REBOUND
meine Entscheidung

Lebenskompetenz- und Risikokompetenzprogramm

Gesundheitsförderung und Suchtprävention für junge Menschen von 14 bis 24 Jahren

Entwickelt am
Institut für Medizinische Psychologie
Zentrum für Psychosoziale Medizin
Universitätsklinikum Heidelberg (2009-2014)

UniversitätsKlinikum Heidelberg

Gefördert von der EU (DPIP) 2010-2012

FINDER

Ziele von REBOUND

REBOUND verfolgt drei Ziele

1. **Stärken bewusst machen und fördern**
   BEWUSSTHEIT

2. **Einen eigenständigen und gesunden Umgang mit Risiken erlernen**
   RISIKOKOMPETENZ VON EINZELNEN

3. **Risikobewusste Peer-Groups**
   RISIKOKOMPETENZ ALS NORM

Die drei Säulen von REBOUND

Schulkurs

- 16 Einheiten (90 Min.)
- Information
- Soziale Kompetenzen
- Resilienz
- Risikokompetenz
- Selbstreflexion
- Achtsamkeit
- Perspektivwechsel

1

Mentoring

- Modelle für Persönlichkeitsentwicklung und Resilienz mit der Kursgruppe in Kontakt bringen
- Peer-Mentoren als Kursbesucher in der Lebenswege-Stunde
- Kursassistenz

2

Schulentwicklung

- Verhältnisprävention in den Blick nehmen: Suchtmittelvereinbarung erneuern
- Unterrichts- und Methodenentwicklung
- Personalentwicklung
- Supervision, Intervision
- Team Teaching

3

Ziele des Programms

Schüler

- Entwicklung von Sozialen- und Selbstkompetenzen
- Bewusste Entscheidungen
- Kontrollierter Umgang mit Alkohol und anderen Drogen
  → Risikokompetenz
- Medienkompetenz

Lehrer

- Professionelle Entwicklung und Selbstreflexion
- Beziehungspädagogik
- Projektorientiertes Unterrichten
- Methoden zum Klassenraum-management

Schulen

- Integration von wirksamkeitsorientierter Gesundheitsförderung und Suchtprävention in das Schulprofil
- Soziales Lernen professionalisieren
- Reflexion über Schüler- und Lehrergesundheit
- Partnerschaften mit Universitäten und dem sozialen Hilfesystem

Studierende

- Mentor für andere sein
- Lehrerfahrung sammeln

Wissenschaft: Ausgewählte Ergebnisse

- Reduziert die Anzahl von **Rauscherfahrungen**
- **Reduziert** Alkohol- und Cannabiskonsum/Monat in Gymnasien
- Verbessert das **Gruppenklima**
- Erhöht die **Fähigkeit zur Selbstreflexion**
- Fördert **Medienkompetenz**
- Verbessert die **Risikowahrnehmung**
- Verbessert das **Wissen** über Alkohol und andere Drogen

*Dies sind Ergebnisse der quantitativen Pilotevaluation (kontrollierte Studie mit Randomisierung) und qualitativer Erhebungen zwischen 2010 und 2012

Die wichtigste Einzelmethode in REBOUND:
Explorative Filmarbeit

Situation beschreiben

genaues Beobachten einüben

Hintergrund erarbeiten

Motive und Fakten ergründen, Verborgenes finden, Zukunftsprojektionen machen, benötigte Stärken herausarbeiten

Experimente durchführen und bewerten.
Stärken in den Mittelpunkt stellen.

Lehrer und Sozialarbeiter erleben sich in der Rolle des Lernbegleiters und Forschers.

Mit Medien *gestalten*.
Kreativität und *Problemlösefähigkeit* im Team üben.

Selbst Denken und Entscheiden.
Ressourcen und Vulnerabilität entdecken.

Was braucht es um REBOUND umzusetzen?

