

Interview mit Alexandra Steigerwald und Tom Hupfer

Ich bin so frei – Suchtprävention an Schulen des Landkreises Kitzingen

Die beiden Sozialpädagogen **Alexandra Steigerwald** und **Tom Hupfer** besuchen im Auftrag der Suchtberatungsstelle der Caritas Kitzingen achte Klassen im gesamten Landkreis und gestalten gemeinsam einen ganzen Schultag rund um das Thema Sucht und wie man sich davor schützen kann. Rund 17 Schulklassen haben sie so im vergangenen Jahr zum Thema Sucht aufgeklärt, sensibilisiert und stark gemacht. Für das Interview haben wir die beiden in Würzburg getroffen, wo sie ihr Projekt, den Präventionstag „**Ich bin so frei**“ vorstellen.

Was genau ist eigentlich Sucht?

Alexandra: „Da gibt es verschiedene Definitionen. Was dabei als Suchtmittel dient, ist zuerst einmal egal. Das kann Alkohol sein, das können Drogen oder Medikamente sein. Man kann aber auch internetsüchtig oder handysüchtig, spielsüchtig oder süchtig nach Süßigkeiten oder Fast Food sein. Wir beziehen uns im Projekt auf folgende Merkmale: Der Süchtige verliert durch den Konsum die Selbstkontrolle, die Dosis des Suchtmittels muss immer wieder erhöht werden. Die Folgen der Sucht sind schädlich und zerstörerisch, doch das nimmt der oder die Betroffene wissend in Kauf. Damit einher geht eine Vernachlässigung der eigenen Person, aber auch des sozialen Umfeldes, der Freunde und Verwandten. Schließlich kommt es zu Entzugserscheinungen, wenn der benötigte Suchtstoff nicht vorhanden ist.“

Warum wendet ihr Euch gerade an Achtklässler?

Tom: „Die achte Klasse gibt es in allen Schularten, im Gymnasium, in der Mittelschule, in der Förderschule, in der Wirtschaftsschule usw. So erreichen wir mit unserem Präventionsprogramm möglichst viele Jugendliche. In den achten Klassen hat man außerdem die größte Altersspanne. Die Schülerinnen und Schüler in achten Klassen sind zwischen 13 und 17 Jahre alt. In diesem Alter spielen sich viele wichtige Entscheidungen ab und es werden die ersten Erfahrungen im Umgang mit Suchtmitteln gemacht. In der Pubertät lässt der Einfluss der Eltern nach, der Einfluss der eigenen Clique nimmt zu. Damit verbunden ist eine erhöhte Risikobereitschaft neue Wege zu gehen, neues auszuprobieren, seine Grenzen zu testen. Das ist eine spannende Zeit, und da wollen wir ein Angebot machen.“

Aber über Drogenkonsum klären doch an Schulen regelmäßig die Polizei oder der Drogenbeauftragte auf.

Alexandra: „Wir arbeiten nicht mit Abschreckung, sondern wollen außer aufklären die Jugendlichen stärken: Wo hört Genuss auf und wo fängt Sucht an? Wir wollen nicht mit dem erhobenen Zeigefinger oder drastischen Bildern argumentieren.

Wir machen den Jugendlichen klar, dass sie immer eine Wahl haben und stets Herr ihrer eigenen Entscheidungen sind. Es geht vor allem um das Bewusstsein, dass ich immer ‚Nein!‘ sagen kann, wenn ich in eine Situation komme, in der ich eventuell zum Suchtmittel greife, oder in der ich Suchtmittel angeboten bekomme. Denn jeder hat etwas, das ihn stark macht, und das wollen wir mit den Schülerinnen und Schülern erarbeiten.“

Tom: „Ein wichtiger Punkt dabei ist, – das machen wir gleich zu Anfang klar – dass wir der Schweigepflicht unterliegen. Was während „**Ich bin so frei**“ im Klassenzimmer besprochen wird, bleibt im Klassenzimmer. Wir sprechen weder mit Lehrern, noch mit Eltern oder der Polizei, wenn die Jugendlichen über ihre Erfahrungen mit Drogen oder Sucht sprechen. Das schafft schnell Vertrauen, und dann kommen auch viele offene Fragen von den Jungen und Mädchen. So erreichen wir ein tolles Kommunikationsklima. Die Jugendlichen merken: Wir nehmen dich ernst! Erst wenn Vertrauen da ist, kommen wir mit unseren Informationen zum Suchtverhalten zum Zug.“

Klingt einfach, ist aber erfahrungsgemäß nicht so leicht, das Vertrauen eines 13-Jährigen oder einer 15-Jährigen zum Thema Drogenkonsum oder Magersucht zu bekommen...

Alexandra: „Hier kommt unsere langjährige Berufserfahrung als Sozialpädagogen ins Spiel. Wir arbeiten seit vielen Jahren mit Jugendlichen und Kindern. Zum Beginn des Projektes räumen wir erstmal gemeinsam das Klassenzimmer leer, alle Tische kommen an den Rand. Wir rücken als Gruppe zusammen und lockern die Atmosphäre auf. Das ist schließlich kein normaler Schultag! Dafür haben wir auch ein paar Spiele im Gepäck. Wir bauen einen „Vertrauenkreis“, bei dem die Jungs und Mädels erleben, dass sie sich auf den anderen verlassen können.“

Tom: „Nach diesen Aufwärmübungen gibt es ganz verschiedene Module, zum Beispiel ein Rollenspiel. Wir stellen Situationen nach, in denen der Freundeskreis Druck auf den einzelnen oder die einzelne aufbaut. Jeder von uns kennt solche Gruppenzwang-Situationen. Anschließend können wir in diesem geschützten Rahmen darüber sprechen und dabei üben, Nein zu sagen und klar zu machen: Es ist deine eigene Entscheidung, was du aus dieser Situation machst.“

Mit Zigaretten und Alkohol sind doch Jugendliche alltäglich und offen konfrontiert. Ist ja beides nicht verboten. Fast jeder Achtklässler hat mittlerweile ein eigenes Handy. Was hat das mit Sucht zu tun?

