebnisse
- Vortrag: Gesetzeslage
- Vortrag: Garantenpflicht

Baustein 4 Intervention und Unterstützung

- Einführung/Gruppenarbeit
- Fallbeispiel
- Netzwerke
- Motivierende Kurzintervention

Inhalt

Begrüßung und Vorstellung Einführung in die Thematik Übung

Gedanken zum Thema

Sucht und Sport sind zwei Bereiche, die trotz ihrer Unterschiedlichkeit viel mit einander zu tun haben. Zum einen kann aktiv durchgeführter Sport suchtpreventiv wirken, zum anderen können die den Sport begleitenden Umstände (Vereinskultur, Leistungsdruck, Mobbing, Gruppendruck) suchtfördernden Charakter haben. Gerade im Umgang mit Kindern und Jugendlichen sollten den ÜbungsleiterInnen beide Seiten bewusst sein.

Ziel

Die TeilnehmerInnen sollen:

- eine Einführung in die Thematik und den Aufbau der Fortbildung erhalten.
- Stellung beziehen, ihre eigene Haltung zum Thema formulieren und kritisch hinterfragen.

Durchführung

Vorstellungs- und Inforunde (10 min)

Begrüßung und Abklärung des organisatorischen Rahmens (Pausen, Reader, etc.).

Vorstellung der Teamer/Innen und TeilnehmerInnen. *Arbeitsblatt 1*

Einführung in die Thematik (10 min)

An dieser Stelle wird anschaulich und prägnant formuliert, worum es in der Fortbildung geht. Die Zielgruppen werden benannt: Kinder und Jugendliche, sowie speziell die Gruppe der riskant konsumierenden bzw. verhaltensauffälligen jungen Menschen, die Unterstützung benötigen.

Zeit für Fragen einräumen.

Statementabfrage: Ja/Nein-Übung (10 min)

zur eigenen Haltung, zu Einstellungen und (Vor-) Urteilen. *Arbeitsblatt 2,2a*

Grundsätzliches zur Suchtprävention

Um die einzelnen Bausteine dieses Manuals besser verstehen und einordnen zu können, folgt an dieser Stelle eine kurze Zusammenfassung der Grundlagen moderner Suchtprävention:

Suchtprävention versteht sich als eigenständiges Fachgebiet in der Gesundheitsförderung und stellt eine Querschnittsaufgabe dar. Dabei gilt es, Personen ohne konkrete Suchtmittelprobleme anzusprechen und Suchtprävention über Informationsvermittlung, Lebenskompetenztraining, Stärkung der Persönlichkeit sowie Standfestigkeitstraining anzubieten. Des Weiteren hält die Suchtprävention auch Maßnahmen für die Früherkennung und Frühintervention vor, die Menschen mit einem missbräuchlichen Suchtmittelkonsum vor einer Suchtentwicklung bewahren sollen.

Suchtprävention arbeitet grundsätzlich zielgruppenorientiert und hält Maßnahmen sowohl für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsenen vor sowie für MultiplikatorenInnen aus pädagogischen Kontexten und für Eltern.

Am wirkungsvollsten ist Suchtprävention immer dann, wenn verhaltensbezogenen Maßnahmen, die sich direkt an die Personen richten, gekoppelt sind mit strukturellen Maßnahmen innerhalb einer Organisation, eines Betriebes oder einer Gesellschaft.

Suchtprävention hat grundsätzlich alle Mitglieder einer Gesellschaft im Blick – gleich welchen Alters und welcher Herkunft. Dennoch ist die Gruppe der Kinder, der Jugendlichen und jungen Erwachsenen eine besonders wichtige Zielgruppe, da sie aufgrund ihrer Entwicklungsaufgaben in der Phase des Erwachse Werdens eine Neigung zu riskanten Verhaltensweisen und Probierverhalten haben. Durch die noch nicht abgeschlossene körperliche, soziale und persönliche Entwicklung kann es u. U. zu schweren und weit reichenden Folgen bei andauerndem und missbräuchlichem Suchtmittelkonsum kommen.