- Zustimmung der Gesamtlehrerkonferenz
- Weiterbildung von mind. 1,5 Pädagog*innen pro Zug
- Integration des Programms in den Stundenplan der 8., 9. oder 10. Klassenstufe

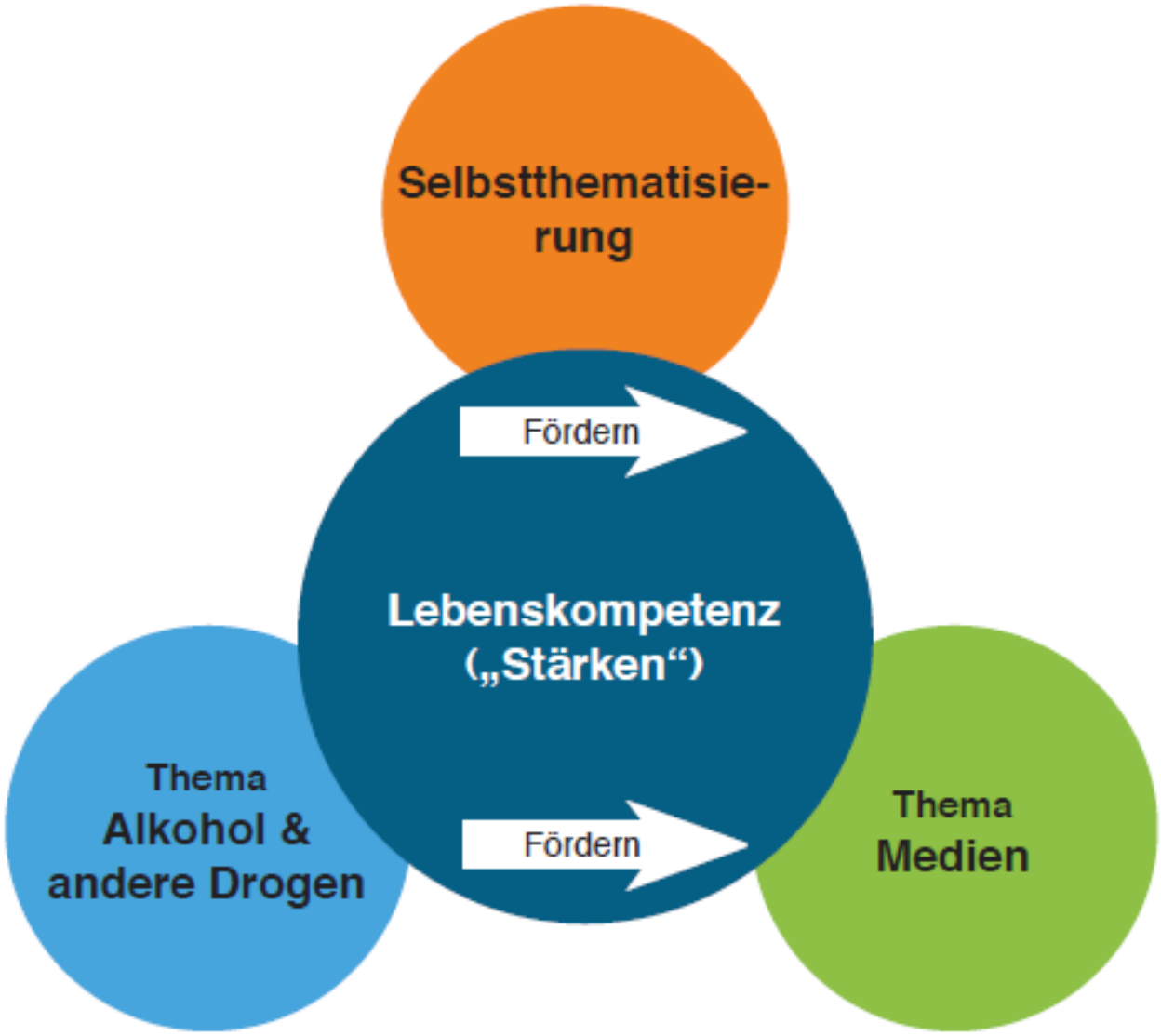
Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