Tom: „Wir stellen bei „**Ich bin so frei**“ immer wieder fest, dass viele Begriffe von den Schülerinnen und Schülern ganz verschieden bewertet werden. Außerdem ist der Wissensstand sehr unterschiedlich. Während einer z.B. den Begriff „Clique“ positiv beschreibt, weil die Gruppe ihn stark macht und er anerkannt ist, empfindet jemand anderes den Begriff als negativ, weil er damit damit schlechte Erfahrungen gemacht hat. Die Clique setzt ihn oder sie unter Druck, hat ausgegrenzt oder sanktioniert. Das gleiche gilt für Begriffe, die mit Sucht und Drogen zu tun haben. Wir zeigen damit, dass es immer mindestens zwei Seiten derselben Medaille gibt. So wird deutlich: Handyzocken ist erstmal nichts Schlimmes, aber wenn mein Freundeskreis dadurch leidet, oder meine Schulleistungen, wenn ich aggressiv reagiere, weil ich keinen Zugang zu WLAN habe oder meine Eltern das Handy einziehen, dann zeige ich erste Anzeichen von Suchtverhalten.“

Alexandra: „**Ich bin so frei**“ ist sehr flexibel, interaktiv und offen. So können wir uns situationsgerecht auf die Gruppe einstellen, mit der wir es zu tun haben. Wir können in manchen Phasen auch einen Exkurs über Mobbing machen, über Vorurteile oder Ausländerfeindlichkeit sprechen, aber wir kehren immer wieder zu unserem Thema Sucht zurück. Am Ende des Tages wissen alle über mögliche Suchtgefahren Bescheid, wie sie sich schützen können, oder wo es Hilfen gibt.“

Womit habt ihr es während des Präventionstages zu tun, welche Süchte und Substanzen sind Thema, wenn ihr mit den Jugendlichen sprecht?

Tom: „Das ist ganz unterschiedlich, aber darauf liegt auch nicht der Fokus. Fakt ist: Das Interesse und die Neugier am Thema Sucht ist unter Teenagern groß. Das zeigen auch die Kommentare, die wir am Ende des Aktionstages bekommen. Da treffen wir offensichtlich mit „**Ich bin so frei**“ einen Nerv. Es gibt Trends, die wir beobachten: Probleme rund um das Thema Essen betreffen vor allem Mädchen. Bei Jungs dreht sich vieles um Handyspiele, aber auch um den Missbrauch verschiedener Substanzen. Da ist das Erfahrungsgefälle ziemlich groß und individuell sehr unterschiedlich. Uns kommt es vor allem darauf an, dass die Jugendlichen wissen, wie sie stark sein können, wie sie Suchtverhalten erkennen und dagegen angehen können und wo es Hilfe gibt. Wenn ich die Mechanismen von Suchtverhalten verstanden habe, ist es zweitrangig, was mein Suchtmittel ist.“

Wenn jemand Suchtverhalten bei sich oder anderen erkennt, wo bekommt er Hilfe?

Alexandra: „Tom und ich machen die Präventionstage an Schulen und sensibilisieren für das Thema Sucht, machen aber keine explizite Suchtberatung. „**Ich bin so frei**“ wird von der Psychosozialen Beratungsstelle für Suchtprobleme der Caritas Kitzingen initiiert. Dort sitzen Suchtberater, die übrigens auch Angehörige und Freunde von Suchtkranken beraten. Dort wird gegebenenfalls auch an Therapeuten vermittelt und sogar ein geschütztes Online-Angebot unter www.beratung-caritas.de ist vorhanden. Die Suchtberatung hat ein Büro in der Schrankenstraße in Kitzingen und eine Außenstelle in der Gartenstraße in Volkach.

„**Ich bin so frei**“ kommt auf Anfrage seit 1998 an alle Kitzinger Schulen. Die beiden Sozialpädagogen Alexandra Steigerwald und Tom Hupfer sind zwei erfahrene Sozialpädagogen, die den gesamten Unterrichtstag – in der Regel sechs Schulstunden – gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern gestalten.

Lehrkräfte können „Ich bin so frei“ bei der Psychosozialen Suchtberatung der Caritas Kitzingen buchen. Das Angebot ist für Schulen des Landkreises Kitzingen kostenfrei und finanziert sich ausschließlich über Spenden.

Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtprobleme
Schrankenstr. 10, 97318 Kitzingen
Tel.: 09321-22040
Email: suchtberatung@caritas-kitzingen.de



Alexandra Steigerwald (45) ist Dipl. Sozialpädagogin und Erzieherin. Hat langjährige Erfahrung in der Arbeit mit psychisch kranken Menschen und Resozialisierung. Seit einigen Jahren arbeitet sie freiberuflich mit Jugendlichen und Familien. Seit 2013 ist sie mit ihrem Kollegen freiberuflich mit dem Suchtpräventionsprojekt „Ich bin so frei“ für die Suchtberatungsstelle der Caritas Kitzingen tätig.



Tom Hupfer (51) ist freiberuflicher Dipl. Sozialpädagoge und Trauma-Pädagoge. In seinem Beruf arbeitet er seit vielen Jahren mit Kindern und Jugendlichen, die in prekären Familienverhältnissen leben, mit Menschen mit Autismus und hörsprachgeschädigten Menschen.

Mit seiner Kollegin macht er seit 2013 mit „Ich bin so frei“ Jugendliche fit und stark, wenn es um Sucht geht.