



**AKTION
VERZICHT**

www.aktion-verzicht.net

- 2 Geschlecht, Gender und Sucht
- 3 Tagung „Zeit für Entspannung“
- 4 Prävention 2013 - Blick in die Zukunft
- 5 Jugendschutz: das Beratungsgespräch
- 6 Schulteam und Gesundheit
- 8 Das „Blaue Buch“
- 9 Aus unserer Bibliothek

Brauchen wir, was wir haben? Haben wir, was wir brauchen?

In unserer Gesellschaft ist das Konsumieren von Waren, Medien und Dienstleistungen allgegenwärtig. Ziel ist, den Konsum weiter zu steigern. Sonst kriegen wir sofort die Krise. Unsere Kinder und Jugendlichen wachsen damit auf, alle sind von klein auf heftigst umworbene Konsument/innen.

Im Extremfall wird der Konsument zum Süchtigen, der ohne ein bestimmtes Produkt oder Tun nicht mehr auskommt. Es ist daher gesund, hin und wieder ein bisschen Abstand zu gewinnen, sein eigenes Konsumverhalten zu betrachten und zur Besinnung zu kommen: Die Auseinandersetzung mit dem Verzicht richtet den Blick auf das Wesentliche im Leben!

Wir wünschen allen, die sich in der kommenden Fastenzeit am „Experiment“ Verzicht beteiligen, viel Erfolg und persönlichen Gewinn!

Ein Drittel der Konsument/innen illegaler Drogen sind **Frauen**. Sie zeigen sich tendenziell in der **Opferrolle** und sagen mehrheitlich,

- dass sie zum exzessivem Drogenkonsum durch Freunde und Nachbarn verführt worden seien;
- dass sie auf kritische Lebensereignisse, insbesondere durch sexuelle Gewalt, mit Konsumexzessen reagiert haben, was schnell zu chronischer Sucht geführt habe.

Allgemein

Frauen sind überwiegend „dankbare“ und „gute“ Patient/innen. An Frauen werden deutlich mehr Beruhigungsmittel verschrieben. Dementsprechend werden überzufällig viele Frauen mit dem Muster Alkohol + Benzodiazepine in Behandlungseinrichtungen registriert. **Zwei Drittel** der **Medikamentenabhängigen** sind **weiblich**.

Geschlecht, Gender und Sucht



www.suchtvorbeugung.net/tagung/2012

In der Suchtprävention und Suchthilfe ist es schon längere Zeit ein Thema, dass Frauen und Männer in mancher Hinsicht unterschiedlich sind. Die vergangene „Brennpunkte“-Tagung der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung sollte hierzu eine aktuelle Standortbestimmung liefern. Interessierte können sich die Präsentationen der Vorträge unter der oben angegebenen URL ansehen bzw. downloaden.

Zwei Drittel der Konsument/innen illegaler Drogen sind **Männer**. Sie treten bevorzugt in der **Abenteurerrolle** auf und sagen mehrheitlich,

- dass sie sich ihre Freundeskreise ausgesucht hätten, mit denen sie konsumieren und dass sie nicht verführt worden seien;
- dass das Leben mit Drogen aufregend sei und dass der Konsum der Drogen bei ihnen starke Glücksgefühle auslösen würde.

Allgemein

Männer gehen weniger zum Arzt und bevorzugen andere Medikamente, nämlich vor allem leistungssteigernde Substanzen. Allein stehende, alternde Männer gelten als gesundheitlich als Hochrisikogruppe.

9 von 10 pathologischen Spieler/innen und **zwei Drittel** der **Alkoholabhängigen** sind **männlich**.

ZEIT FÜR ENTSPANNUNG

Wir leben in einer Zeit voller Hektik und Stress: Beruflicher und privater Leistungsdruck, ständiges Erreichbar-Sein, ein Termin jagt den anderen.

Zeit einmal innezuhalten, sich eine Auszeit zu nehmen. Zeit für Ruhe, Entschleunigung, Entspannung und Erholung.

Welche Möglichkeiten es dazu für Jugendliche aber auch für Erwachsene gibt, das wollen die Stamser Jugendvisionen 2013 aufzeigen.

Auch heuer wurden wieder hochkarätige ReferentInnen und WorkshopleiterInnen ins Kolleg für Sozialpädagogik nach Stams eingeladen. In zwei Tagen nähern wir uns den Fragestellungen mit Referaten und zahlreichen Workshops aus unterschiedlichen Perspektiven.