www.finder-akademie.de

info@finder-akademie.de

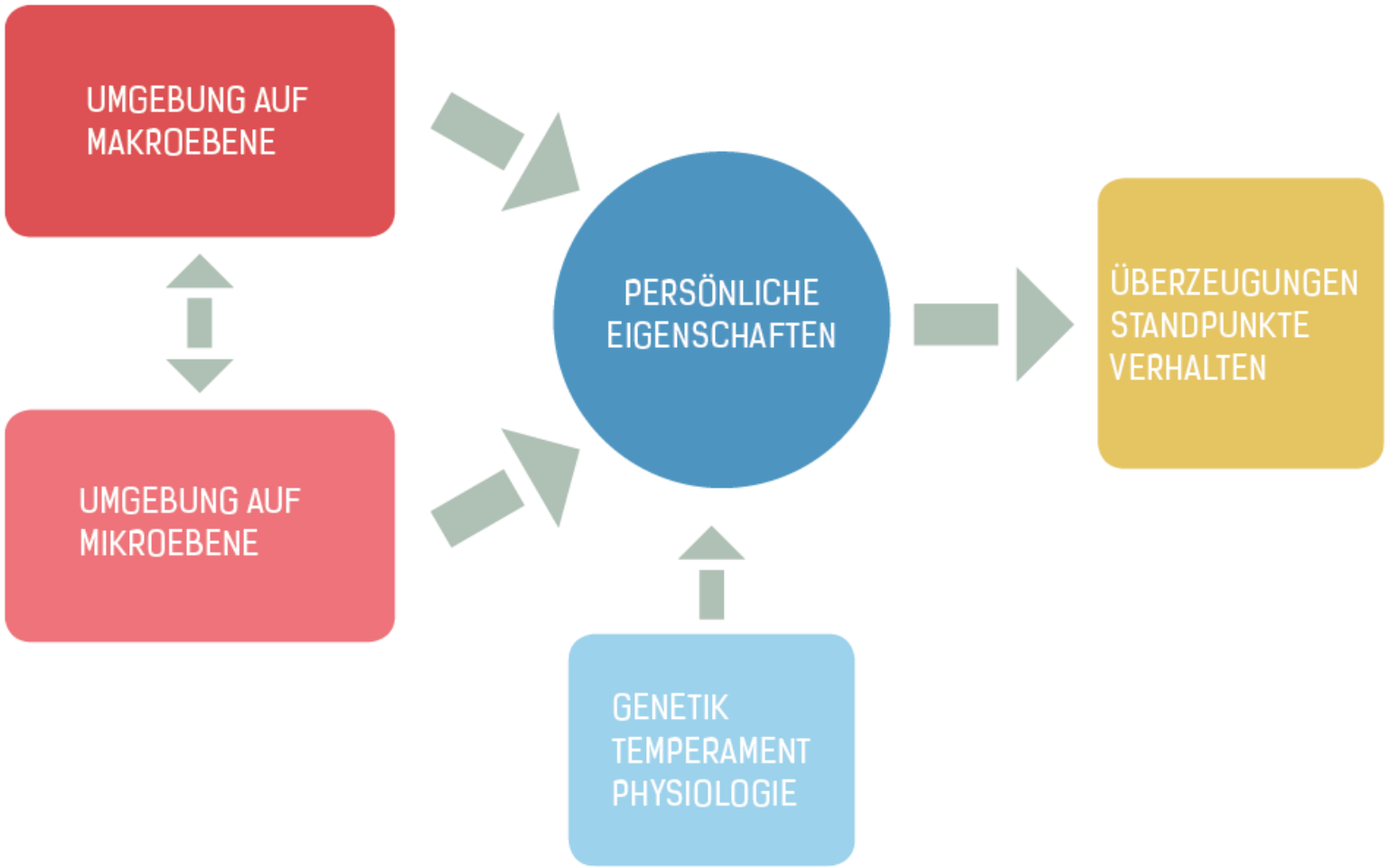
FINDER e.V.
c/o betahaus
Prinzessinenstr. 19-20
10969 Berlin