Dennoch kann das Ziel ab einem bestimmten Alter nicht die völlige Abstinenz sein, sondern das Erlernen eines verantwortungsvollen Umgangs mit Genuss-/Suchtmitteln.

Ziele der Suchtprävention:

- Verhinderung eines Suchtmittelmissbrauches und einer Suchtentwicklung;
- zeitliches Hinauszögern der ersten Konsumerfahrungen von Kindern und Jugendlichen;
- suchtpreventive Beeinflussung der Lebenswelten in z.B. Familie, Schule, Betrieb, Sportverein;
- Früherkennung und Frühintervention bei Suchtmittelmissbrauch.

Einführung in die Thematik

Suchtprävention im Sportverein?!

Suchtmittel wie Alkohol, Tabak oder auch bestimmte Medikamente sind fester Bestandteil unserer Gesellschaft und in viele Lebensbereiche integriert. Auch illegale Drogen, vor allem Cannabis, werden gerade von Jugendlichen trotz oder gerade weil sie verboten sind, konsumiert.

Viele Menschen haben jedoch Probleme mit Suchtmitteln. Missbrauch und Abhängigkeit bedeuten nicht nur für den Betroffenen und deren Angehörige viel persönliches Leid, sondern verursachen auch gesamtgesellschaftlich (Arbeitsbereich, Gesundheitskosten) große Schäden.

Von denen, die Alkohol konsumieren, wird zwar nur ein kleiner Teil alkoholkrank. Viele aber betreiben Alkoholmissbrauch. Sie trinken viel zu viel, was zum einen für die Person selbst (körperlich Erkrankungen) aber auch für andere schwerwiegende Folgen haben kann: in der Familie, im Arbeitsleben, im Straßenverkehr.

Auch der Tabakkonsum, der zwar bei den jungen Menschen rückläufig ist, bleibt ein großes Problem. Dass Rauchen krank macht, weiß heute jedes Kind. Da Tabak aber ein sehr hohes Suchtpotential hat, werden immer noch viele abhängig.

In deutschen Sportvereinen waren im Jahre 2004 rd. 23.6 Millionen Menschen Mitglieder. Das entspricht einem Bevölkerungsanteil von 28,6 %. Insbesondere Kinder, Jugendliche und junge Erwachsenen sind stark vertreten. Deutscher Sportbund (2005): Bestandserhebung 2005. www.dsb.de

Wir müssen davon ausgehen, dass in den Vereinen die Suchtmittel häufig dazu gehören. Siege werden gefeiert, nach dem Spiel sitzt man gemütlich beim Bier zusammen usw. Bislang wurde seitens der Sportvereine selten der problematische Aspekt diskutiert. Allgemeine Regeln zum Umgang mit Suchtmitteln existieren häufig nicht.

20 % der 12 – 25-Jährigen geben an, im Sportverein gelegentlich Alkohol zu trinken, 4 % tun dies meistens. BZgA 2004: Die Drogenaffinität Jugendlicher in der BRD 2004, www.bzga.de

Die Einstellung von Kindern und Jugendlichen zu Suchtmitteln und letztlich auch ihr Umgang damit werden entscheidend durch das erwachsene Vorbild geprägt. ÜbungsleiterInnen und JugendgruppenleiterInnen sind in ihren Sportvereinen für die Kinder und Jugendlichen Vorbilder, sie tragen damit auch eine pädagogische Verantwortung.

Sportvereine können eine attraktive Alternative zur „Freizeitgestaltung mit Suchtmitteln“ bieten. Sie können die Gesundheit und Persönlichkeit der Kinder stärken. Und „starke Persönlichkeiten“ sind erwiesenermaßen weniger suchtfährdet. Allerdings wirken Sportvereine keineswegs generell suchtpreventiv. Eine Längsschnittstudie kommt zu dem Ergebnis, dass die optimistische Annahme von den positiven Wirkungen der Sportvereine auf die jugendliche Entwicklung zu relativieren ist. Die Studie belegt, dass jugendliche VereinssportlerInnen keineswegs weniger Alkohol trinken oder illegale Drogen konsumieren als Nichtmitglieder. Lediglich beim Rauchen zeigten sich niedrigere Konsumraten, allerdings nicht in Fußballvereinen. Vereinsfußballspieler waren beim Konsum von Bier und Zigaretten Spitzenreiter. Die Autoren weisen darauf hin, dass Sportvereine durchaus hohe pädagogische und soziale Potentiale haben, diese aber nicht per se wirken, sondern aktiv genutzt werden müssen. Brettschneider, W.-D., Kleine, T. (2001): Jugendarbeit im Sportverein – Anspruch und Wirklichkeit.