Eingeladen sind alle Interessierten, vor allem jene Personen, die in der Praxis mit Kindern und Jugendlichen tätig sind und täglich vor der Herausforderung stehen, mit dem Stress der Kinder und Jugendlichen, aber auch mit den eigenen Belastungen umzugehen.

ANMELDUNG

Institut für Sozialpädagogik
Stiftshof 1 ■ A-6422 Stams
Tel.: 0 52 63 / 52 53 - 22 (8.00-12.00 Uhr)
Mail: kolleg@stz-stams.tsn.at



RUHElos?

Zeit für Entspannung

**Stamser
Jugendvisionen
26.-27.02.2013**

Prävention 2013 Blick in die Zukunft

Zu Jahresbeginn fasst man gern Vorsätze. Wir haben LR Bernhard Tilg als das für die Bereiche Gesundheit und Prävention zuständige Regierungsmitglied gefragt, welche Schwerpunkte er im neuen Jahr setzen möchte. Wir greifen im Folgenden einige wichtige Stichworte des Gesprächs heraus sowie die entsprechenden Statements.

Ausgangspunkt Suchtkonzept

„Grundsätzlich sollen die nächsten Schritte planmäßig gesetzt werden, d.h. so wie sie im Suchtkonzept anskizziert sind. Unter anderem wurde der Weiterentwicklung der Suchtprävention in diesem Papier Priorität zugewiesen - daran werden wir auch festhalten.“

Public Health

„Mit unserer Ausrichtung auf den Public-Health-Ansatz wird die Fixierung auf substanzgebundene Abhängig-

keit zugunsten eines breiter gefassten Suchtbegriffes aufgegeben, der Verhaltenssuchte mit einschließt. In der Prävention beschreiten wir diesen Weg ja schon seit Jahren, und mit den etablierten Programmen zur Förderung von Lebenskompetenzen liegen wir nach meinem Verständnis genau richtig.“



Familien und Kinder

„Es ist uns allen bewusst, dass das Fundament einer guten Gesundheit früh und vor allem in der Familie gelegt wird. Es geht also darum, unsere Kinder stark zu machen, sodass sie die Herausforderungen des Lebens seelisch und körperlich gut bewältigen können. Die laufenden Projekte, wie z.B. „Wir sind Eltern“, gehen genau in diese Richtung. Die sogenannten „Frühen Hilfen“ sind jedenfalls ein ganz aktuelles Thema. In diesem Sinne ist es auch sinnvoll, speziell dort anzusetzen, wo wir Ursachen für problematische Entwicklungen orten. Konkret sind das beispielsweise Kinder aus suchtblasteten Familien, die ein erhöhtes Risiko haben, später selbst in ein Suchtverhalten zu geraten. Auch hier geht es vor allem darum, die in Tirol bereits bestehenden Bemühungen fortzusetzen.“

Hausärztliche Intervention

„Einerseits wissen wir, dass nur ein kleiner Teil jener Menschen, die suchtgefährdet oder suchtkrank sind, rasch

und direkt mit den spezialisierten Hilfseinrichtungen in Kontakt kommen. Demgegenüber sind 80% der Betroffenen zumindest einmal im Jahr bei ihrem Hausarzt oder im Krankenhaus. Wenn ihre Problematik dort erkannt und angesprochen wird, erhöht das die Aussichten beträchtlich, dass die Betroffenen vom Helfersystem erreicht werden. Geeignete Gesprächsmethoden und neue Medikamente bieten dem Hausarzt heutzutage gute Möglichkeiten, mit Erfolg zu intervenieren. Diese Chance sollten wir verstärkt nutzen!“



AVISO

Tiroler Suchttagung 2013

Glaubst du noch oder weißt du schon?

Positionen der Suchtarbeit auf dem Prüfstand

6. Mai | Haus der Begegnung, IBK

Helfen statt strafen Das Beratungsgespräch

Das **Tiroler Jugendschutzgesetz** sieht vor, dass Jugendliche aufgrund einer Übertretung des Jugendschutzgesetzes zu einem Beratungsgespräch geschickt werden können. Jährlich finden in Tirol etwa 500 solcher Beratungsgespräche statt.

Erwischt – und dann?

Nach einer Anzeige durch die Polizei werden die Jugendlichen in der Regel zu einem Gespräch in der Bezirkshauptmannschaft vorgeladen, bei dem sie sich rechtfertigen können. Gleichzeitig können auch Eltern oder Erziehungsberechtigte von der Einleitung des Verfahrens verständigt werden.

Ermahnung, Beratung oder Strafe

Die Bezirksverwaltungsbehörde kann bei Geringfügigkeit der Übertretung und Einsicht des Jugendlichen eine Ermahnung erteilen. Besteht Grund zur Annahme, dass die Teilnahme an einem Beratungsgespräch Jugendliche von weiteren Übertretungen abhält, kann die Bezirksverwaltungsbehörde diese zu einem Jugendschutzberater oder einer Jugendschutzberaterin schicken. Ansonsten ist von der Behörde eine Geldstrafe von bis zu 215,- Euro zu verhängen.



Jugendschutzberatung

Es gibt in ganz Tirol speziell ausgebildete Jugendschutzberater/innen. Wer sich verpflichtet, an einem Beratungsgespräch teilzunehmen, bekommt die entsprechenden Kontaktinformationen und hat den Beratungstermin selbst zu vereinbaren. Den Jugendlichen ist eine Frist von drei Monaten gesetzt, um das Beratungsgespräch zu absolvieren.

Das Gespräch mit einem Jugendschutzberater oder einer Jugendschutzberaterin dauert etwa eine Stunde und soll die Möglichkeit bieten, den konkreten Anlassfall und das Jugendschutzgesetz allgemein zu besprechen.

Abschluss des Verfahrens

Nach erfolgter Beratung verständigt der jeweilige Berater oder die Beraterin die Bezirksverwaltungsbehörde. Bei positivem Verlauf des Gesprächs wird das Strafverfahren eingestellt. Gehen Jugendliche innerhalb der Frist nicht zum vereinbarten Beratungsgespräch, wird von der Bezirksverwaltungsbehörde das Strafverfahren wieder aufgenommen, und es muss eine Geldstrafe verhängt werden.

Als Schulteam am Thema Gesundheit arbeiten

Immer mehr Schulen beschäftigen sich mit Gesundheitsförderung, manche nicht ganz freiwillig. Gesellschaft, Eltern und Behörden erwarten von ihnen einen Beitrag zur Bildung der Gesundheitskompetenz. Vielerorts ist die gesundheitliche Belastung von SchülerInnen und LehrerInnen bereits so offensichtlich („Stress“), dass akuter Handlungsbedarf besteht.

Entlastung und Prävention

Wo der Schulalltag sicher und anregend gestaltet ist, kann gesund gelehrt und gelernt werden. Die Lernenden und Lehrenden fühlen sich wohl und können gute Leistungen erbringen. Soviel zum gewünschten Idealzustand!

Immer mehr wird der Schule ja die Aufgabe zuteil, den Kindern nicht nur die Welt zu erklären, sondern auch sich selbst besser zu verstehen und so Konflikte gut bewältigen zu können.



Warum Gesundheit ein Thema der Schule ist?

Eine (von vielen) Antworten: Inzwischen ist auch wissenschaftlich belegt, dass Lernen in der Schule dann besonders gut gelingt, wenn nicht nur der Geist angesprochen wird, sondern der ganze Mensch „fit für's Lernen ist“.

Gesundheit als zentraler Aspekt von Schulqualität erfordert entsprechende Maßnahmen bei der Schulentwicklung. Gesundheit kann nicht verordnet werden, sondern muss als Wert an sich verstanden und als etwas, woran alle beteiligt sind, bewusst gemacht werden.

Chefsache!

Die Schulleitung spielt beim Thema Gesundheitsförderung eine zentrale Rolle, sie hat die Fäden in der Hand, um im Lehrerteam eine Balance zwischen Müssen, Können und Wollen bei der Etablierung von Maßnahmen herzustellen.

Nützliche Programme

Präventionsprogramme, die langfristig geplant und fachlich begleitet werden, sind ein äußerst praktisches Angebot, wenn es darum geht, eine grundlegende Gesundheitsförderungsmaßnahme an der Schule zu installieren. Zwar braucht auch ein einmal verankerter „Selbstläufer“ ab und an Wartungsintervalle, er deckt aber die für die jeweilige Entwicklungsstufe der SchülerInnen wichtigen Themen ab.

Eigenständig werden (1.-4.Schst.) und plus (5.-8.Schst.), die beiden Präventionsprogramme von kontakt+co, sind in zahlreichen Tiroler Schulen seit vielen Jahren etabliert und haben neben den wissenschaftlichen und fachlichen Kriterien den Praxistest erfolgreich bestanden.