FINDER


Selbstthematisie-
rung
Fördern
Lebenskompetenz
(„Stärken“)
Fördern
Thema
Alkohol &
andere Drogen
Thema
Medien

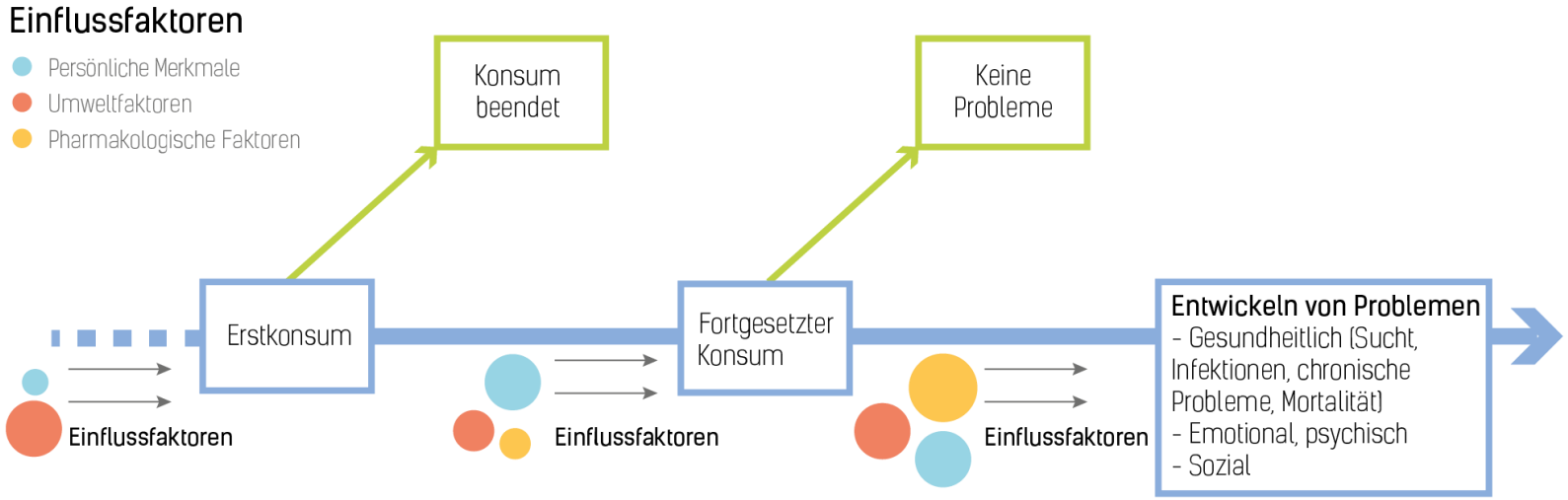
Informiert
Kontrolliert
Orientiert
Team
Mentoren
Regie
Reflektiert
Ich kann mir gesichertes Wissen verschaffen und mein Wissen überprüfen.
Ich kann in wichtigen Situationen überlegt handeln.
Ich weiß, was mir wichtig ist und wohin ich im Leben gehen möchte.
Ich kenne die Stärken meines sozialen Netz-werks.
Ich weiß, wer mich im Leben unterstützt.
Ich kenne meine Stärken und nutze diese.
Ich kann aus guten und schlechten Erfahrungen lernen.
Magic 7

Woraus erklärt sich eigentlich (Risiko)Verhalten?



