

Gewohnheitstiere & Partytiger

Kartenspiele zur Suchtprävention in der Jugendarbeit

Jugendarbeit und Suchtprävention

Jugendarbeit ist ein guter Platz für Suchtprävention, denn beide haben ähnliche Ziele: Die Jugendlichen auf ihrem Weg zu Erwachsenen, die mit ihrem Leben umgehen können, zu begleiten - ohne bei der Bewältigung von Problemen auf schädliche Mittel oder Verhaltensweisen zurückgreifen zu müssen oder den Problemen auszuweichen.

Du fragst dich vielleicht, was die beiden Kartenspiele hier mit Suchtprävention zu tun haben - noch dazu wo deine Jugendlichen doch nicht süchtig sind.

Suchtvorbeugung setzt da ein, wo noch keine Probleme zu sehen sind - die „Gewohnheiten“ aus dem ersten Spiel und die möglicherweise auftauchenden Suchtmittel im zweiten Spiel sind natürlich keine Abhängigkeiten, und es geht auch nicht darum, sie „loszuwerden“, sondern sich ihrer bewusst zu werden bzw. über die Normen in einer Gruppe nachzudenken - beides kann davor schützen, dass später aus alltäglichen Verhaltensweisen Abhängigkeiten werden.

Noch ein **Tipp**: Jugendliche reagieren oft ablehnend, wenn sie etwas über „Sucht“ hören, weil sie von vielen Seiten mit dem Thema bombardiert werden. Es kann daher geschickter sein, die Spiele nicht mit der Bemerkung „Wir machen heute etwas zur Suchtvorbeugung“ einzuleiten, sondern als Thema „Unsere Gewohnheiten“ bzw. „Parties“ zu nennen.

1. Das Quartett: Gewohnheitstiere

Ziel:

Alternative Verhaltensweisen für eigene Gewohnheiten finden.

Ablauf:

1. Schritt: Gewohnheiten sammeln.

In der Großgruppe wird die Frage gestellt: „Welche Gewohnheiten habe ich?“

Alle Wortmeldungen werden auf einem Plakat festgehalten und dadurch sichtbar gemacht. Zusätzlich können auch Gewohnheiten von anderen Menschen genannt werden, um die Liste zu verlängern.

2. Schritt: Kärtchen gestalten.

Für jede Gewohnheit wird jetzt ein Kärtchen gestaltet: Am oberen Rand der Titel, darunter ein Bild, das einen oder mehrere Menschen in dieser Gewohnheitssituation darstellt. (Vgl. „Musterkärtchen“). Für den nächsten Schritt ist es wichtig, dass die Zahl der Karten durch 4 teilbar ist; eventuell noch „aufstocken“.

Musterkärtchen:



3. Schritt: Gruppieren der Kärtchen.

Sind alle Kärtchen gestaltet, dann werden jeweils 4 Karten von der ganzen Gruppe gemeinsam zu einem Quartett zusammengestellt. Nach welchen Kriterien die Quartette zusammengehören ist der Gruppe frei gestellt, egal ob das die Gewohnheit, das Bild oder sonst etwas anderes betrifft. Als Hilfe können die Fragen dienen: „Welche vier Karten passen zusammen? Warum?“ Die Kärtchen werden nummeriert (1A, 1B, 1C, 1D; 2A, ...)

4. Schritt: Überlegen von „1001 Ideen“.

Die Quartettkarten werden nun von Kleingruppen (2-4 Jugendliche) weiterbearbeitet. Jede Kleingruppe bekommt ein oder mehrere Quartette und überlegt gemeinsam 3 Ideen für die „Ideenbox“ für das jeweilige Gewohnheitstier. Die Fragen, die sie sich dabei stellen können, sind: „Was könnte für diese Person interessanter sein? Was könnte sie statt der Gewohnheit machen? Wie könnte sich das Verhalten abwechslungsreicher gestalten lassen?“ Die drei Tipps werden dann in die „Ideenbox“ im untersten Drittel der Karte geschrieben.