Dort wo sich nicht nur eine engagierte Lehrperson um die Thematik bemüht, sondern sich ein ganzes (Jahrgangs-) Team an der Umsetzung beteiligt, sind die Erfolgsaussichten am besten!

Erfolgsfaktoren

Gesundheitsförderung gelingt unter folgenden Voraussetzungen:

- Einsicht in die Notwendigkeit
- gemeinsames, genau definiertes Ziel
- Zuversicht, dass „es“ gelingen wird
- Wertschätzung untereinander
- klarer Auftrag der Schulleitung
- Ressourcen zur Auftragserfüllung (z.B. Projektstunden/-tage ...)

Vortrag „Sucht & Prävention“

Univ.Prof. Primar Dr. Reinhard Haller



Di. 12. März, 2013, 18 Uhr
Pädagogische Hochschule Tirol
Großer Hörsaal Pastorstraße 7, Innsbruck

Reinhard Haller ist einer der renommiertesten Gerichtspsychiatern Europas. In dieser Tätigkeit hat er Jack Unterwiesing, Franz Fuchs und Josef Fritzl untersucht. Sein Spezialgebiet sind jedoch nicht nur spektakuläre Kriminalfälle, sondern vor allem der Bereich „Sucht und Prävention“. Reinhard Haller setzt sich als Wissenschaftler mit den vielfältigen Ursachen und mit den verschiedenen Formen der Abhängigkeit auseinander. Darüber hinaus zeigt er Wege zur Prävention und Überwindung von Sucht auf.

Preis 5 EUR, Studierende und Mitglieder frei

Nächste Einstiegsmöglichkeiten in die laufenden Programme:

plus-Informationsveranstaltung (für einen Beginn mit Herbst 2013)
 23. April.2013 | Innsbruck

Eigenständig werden-Kurs (Teil 1 von 4)
 9. März 2013 | Innsbruck

Eigenständig werden-Kurs (Teil 1 von 4)
 20. April 2013 | Imst

eigen
ständig
werden

plus
plus

Anmeldung jeweils über **ph-online**/Sommersemester 2013

Weitere Infos unter www.kontaktco.at oder
brigitte.fitsch@kontaktco.at bzw. 0512/585730-13

Tirolweite Elternbildung an Schulen

Die Initiative „Elternbildung an Schulen“ ist ein Beispiel für gelingende Kooperation mehrerer Tiroler Elternbildungsanbieter. Von der Volksschule über die Haupt- und Mittelschule bis zum Gymnasium reichen die Angebote. **Zwischen Jänner und Mai 2013** können tirolweit **bis zu drei Angebote pro Schule** kostenlos gebucht werden.

Und warum?

Anforderungen für Eltern und Erziehungsberechtigte sind groß, und es ist besser, vorbereitet und gewappnet zu sein, bevor „der Hut brennt“ – sowohl in schulischen Belangen als auch im Erziehungsalltag. Die Vorträge, Seminare, Workshops oder Seminarreihen zu vielfältigen Themen bieten nützliche Tipps und Erkenntnisse.

Infofolder: www.elternbildung-tirol.at

Weitere Infos: Elternbildung Tirol

Christine Posch MSc

Mo - Do, 08.00 - 12.00 h | 13.00 - 16.00 h

mobil: 0650/5641580

- Geschrieben hat das Werk Bill Wilson, unterstützt von einer Handvoll trockener Alkoholiker, den Gründungsmitgliedern von AA. Seine Alkoholabhängigkeit begann kurz nach dem Ersten Weltkrieg. Wilson geriet in das „Mahlwerk der Wall Street“ und stieg in den Wertpapierhandel ein. „Aus dieser Verbindung von Suff und Spekulationen begann ich eine Waffe zu schmieden, die sich eines Tages wie ein Bumerang gegen mich richten und mich kaputt machen würde“, schreibt er. 1929 plant der Börsencrash Amerikas Wirtschaft, Wilson ertränkt seine Existenzangst in noch mehr Alkohol.

- Ein ehemaliger Saufkumpan reißt ihn 1934 aus seiner Lethargie. Wilson erlebt nun im Schnelldurchlauf, was später als sogenanntes Zwölf-Schritte-Programm eine enorme Verbreitung findet: Er gesteht seine komplette Wehrlosigkeit gegenüber Alkohol ein. Er ringt sich zu dem Glauben durch, dass eine höhere Instanz ihn wiederaufrichten kann. Er vertraut sich dieser Instanz an. Und er macht eine Liste aller jener Menschen, denen er geschadet hat, und wird bereit, Wiedergutmachung zu leisten.

