



STAND2GETHER

Substanzabhängigkeit

Wie kann ich helfen?

Zielgruppe:

Das Angebot richtet sich an Jugendliche ab der 7. Klasse.

Der Workshop:

In diesem sensibel angeleiteten Workshop behandeln unsere zertifizierten Mental Health Ersthelfer das Themenfeld der Substanzabhängigkeit.

Da Jugendliche bereits in jungen Jahren mit den verschiedensten abhängig machenden Substanzen in Kontakt kommen, ist es wichtig Aufklärungsarbeit auf Augenhöhe zu leisten, ohne dabei stigmatisierend oder belehrend vor zu gehen.

Welche Folgen können süchtig machende Substanzen auf unseren Körper und auf unsere Psyche haben? Diese Frage wird niederschwellig genauso geklärt, wie die Frage für Betroffene und Außenstehende wie man einem befreundeten Menschen frühzeitig auffangen und helfen kann.

Dabei ist es besonders wichtig, Helfenden den Druck zu nehmen, die Erkrankung „heilen“, oder therapieren zu müssen. Vielmehr werden in diesem Workshop die Fähigkeiten vermittelt, psychische Ausnahmezustände frühzeitig zu erkennen und Betroffenen mithilfe von sinnvollen und praktischen Methoden Unterstützung anzubieten.

Dauer:

Der Workshop kann wahlweise als drei-schulständiger, oder als sechs-schulständiger Workshop gebucht werden.

Im ersten Fall können zwei Schulklassen pro Tag den Workshop besuchen, im zweiten Fall können wir vertiefend auf einige Themen eingehen.



STAND2GETHER

Themen und Ziele:

Aufklärung:

- Wie erkenne ich frühzeitig, ob jemand droht abhängig zu werden?
- Was können Auslöser für Süchte sein?
- Welche körperlichen und psychischen Symptome können bei Betroffenen auftreten?

Aktiv helfen:

- Wie kann ich einem Menschen helfen, der abhängig ist, oder droht in eine Abhängigkeit zu rutschen?
- Ausprobieren von Erst-, sowie Folgegesprächen
- Vermittlung praktischer Tipps beim Führen schwieriger Gespräche

Empathie:

- Übungen zur empathischen Gesprächsführung
- In der Partnerarbeit werden Empathie und Mut gefördert
- Selbstwirksamkeit und Hilfe/Unterstützung von und für andere erfahren

Weitervermittlung

- An welche Stellen, kann ich Betroffene weitervermitteln?
- Hilfe bei Problemen aus der Praxis, z.B. lange Wartezeit auf einen Therapieplatz
- Grenzen des Möglichen – Wo sind meine persönlichen Grenzen?
- Was kann ich leisten und was nicht?

Vorbereitung:

Für diesen Workshop benötigen wir einen Raum mit Tischen und Stühlen.

Die Schülerinnen und Schüler brauchen lediglich Schreibmaterial.

Alle zusätzlichen Materialien bringen wir mit.

Das Team:

Wir sind ein Team aus ausgebildeten Schauspielenden und Theaterpädagog*innen.

Workshops zu den Themen der mentalen Gesundheit geben bei uns ausschließlich vom Zentralinstitut für Seelische Gesundheit zertifizierte Mental Health Ersthelfer.

Unsere Workshops stärken Persönlichkeit und Klassengefüge, fördern Empathie, gegenseitiges Verständnis und setzen ein Zeichen für Toleranz und Respekt.

Durch innovative Methoden und unsere langjährige Erfahrung sind die Workshops dabei stets interaktiv, inspirierend und machen vor allem eines: viel Spaß!

Unsere Arbeit wird von Schülerinnen und Schülern sowie Lehrkräften gleichermaßen als wertvolle Ergänzung zum Schulalltag empfohlen.

Zu Themen der mentalen Gesundheit bieten wir folgende Workshops an:

Psychische Erkrankungen – Erkennen und Helfen

Substanzabhängigkeit – Wie kann ich helfen?

Wir setzen uns ebenso aktiv für Demokratieförderung ein und decken dabei ein breites Themenfeld ab. Unser Angebot umfasst dabei folgende Gebiete:

Theater-Workshop

Präsentationstraining

Empowerment für Heldinnen

Antisemitismus bekämpfen

Nichts für Sie dabei? Wir erstellen Ihnen auf Wunsch einen maßgeschneiderten Workshop.

Mehr Informationen finden Sie unter: www.stand2gether.de