

## Sucht – (K)ein Thema?

Nikotinabhängige, die jede Pause nutzen, um eine Zigarette zu rauchen, Obdachlose, die unter einer Brücke ihren Rausch ausschlafen, Männer und Frauen in „geregelten“ Verhältnissen, die am Feierabend ihre tägliche Ration Alkohol oder Tabletten tanken, Junkies auf der Suche nach dem nächsten Schuss, magersüchtige Mädchen, die Kleidergröße 34 nicht mehr ausfüllen wollen, Jugendliche, deren Leben sich vor dem Computer abspielt ... So unterschiedlich die Möglichkeiten sind, von Substanzen oder auch Verhaltensweisen abhängig zu werden, so komplex und facettenreich ist auch der Prozess der Suchtentwicklung. In allen Fällen jedoch sind die zugrunde liegenden Entstehungsmuster und Abläufe ähnlich, wenn nicht sogar gleich.

Ziel dieser Unterrichtssequenz ist es, ausgehend von der Lebensrealität der Schülerinnen und Schüler, Funktion und Bedeutung von Suchtmitteln, aber auch von süchtigen Verhaltensweisen zu beleuchten. Die daraus resultierenden persönlichen Erkenntnisse werden mit theoretischem Hintergrundwissen über Suchtentwicklung kontrastiert. Darüber hinaus werden die Jugendlichen angeregt, eigene Formen süchtigen Verhaltens und Handelns wahrzunehmen und zu reflektieren. Handlungsalternativen und die Übernahme von Verantwortung für das eigene Handeln werden thematisiert.

Im Zusammenhang mit dem Erziehungs- und Bildungsauftrag gilt Suchtprävention als Teil der schulischen Aufgaben. Die Auseinandersetzung mit entsprechenden Fragestellungen ist jedoch überwiegend in der Sekundarstufe I verortet und wird dort in den Lehrplänen vieler Fächer als verbindlicher Unterrichtsinhalt gefordert. Aber gerade die Jugendlichen in der gymnasialen Oberstufe sehen sich mit vielfältigen Entwicklungsaufgaben konfrontiert wie beispielsweise Fragen nach der eigenen Identität und Persönlichkeit, nach Anpassung und Abgrenzung, nach dem Austesten von Freiheiten und Grenzen und nicht zuletzt nach ihrer persönlichen Rolle innerhalb bestimmter Peergroups, so dass gerade in diesem Zusammenhang ein Aufgreifen von suchtpreventiven Aspekten sinnvoll erscheint.

Da die Lehrpläne der Sekundarstufe II in der Qualifikationsphase inhaltlich sehr umfangreich und die Themen abiturrelevant sind, bietet sich die Durchführung dieser Unterrichtssequenz in der Einführungsphase an. Eine fachliche Anbindung kann hier an das Fach Deutsch erfolgen, dessen thematischer Schwerpunkt mit dem Begriff „Identitätsfindung“ zusammengefasst ist. Die hier vorgestellten Materialien können im Anschluss an Lektüre eingebunden werden, die sich thematisch mit ähnlichen Fragestellungen beschäftigt, können aber auch an einem Projekttag oder integriert in einer Projektwoche genutzt werden. Bausteine, wie zum Beispiel das „Sucht-Potpourri“ oder andere Arbeitsaufträge, können auch einzeln Verwendung finden. Ihr Einsatz ist auch in der Sekundarstufe I im Zusammenhang mit der Behandlung suchtpreventiv orientierter Unterrichtssequenzen in unterschiedlichen Fächern möglich.



„Sucht-  
Potpourri“



Schaubild 1  
„Sucht – kann es  
jeden treffen?“

### Einstieg

Mittels eines Schaubilds sollen die Schülerinnen und Schüler zunächst mit dem Thema der Unterrichtssequenz vertraut gemacht und zu freien Äußerungen aufgefordert werden. Hierdurch erfolgt eine erste gedankliche Annäherung an den Unterrichtsgegenstand.



Schaubild 2  
„Sucht-  
Potpourri“

Um einen verstärkten Bezug zur konkreten Lebens- und Erfahrungswelt der Schülerinnen und Schüler herzustellen, eignet sich das „Sucht-Potpourri“. Die Jugendlichen werden aufgefordert das Suchtpotenzial und die Funktion verschiedener stofflicher Substanzen und stoffungebundener Verhaltensweisen zu thematisieren. Dies erfolgt mittels der mit Begriffen versehenen Kärtchen (alternativ selbst Begriffe oder entsprechende Abbildungen zusammentragen). Die Jugendlichen sollen zunächst äußern, was dieser Begriff für sie symbolisiert und in welchem Zusammenhang er auftaucht. Welches Suchtpotenzial wird mit dem Begriff in Verbindung gebracht? Anschließend kann über Erfahrungen oder weitere Assoziationen zum jeweiligen Begriff berichtet werden. Wichtig ist hierbei, dass es den Einzelnen überlassen bleibt, inwieweit sie persönliche Erfahrungen einbringen oder thematisieren möchten. Aufgabe der Lehrkraft ist es, Denkanstöße zu geben, um den Austausch gegebenenfalls zu intensivieren.

Je nach Bedarf und Bereitschaft der Lerngruppe kann der Schwerpunkt auf die fachliche Informationsvermittlung oder auf den Erfahrungsaustausch und dessen Reflexion gelegt werden. Diese Methode ermöglicht es den Schülerinnen und Schülern darüber hinaus zu erkennen, dass jede Person bestimmte Konsum- oder Verhaltensmuster besitzt, die in bestimmten Situationen funktionalisiert werden, und dass gerade dies der Beginn einer Suchtkarriere darstellen kann: Der Konsum oder das Verhalten dient dem Erreichen eines gewünschten (emotionalen) Zustandes: Frustvermeidung, Angstreduktion, Stressabbau, Kontaktherstellung, Stimmungsaufhellung etc.

Als Fazit aus dieser Unterrichtsphase wird festgehalten, dass die Entwicklung von Sucht nicht nur mit dem Konsum illegaler oder legaler Drogen in Verbindung gebracht werden sollte. Vielmehr kann man grundsätzlich nach allem, was Spaß bereitet, das Leben schöner macht und einen sich besser fühlen lässt, süchtig werden, zum Beispiel Sex, Sport, Schlanksein, Arbeit, Social Media, Computerspiele. Darüber hinaus dient das Suchtmittel oder das süchtige Verhalten oftmals auch der Kompensation von unerwünschten, als negativ erfahrenen Zuständen.

### Verlauf

Die im Folgenden vorgestellten Arbeitsmaterialien können von den Schülerinnen und Schülern in verschiedenen Sozialformen und mit unterschiedlichen Methoden erarbeitet werden, entweder in Gruppenarbeit, einer Lerntheke oder auch in Form eines Gruppenpuzzles. Es können einzelne Arbeitsaufträge herausgegriffen oder weggelassen werden. Die Materialien sind so gestaltet, dass sich die Jugendlichen mit verschiedenen Aspekten und Theorien zu Sucht und Suchtverlauf auseinandersetzen können. Einerseits wird eine inhaltliche Informationsbeschaffung und Auseinandersetzung mit der Thematik durch Internetrecherche verlangt, mit dem Ziel, ein fundiertes theoretisches Wissen zu erlangen. Andererseits werden Aspekte von Suchtentwicklung thematisiert, um eine persönliche Auseinandersetzung und Reflexion anzuregen, wobei die Schülerinnen und Schüler eigene Erfahrungen einbeziehen können und auch überlegen sollen, wie sie sich gegenüber Anderen abgrenzen und positionieren und ein „NEIN“ zum Ausdruck bringen können.

Darüber hinaus werden die Schülerinnen und Schüler aufgefordert, Kontakt zu Unterstützungs- und Beratungsstellen aufzunehmen, um zu verdeutlichen, welche Hilfseinrichtungen es gibt, wie diese arbeiten und welche Unterstützung sie bieten können. Bundesweit arbeitende Beratungsstellen sind beispielsweise die Anonymen Alkoholiker (AA), das Blaue Kreuz in Deutschland, der Deutsche Guttemplerorden, der Kreuzbund und die Drogenberatung des Caritasverbandes.



Arbeitsblatt 1  
„Umwelt – Droge  
– Mensch“



Arbeitsblatt 2  
„Suchtverlauf“



Arbeitsblatt 3  
„Sucht als Lern-  
prozess“



Arbeitsblatt 4  
„Es fängt so  
harmlos an“



Arbeitsblatt 5  
„Gründe, Wirkun-  
gen, Folgen“



#### Arbeitsblatt 6 „Beratungs- und Hilfsangebote“

Die Ergebnisse werden – sollte die Bearbeitung in Gruppen erfolgt sein – dem Plenum in Form einer Wandzeitung oder Präsentation vorgestellt.

### Ende

Nach Bearbeitung der Materialien oder gegebenenfalls der Präsentation der Gruppenarbeitsergebnisse erfolgt eine gemeinsame abschließende Reflexion im Plenum. Hierbei fordert die Lehrkraft die Schülerinnen und Schüler zunächst auf zu überlegen, was vor einer Suchtkarriere schützen kann. Die Ideen können entweder auf Kärtchen – die die Lehrkraft zur Verfügung stellt – notiert oder direkt an der Tafel fixiert werden. Anschließend diskutieren die Schülerinnen und Schüler, welche der genannten Aspekte tatsächlich auch für realisierbar sind.

Sollte es nicht schon von den Schülerinnen und Schülern angesprochen worden sein, sollte die Lehrkraft hervorheben, dass es für die eigene Suchtprävention wichtig ist, Handlungsalternativen zu Suchtmittelkonsum beziehungsweise süchtigen Verhaltensweisen zu finden. Für die Suchtprävention ist es bedeutsam, dass die Schülerinnen und Schüler wissen, dass das Suchtmittel zunächst instrumentalisiert wird, mit dem Ziel bestimmte gewünschte Gefühlszustände herzustellen und unerwünschte durch ausweichendes Verhalten (hier das entsprechende Suchtverhalten) zu kompensieren. Gleichzeitig werden andere Möglichkeiten zu Lustgewinn und Konfliktbewältigung vernachlässigt. Die Schülerinnen und Schüler sollten deshalb jede\*r für sich eine persönliche Hitliste gesundheitsbewusster Alternativen aufstellen, die dazu geeignet sind, gewünschte, emotional positive Wirkungen hervorzurufen oder als belastend empfundene Situationen zu mildern: Lieblingsmusik hören, Freunde und Freundinnen treffen, mit Freunden und Freundinnen texten, Spieleabend organisieren, gemeinsam kochen, Sport treiben, sich einen Beauty-Nachmittag gönnen, ein Entspannungsbad nehmen, ins Kino gehen etc.

### Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Sucht hat viele Gesichter,, Oktober 2022

**Herausgeber:** Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin

**Chefredaktion:** Andreas Baader (V.i.S.d.P.), DGUV, Sankt Augustin

**Redaktion:** Dagmar Binder, Stefanie Richter, Universum Verlag GmbH, Wiesbaden,

[www.universum.de](http://www.universum.de), **E-Mail Redaktion:** [info@dguv-lug.de](mailto:info@dguv-lug.de)

**Text:** Melanie Budzinski, Wiesbaden



Internet-  
hinweis



Arbeits-  
blätter



Arbeits-  
auftrag



Präsentation



Video



Didaktisch-  
methodischer  
Hinweis



Lehr-  
materialien



Distanz-  
unterricht