



»FREE YOUR MIND«-PARCOURS FÜR DIE SCHULE

Der »Free Your Mind«-Parcours ist eines der Angebote der »Free Your Mind«-Kampagne zur Prävention des Tabak- und Alkoholkonsums. Er ist – auf der Basis des »Rauch frei Parcours« der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) – von einer interdisziplinären Südtiroler Arbeitsgruppe (Fachpersonen aus dem Gesundheitswesen der Bereiche Therapie und Prävention und der Jugendarbeit) entwickelt worden.

Mittlerweile konnten im Frühjahr 2008 und im Frühjahr 2009 bereits 30 Parcours an deutschen Mittel-, Ober und Berufsschulen mit Erfolg durchgeführt werden.

Zielsetzungen

Der »Free your Mind«-Parcours ermöglicht eine interaktive Informationsvermittlung zu den legalen psychoaktiven Substanzen Nikotin und Alkohol mit den Zielen:

1. das Wissen bezüglich Wirkung, akuter Gefahren und gesundheitlicher Folgen beim Konsum von Nikotin und Alkohol (kognitive Komponente) zu erhöhen,
2. ein höheres Bewusstsein über die Zusammenhänge zwischen persönlichen Emotionen und dem eigenen Verhalten in Bezug auf Risikomanagement, Nikotin- und Alkoholkonsum (emotional-behaviorale Komponente) zu schaffen und
3. den Zugang zu den persönlichen Ressourcen im Sinne der Aktivierung protektiver Faktoren (entwicklungspsychologische Komponente) zu erhöhen.

Zielgruppe:

Schüler und Schülerinnen der Mittel- und Oberschulen (dritte Klasse Mittelschule, erste und zweite Klasse der Oberschule), Schüler und Schülerinnen der Berufsschule

Ablauf

Der Parcours baut auf neun Stationen auf:

1. Ankommen, Vorstellungsrunde und Einstiegsspiel
2. Motive von Konsum und Nichtkonsum von Nikotin
3. Die Risikoskala – Was für ein Risikotyp bin ich?
4. Rauschbrille
5. Alkoholquiz
6. Umgang mit Gefühlen
7. Die Energiequelle des Jahres
8. Informationsecke
9. Abschlussrunde

Organisation und Durchführung

Der Parcours findet in einem geeigneten Raum (Turnhalle, Aula Magna) statt. Er wird am Vormittag durchgeführt und dauert etwa vier bis fünf Unterrichtsstunden. Am Parcours können maximal 30 Schüler und Schülerinnen einer Schulklasse teilnehmen. Der Parcours wird von einem

multiprofessionellen Team (Sanitätsassistentinnen und -assistenten, Präventionsfachleuten, Therapeutinnen und Therapeuten sowie Jugendarbeiterinnen und Jugendarbeitern) betreut.

Der eigentlichen Durchführung des Free your mind-Parcours geht eine inhaltliche Vorbereitung der Schüler und Schülerinnen seitens der Lehrpersonen in einer oder mehreren Unterrichtseinheiten voraus. **Die inhaltliche Vorbereitung mit den Schülern und Schülerinnen im Unterricht ist Voraussetzung für die Durchführung des Parcours.**

Auf den Parcours folgt – im Abstand von etwa 3–4 Wochen – ein Nachtreffen, bei dem die Kontakt-Lehrperson anwesend ist. Dieses Nachtreffen wird von den jeweiligen Referenten und Referentinnen des Parcours moderiert und soll einerseits dem Rückblick auf Erfahrenes und Gelerntes wie auch dem Ausblick auf noch weiteren Bedarf zu den spezifischen Themen dienen.

Durchführungszeitraum und Kosten

Die Parcours werden im Herbst 2009 wieder angeboten. Da das Angebot derzeit über eine Projektfinanzierung abgedeckt ist, fallen für die Schule keine Kosten an. Es ist hinsichtlich der Anzahl der Durchführungen allerdings begrenzt.

Aufwand für die Lehrpersonen

Die Lehrpersonen, die sich für die Durchführung des Parcours entscheiden, haben drei wesentliche Aufgaben:

- die Organisation der Parcours-Durchführung vor Ort (Räumlichkeiten, verfügbare Schulstunden etc.)
- die inhaltliche Vorbereitung mit den Schülern und Schülerinnen im Unterricht zu den relevanten Themen vor der Durchführung des Parcours
- die Anwesenheit beim Nachtreffen

Die Lehrpersonen werden von den projektbeteiligten Personen informiert und in die Vor- und Nachbereitung eingeführt. Es werden diesbezüglich Materialien zur Thematisierung von legalen Substanzen, Risikofaktoren und Alternativen zum Konsum zur Verfügung gestellt. Sie sind zudem für die interne Koordinierung (Absprachen mit dem Sekretariat und Schulwart) zuständig.

Die Lehrpersonen nehmen am Parcours selbst nicht teil, sollten jedoch während der Durchführung des Parcours erreichbar bleiben. Beim Nachtreffen soll die betreffende Lehrperson, die den Parcours organisiert und vorbereitet hat, anwesend sein, um einen Einblick in die durchgeführte Maßnahme zu bekommen und bei einer eventuellen Fortführung relevanter Themen Vereinbarungen mit den Schülern und Schülerinnen zu treffen, damit auch eine gewisse Kontinuität des Projektes gewährleistet bleibt.

Anmeldung (bis Mittwoch, 30. September 2009) und weitere Informationen

Deutsches Schulamt

Dienststelle für Unterstützung und Beratung
Amba-Alagi-Straße 10, 39100 Bozen

Ansprechpartnerin:

Dr. Brigitte Regele
Fax: 0471 417669
Brigitte.Regele@schule.suedtirol.it