Das „Blaue Buch“

Die Bibel der Abstinenz

Das sogenannte „Blaue Buch“ der AA (Anonymen Alkoholiker) ist ein Weltbestseller. Seit seiner ersten Veröffentlichung 1939 hat es sich über dreißig Millionen Mal verkauft. Es wurde bislang in zweiundsechzig Sprachen übersetzt, man kann es auf Chinesisch, Hebräisch, in Farsi und auf Kroatisch lesen. Es gibt Fassungen in Urdu, Swahili, Armenisch und Filipino. „Time“ nahm es in seine Liste der hundert bedeutendsten Werke des zwanzigsten Jahrhunderts auf. Die Harvard University Press widmete ihm in ihrer „Neuen Literaturgeschichte Amerikas“ von 2010 ein eigenes Kapitel. Traditionell gehen die Jubiläumsausgaben an amerikanische Politiker und Würdenträger; das einmillionste Exemplar erhielt Richard Nixon, das 25-millionste ging 2005 an Jill Brown, die Direktorin des San-Quentin-Gefängnisses in Kalifornien.

Das „Blaue Buch“ ist ideologisch nicht unumstritten, seine weltweite Bedeutung im Kontext Alkoholismus aber zweifelsohne beträchtlich.

Das „Blaue Buch“ setzt auf Erfahrung. Entsprechend lautet der Untertitel schlicht „Ein Bericht über die Genesung alkoholkranker Männer und Frauen“. Alkohol spielt dabei nur eine Nebenrolle. Alkoholiker, so wie die Gemeinschaft der Anonymen, sie versteht, behandeln sich mit dem Trinken selbst. Der Alko-

hol unterdrückt schmerzhaft empfundene Minderwertigkeitsgefühle, Selbstzweifel und vor allem: Groll.

In zwölf Schritten zwingt das Programm zur Auseinandersetzung mit den eingestandenen Defiziten und leitet zu deren Überwindung in der Gemeinschaft der AA an.

Schlau, aber ...

Peg Dawson, Richard Guare (2012)

Kinder haben oft Schwierigkeiten mit alltäglichen Aufgaben, wie Zimmer aufräumen oder Hausaufgaben erledigen. Aktuelle Erkenntnisse der Psychologie zeigen, dass viele eigentlich intelligente Kinder zu schwach entwickelte „Exekutivfunktionen“ haben, um ihr volles Potential ausschöpfen zu können. Mit dem im Buch beschriebenen Programm lassen sich diesbezügliche Stärken und Schwächen identifizieren.

Die Lektüre des Buches und die Durchführung der Handlungsvorschläge setzen allerdings überdurchschnittlich engagierte Eltern voraus. Aus diesem Grund dürften die hier gesammelten Methoden vor allem für Professionist/innen brauchbar sein, die Einzelnes davon in der Elternberatung bzw. Elternbildung verwenden können.

Bindung und Sucht

Karl Heinz Brisch (2013)

Oft beginnt die Sucht mit dem Versuch, großen Stress durch Suchtmittel erträglicher zu machen, anstatt ihn mithilfe von Bindungspersonen abzubauen. Dieses Buch macht die Zusammenhänge zwischen Bindung und Sucht deutlich. International renommierte Forscher und Kliniker zeigen therapeutische und präventive Möglichkeiten in Zusammenhang mit Suchterkrankungen auf.



Online-Recherchen in unserer Bibliothek:
www.kontaktco.at/bibliothek



Entleihen aller
Bücher und
Zeitschriften
kostenlos!

kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz ist seit 1996 im Auftrag des Landes Tirol tätig. Die Fachstelle ist in der Trägerschaft Rotes Kreuz/Jugendrotkreuz eingerichtet.

Aufgaben:

- Information, Fachberatung und Bildungsarbeit
- Servicestelle für Materialien etc
- Projekt- und Programmentwicklung
- Vernetzung und Koordination
- Qualitätssicherung
- Öffentlichkeitsarbeit

Zielgruppen:

Familie, Schule, Jugendarbeit, Gemeinde, Arbeitswelt

Impressum: kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz
Mag. Sandra Aufhammer, Dipl.Päd. Brigitte Fitsch, Mag. Gerhard Gollner, MMag. Harald Golser, MMag. Gregor Herrmann
Anschrift: Bürgerstraße 18, 6020 Innsbruck
Tel. 0512/585730 | Fax 0512/585730-20
office@kontaktco.at | www.kontaktco.at