nach UNODC, 2013

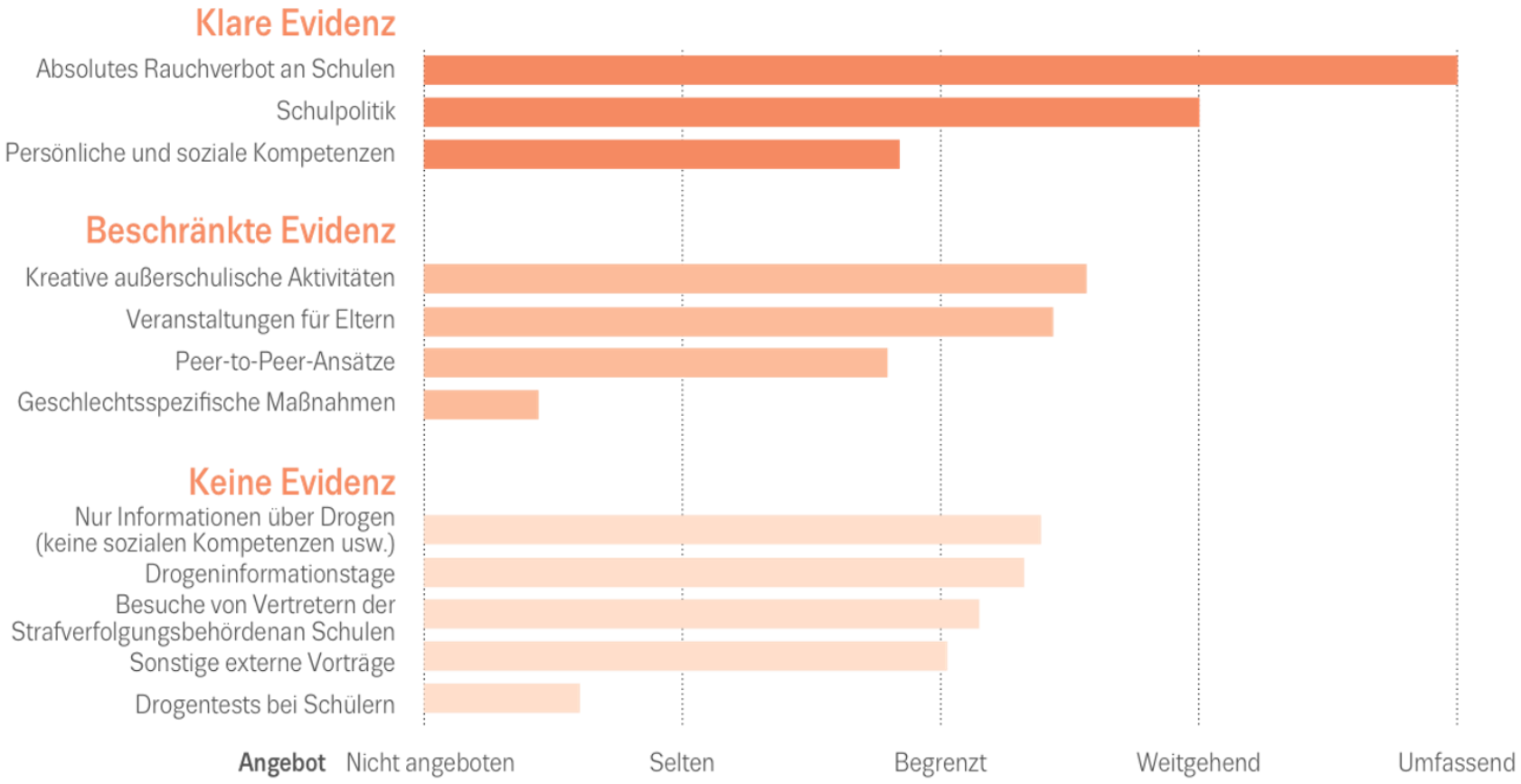
Und welche Faktoren sind am bedeutsamsten?



nach UNODC, 2013

„Ich frage mich: Machen wir einen Unterschied?“

Und was sagt die Wissenschaft?