5. Schritt: Vorstellen.

Die fertigen Quartette werden allen präsentiert.

6. Schritt: Spielen.

Die Karten werden gemischt und an alle SpielerInnen gleichmäßig verteilt. Die Person, die links von der/dem KartengeberIn sitzt, fragt nun eine/n andere/n MitspielerIn nach einer Karte, die ihr zur Vervollständigung ihres Quartetts fehlt (Z.B. „Hast du 3C?“). Erhält sie die Karte, kann sie diese/n MitspielerIn nach weiteren, ihr fehlenden Karten befragen. Erst wenn die/der Befragte eine geforderte Karte nicht besitzt und mit „abgeblitzt“ antwortet, darf sie/er als Nächste/r weitere MitspielerInnen nach fehlenden Karten befragen.

Wer ein Quartett vollständig hat, darf dieses „ablegen“. GewinnerIn ist, wer die meisten vollständigen Quartette ablegen konnte.

7. Schritt: Follow-Up.

- Jede Person wählt sich eine Karte mit einer Gewohnheit, die sie selbst hat. Mit Hilfe der „Ideenbox“ soll nun ein Vorsatz gefasst werden, einmal eine alternative Verhaltensweise auszuprobieren. Das kann alleine passieren oder in der Gruppe. Wichtig ist, dass zu einem vereinbarten Zeitpunkt das Thema wiederaufgenommen wird, damit jede Person selbst oder die ganze Gruppe überprüfen kann, ob dieser Vorsatz auch gehalten wurde.
- Gibt's eine Gruppengewohnheit? Das ist vielleicht die Möglichkeit gemeinsam eine der Ideen aus der „Ideenbox“ auszuprobieren. Frage: Was kann ich dazu beitragen, damit der Versuch gelingt?
- Immer wieder einmal spielen.
- Vorsicht: keine unerreichbaren Ziele stecken, damit die alternativen Handlungsweisen auch wirklich erreichbar sind und ein Erfolgserlebnis möglich ist.

2. Die Trumpfkarten: Partytiger

Ziel:

Auseinandersetzen mit den Vorstellungen von „coolem“ Partyverhalten.

Ablauf:

1. Schritt: Setting.

„Es ist Samstag Abend, eine Party ist angesagt. Es liegt an euch, eine coole Gästeliste zusammenzustellen.“ In Kleingruppen werden aus Bravo, Girl, ... Bilder von Boys und Girls ausgeschnitten, auf Spielkarten aufgeklebt und die Personen „getauft“. Der Name der Partygäste wird auf den oberen Kartenrand geschrieben (vgl. „Musterkarte“).

2. Schritt: Vorstellen der Partygäste.

Im Showmasterstil werden die Partygäste von den Kleingruppen im Plenum präsentiert, ihre positiven und negativen Seiten vorgestellt: Wer ist das? Was können die gut? Was tun sie gern?

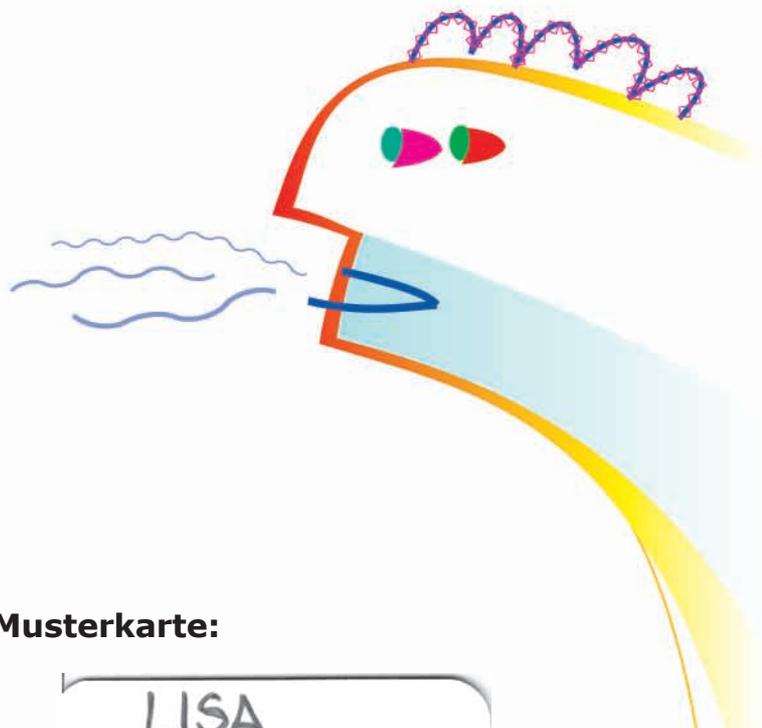
3. Schritt: Liste von Kategorien erstellen.