Inhalt

Vortrag: Sport und Rausch **Brainstorming: Eigene Rauscherlebnisse** **Vortrag: 3. Halbzeit /Rauschmittel im Sport** **Diskussion**

Gedanken zum Thema

Im Sport gibt es viele Möglichkeiten, Rauscherlebnisse ohne die Einnahme von Rauschmitteln zu erfahren, so werden z.B. im Siegesrausch und Freudentaumel körpereigene Drogen freigesetzt.

Die intensive Erfahrung der geschafften Leistung ist eine Seite, sich den Rausch durch Alkoholkonsum zu verschaffen, um einen Sieg zu feiern oder eine Niederlage zu verkraften, ist die andere Seite.

Ziel

Die TeilnehmerInnen sollen:

- eine Einführung in die Thematik erhalten;
- das Bedürfnis des Menschen nach Rauscherlebnissen sowie das Bedürfnis der Jugendlichen nach Grenzüberschreitung verstehen;
- Risiko- und Schutzfaktoren bzgl. der Ausbildung eines riskanten Konsummusters bzw. einer Sucht kennen lernen.

Durchführung

Rauscherfahrungen im Sport (15 min)

Eine Präsentation von Bildern, die „Rauschzustände“ dokumentieren, sowie Zahlen und Fakten zum Konsum von Rauschmitteln, liefern die Grundlage für eine Auseinandersetzung mit der Thematik. *Vortrag Teil 1*

Brainstorming (10 min)

Eigene Rauscherlebnisse: Welche Rauscherlebnisse kennst Du persönlich bzw. aus dem Verein? Wie schätzt Du diese ein (positiv, negativ, gefährlich...)? *Arbeitsblatt 1*

3. Halbzeit (15 min)

Vortrag zu Risiko- und Schutzfaktoren (*Vortrag Teil 2*)

Warum konsumieren Jugendliche Suchtmittel, welche Risiko- bzw. Schutzfaktoren spielen in diesem Zusammenhang eine Rolle und wo ist der Sportverein verortet.

Inhalt**Einführung**
Übung: Vorbildfunktion/Wahrnehmung
Ressourcen und Missstände
Fragebogen**Gedanken zum Thema**

Junge Menschen orientieren sich stark an Vorbildern (positiv wie negativ) und entwickeln über das „Vorleben“ durch andere eigene Verhaltensmuster. Sie orientieren sich an für sie wichtigen Personen, wie Eltern, Freunden, Mentoren, Stars aus unterschiedlichen Bereichen. In diesem Kontext spielen auch Trainer eine nicht zu unterschätzende Rolle: der am Spielrand stehende, rauchende Trainer wird ebenso zu einem Vorbild, wie der Trainer, der die Kinder und Jugendlichen zu einem gesunden Lebensstil ermuntert. Ebenso übernimmt der Verein mit seiner Vereinsstruktur, den Gepflogenheiten und Ritualen, dem Image, das nach außen hin vertreten wird, eine solche Vorbildfunktion. In diesem Baustein geht es um die Vorbildfunktion der Trainer.

Ziel

Die Teilnehmer sollen:

- Stellung beziehen und die eigene Haltung zum Thema hinterfragen,
- ihrer eigene Vorbildrolle und die Vereinsstruktur kritisch hinterfragen.

Durchführung

Vorbildfunktion des/der Trainer/in (10 min)

Einführung: Vorbild, Verantwortung, Vertrauen, die drei V's gehören zusammen, wenn wir uns über die Vorbildfunktion unterhalten. *Arbeitsblatt 1*

Paarübung (10 min)

In einer Paarübung sollen sich die TN dem Thema nähern, indem sie gezielt Fragen diskutieren und die Ergebnisse dem Plenum vorstellen. *Arbeitsblatt 2*

Gruppenarbeit „Bergsteigerspiel“ (30 min)

Die Gruppen bekommen die Aufgabe suchtfördernde und suchtpreventive Merkmale, die ihre Vereine kennzeichnen, zu benennen und Veränderungsmöglichkeiten zu diskutieren. *Arbeitsblatt 3*

Fragebogen: (10 min)

„Was ist in Ihrem Verein üblich?“ Einstellung zu Alkohol und Tabak im Verein.

Der Fragebogen wird bis zum nächsten Mal ausgewertet und vorgestellt. *Arbeitsblatt 4*

Einführung

Bedeutung des Vorbildes für JugendgruppenleiterInnen in Sportvereinen

Kinder und Jugendliche beobachten genau, wie ihre BetreuerInnen im Sportverein mit Niederlagen und mit Erfolgen umgehen, ob sie einzelne bevorzugen oder als gerecht wahrgenommen werden. Sie erspüren auch schnell, ob jemand für andere als rein sportliche Belange ansprechbar ist.

Bei einer Untersuchung gab ein großer Teil der befragten Jugendlichen an, dass sie sich bei Problemen an ihre TrainerInnen wenden würden. Dies macht deutliche, dass JugendgruppenleiterInnen, TrainerInnen, aber auch andere Funktionsträger in Sportvereinen Vorbilder für die ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen sind.

Für diesen Personenkreis bedeutet das, dass sie ihr Verhalten im direkten Kontakt mit den Kindern und Jugendlichen immer wieder überprüfen sollten. Eine Schulung der eigenen Wahrnehmung und der Fremdwahrnehmung auch mit Blick auf die Geschlechterzugehörigkeit der ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen, ermöglicht eine fördernde und unterstützende Haltung im sportlichen Miteinander.

Inhalt

Rückblick/Einführung **Vortrag: Gesetzeslage** **Vortrag: Garantenpflicht**

Gedanken zum Thema

Suchtprävention sollte immer auf zwei Ebenen angesiedelt sein. Zum einen sprechen wir von der strukturellen Prävention, der Verhältnisprävention, die sich mit suchtfördernden und suchpräventiven Strukturen auseinandersetzt. Zum anderen gibt es die verhaltensbezogene Prävention, die auf das individuelle Verhalten einer Person abzielt. Auf Vereinsebene wäre u. a. das Vorbildverhalten eines Trainers zu nennen, das eine verhaltensbezogene Wirkung erzielt, während eine alkoholfreie Sportveranstaltung eine strukturelle Maßnahme ist.

Die Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes sowie das Betäubungsmittelgesetz sind Teil eines strukturell verankerten Regelwerkes, das Auswirkungen sowohl auf die Verhältnis- wie die Verhaltensprävention haben kann.

Ziel

Die Teilnehmer sollen:

- die gesetzlichen Bestimmungen und deren Konsequenzen kennen und in ihren Vereinen verstärkt auf die Einhaltung der gesetzlichen Bestimmungen achten,
- die Garantenpflichten kennen.

Durchführung

Einführung (15 min)

die Bedeutung von Verhaltens- und Verhältnisprävention soll an dieser Stelle herausgearbeitet werden. Im Anschluss werden die Fragebogenergebnisse aus Baustein 2 vorgestellt und diskutiert.

Gesetzeslage (30 min)

Die gesetzlichen Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes (§§ 9 und 10 JuSchG) und des BtMG werden vorgestellt und erläutert. Die möglichen Konsequenzen werden aufgezeigt.

Garantenpflicht (15 min)

Die Garantenstellung von TrainerInnen oder BetreuerInnen wird erläutert und mögliche Konsequenzen aufgezeigt (§ 13 StGB und §§ des BGB).

Inhalt

Einführung Fallbeispiele Lokales Netzwerk Motivierende Gesprächsführung

Gedanken zum Thema

Die Arbeit mit jungen Menschen und das Engagement der TrainerInnen in Sportvereinen beinhalten eine große Chance, Kinder und Jugendliche in ihren Fähigkeiten zu fördern aber auch die Möglichkeit zur Frühintervention, wenn sich problematische Verhaltensweisen/Entwicklungen abzeichnen. Entscheidend ist, dass die Kontaktpersonen, hier die TrainerInnen, auf ein Netzwerk von Hilfseinrichtungen zurückgreifen können, wo Jugendliche und ggf. auch Eltern schnell und unkompliziert Rat und Unterstützung erhalten.

Ziel

Die Teilnehmer sollen:

- Interventionsmodelle und Netzwerke kennen lernen, um Jugendliche unterstützen zu können, die problematische Verhaltensweisen zeigen bzw. sich in einer Krise befinden.

Durchführung

Einführung: (10 min) Anzeichen für Gefährdung und Suchterkrankung/Brainstorming

Gruppenarbeit: (25 min) Wie begegne ich gefährdeten Jugendlichen Arbeitsblatt 1

Fallbeispiel: Was mache ich, wenn...?

An einem Beispiel exemplarisch besprechen, welche Interventionen möglich sind.

Netzwerke: (15 min) Das lokale Netzwerk der Hilfseinrichtungen vorstellen.

MOVE: (10 min) Motivierende Kurzintervention bei konsumierenden Jugendlichen:

Die Methode der motivierenden Gesprächsführung sowie das Fortbildungsangebot MOVE werden vorgestellt. Den TeilnehmerInnen wird eine weitere Fortbildungseinheit zu diesem Bereich angeboten.

Abschluss: Broschüren, Flyer und Reader werden verteilt.

Einführung

Anzeichen für Suchtgefährdung

Es gibt keine eindeutigen Anzeichen für eine Gefährdung und auch nicht für eine Sucht, der Übergang ist oftmals auch fließend. Aber es gibt Hinweise und die fordern zum Handeln heraus.

Brainstorming / Beispiele

Anzeichen für eine Gefährdung:

- sich stark zurückziehen und absondern,
- sich dauern langweilen / herumhängen;
- extreme Stimmungsschwankungen;
- übertrieben unsicher, unselbständig und ängstlich;
- keine Freunde / nicht auf andere zugehen;
- keine Pläne für die Zukunft / alles schwarzsehen;
- große Probleme in Schule oder Ausbildung,
- Schwierigkeiten und Konflikte in der Familie,

- jede sich bietende Gelegenheit zum Suchtmittelkonsum nutzen,
- oft berauscht sein und große Mengen konsumieren,
- Konsum verharmlosen,
- etc.

Was mache ich, wenn

Wenn Sie glauben, dass eine Gefährdung vorliegt

...besprechen Sie sich zunächst mit einer anderen Vertrauensperson,
überprüfen Sie die eigene Wahrnehmung
...führen Sie mit der betreffenden Person ein Gespräch,
nehmen Sie sich Zeit, teilen sie Ihre eigene Besorgnis mit, vermeiden sie
Vorwürfe, bieten sie Unterstützung an, fragen Sie nach Gründen
und sichern sie Vertraulichkeit zu.

Wenn Sie glauben, dass konkrete Suchtprobleme vorliegen,

dann ist auf jeden Fall professionelle Hilfe erforderlich. Holen Sie sich professionelle Unterstützung für ein Gespräch.

|

Literatur:

Brettschneider, W.-D., Kleine, T.
(2001): Jugendarbeit im Sportver-
ein – Anspruch und Wirklichkeit.

BZgA 2004: Die Drogenaffinität
Jugendlicher in der BRD 2004,
www.bzga.de

Deutscher Sportbund (2005): Be-
standserhebung 2005. www.dsb.de

www.

COOL & CLEAN

... for the SPIRIT of SPORT

Ideen, Anregungen und Zitate
aus:

Bausteinmappe
Starke Sportvereine
Suchtprävention im Sportverein
Niedersächsische Landesstelle für
Suchtfrage

Überlassung der PowerPoint-
Präsentation zur Überarbeitung

Die Stellen für

Suchtprävention
im Kanton Zürich