EMCDDA
2017

Best Practice in der Suchtprävention	Umsetzung in REBOUND
Intensive Programme (10 oder mehr Sitzungen)	16 Sitzungen a 90 Min. → intensiver Einfluss
Hoch interaktive Ansätze	Programm für kooperatives Lernen → es wird in verschiedenen Gruppenformaten (Dyade, Triade, kleine oder große Gruppen) gearbeitet; theaterpädagogische Übungen werden eingesetzt; Frontalunterricht wird möglichst vermieden
Wissensvermittlung: positive Wirkung, wenn Programmbestandteil/ keine oder schwache Wirkung, wenn ausschließliche Methode	Neben Wissensvermittlung werden theaterpädagogische Übungen, Szenarioanalysen, Gruppenübungen und Online-Aktivitäten durchgeführt → „Infotainment"
Wissensvermittlung soll sich an den Bedürfnissen der Jugendlichen orientieren	Anwendungsbezogenes Wissen (z.B. was tun im Notfall) wird vermittelt
Systembezogenes Arbeiten, d.h. Peers, Eltern, Lehrer und Schulbehörden einbeziehen	Eltern werden im Rahmen von Elternabenden für das Thema sensibilisiert; freiwillige Mentoren unterstützen den Kurs; regelmäßige Supervision für Lehrer

Best Practice in der Suchtprävention	Umsetzung in REBOUND
Vermittlung von Lebens-kompetenzen (life-skills)	• Übungen um autonome Entscheidungsfindungen, Kommunikationstechniken, Selbstwirksamkeit und Selbstverantwortung zu stärken • Die Arbeit mit drogenbezogenen Szenarien zur Förderung kritischer (Selbst-) Reflexionen • Coping skills werden vermittelt
Förderung der Kommunikation und Beziehungen zwischen Schülern und Stärkung von Gemeinschaften	• Förderung zentraler Resilienzfaktoren wie soziale Teilhabe (Team), Verbundenheit (Mentoren) und Selbstwirksamkeitserwartung (Regie)
Berücksichtigung normativer Aspekte (Reflexion und Modifizierung des „False-Consensus-Effektes“)	• Arbeitet mit normativer Pädagogik → Konsument soll sich nicht als einer unter vielen fühlen / nicht das Gefühl haben, dass das „ganz normal“ ist
Anwendung des „social influence models“ – Reflexion über Normen der Eltern und Peers in Bezug auf Alkohol und andere Drogen	• Arbeiten mit Szenarien initiiert die Reflexion über eigene Motive und die Motive von anderen (z.B. Umgang mit Gruppendruck)

Negative Effekte von Suchtprävention?

- **Evaluationsstudien von Suchtpräventionsmaßnahmen zeigen, dass manche Vorgehensweisen sich negativ auswirken können (Werch & Owen 2002, Wicki & Stübi 2001, Rhule 2005)**
  - → Zunahme von Substanzkonsum (z.B. bei einseitiger Vermittlung von Resistance-skills)
  - → Reduktion in der Risikowahrnehmung (aber: irreale Risikowahrnehmung ist schlecht)
  - → Eventuelle Stigmatisierungen

- **Gründe der negativen Effekte (Moos, 2005)**
  - → Mangelhafte Beziehung zu Trainer
  - → Konfrontationen und Kritik innerhalb der Interventionen
  - → Mangelhafte Umsetzung des Programms bzgl. Regeln, Struktur, Transparenz und inhaltlicher Orientierung
  - → Schaffung von „Devianzmodellen" (Programme für Risikogruppen = „youth-at-risk")
  - → Stigmatisierung, überzogene/unangemessene Zielsetzung an Teilnehmer, „problem talk", und Problemorientierung anstelle von Ressourcenorientierung

Negative Effekte von Suchtprävention?

- **Vermeidung negativer Effekte in *REBOUND***

  - ✓ Methoden, wie Ablehnungs-Training oder Furchtappelle ohne vorherige Reflexion individueller Motive werden vermieden (→ nur dann sinnvoll, wenn Jugendliche konservative Einstellung ggü. Drogen aufweisen)

  - ✓ ***REBOUND*** vermeidet soziale Etikettierung (keine Trennung von Risikogruppen)

  - ✓ ***REBOUND*** verwendet das „Gatekeeper-Konzept" (Kursleiter / Lehrer als Bezugsperson)