In einem Brainstorming werden von der ganzen Gruppe gute und schlechte Partyeigenschaften gesammelt und auf einem Plakat festgehalten. Danach soll sich die Gruppe auf eine überschaubare Zahl von (max.6) Kategorien einigen, nach denen sie ihre Gäste bewerten wollen. (Das können die 6 wichtigsten der gesammelten oder auch neue Überkategorien sein.) Hier kann die/der LeiterIn, wenn nicht schon von der Gruppe selbst eingebracht, Konsumgewohnheiten (z.B.: Alkohol, Nikotin) zum Thema machen. Vorsicht, nicht darauf beharren, wenn die Gruppe es nicht aufnimmt.

4. Schritt: Partygäste bewerten.

In den selben Kleingruppen wie am Anfang werden die Partytigerkarten nun mit den Kategorien versehen und jeder Gast mit 0-10 Punkten in jeder Kategorie bewertet. Die Begründung für die Punktevergabe soll in der Kleingruppe diskutiert werden.





5. Schritt: Spielen.

Jede/r SpielerIn bekommt gleich viele Karten. Nachdem die Karten verteilt sind stapelt jede/r ihre/seine Karten vor sich auf den Tisch. Die links von der/dem KartengeberIn sitzende Person beginnt und fragt nach einer beliebigen Kategorie auf ihrer obersten Karte. Alle nennen nun die Punkteanzahl dieser Kategorie auf ihrer obersten Karte. Die/der SpielerIn mit der höchsten Angabe gewinnt alle Karten dieser Runde und legt sie unter den eigenen Stapel. Sie/er darf nun die nächste Runde eröffnen und eine Kategorie eigener Wahl fordern. Haben zwei SpielerInnen die gleiche Höchstpunktezahl, so kommt es zu einem Stechen zwischen diesen beiden. Dabei werden die Karten aus der Vorrunde in die Mitte des Tisches gelegt. Um diese und die jeweils oberste Karte der TeilnehmerInnen am Stechen wird mit den gleichen Regeln wie vorher gespielt. GewinnerIn ist, wer alle oder nach einer vorgegebenen Zeit die meisten Karten besitzt.

6. Schritt: Follow-Up.

- Eine eigene Party veranstalten! Jetzt kann in der Planung und der Durchführung beachtet werden, was wirklich cool ist, und dazu auch Unterstützung oder Alternativen angeboten werden. z.B.: Schminktipp, DJ-Kurs, SansiBar ausleihen, für alle eine Aufgabe finden, die gern übernommen wird, ...
- Eine Karte für sich selbst gestalten. Diskussion zu den Fragen: Sind die Kategorien, die wir aufgestellt haben relevant? Was erfüllen wir da eigentlich?
- Eine eigene Karte basteln, bei der man die Kategorien frei wählen und so die eigenen Stärken präsentieren kann. Die Karten werden in der Großgruppe präsentiert. Wow! All diese Stärken gibt's in dieser Gruppe!
- Eine Karte für sich selbst gestalten und die eigenen Stärken und Schwächen festhalten. Das kann ich! Da brauch ich Unterstützung. Gibt es in der Gruppe jemanden, der diese Unterstützung geben kann?

Musterkarte:

