

schul
sozial
arbeit
münsingen



Berner Gesundheit
Santé bernoise

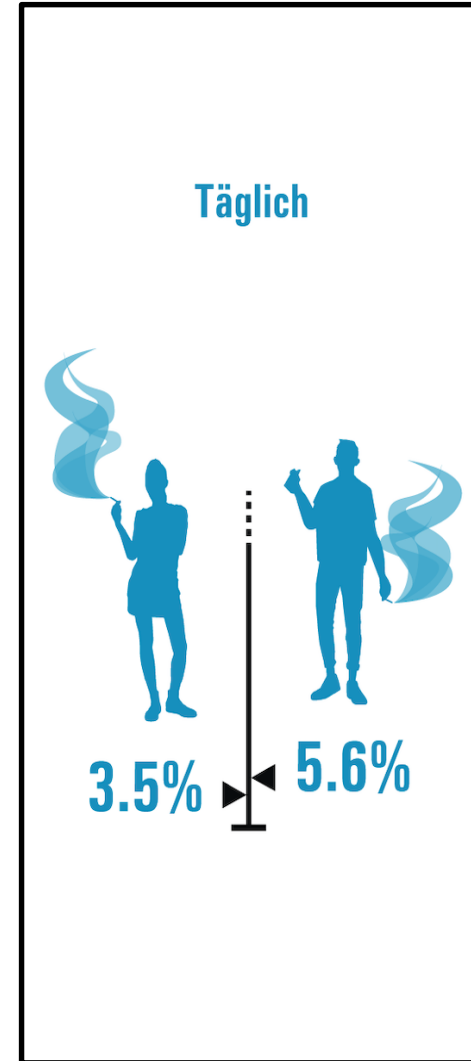
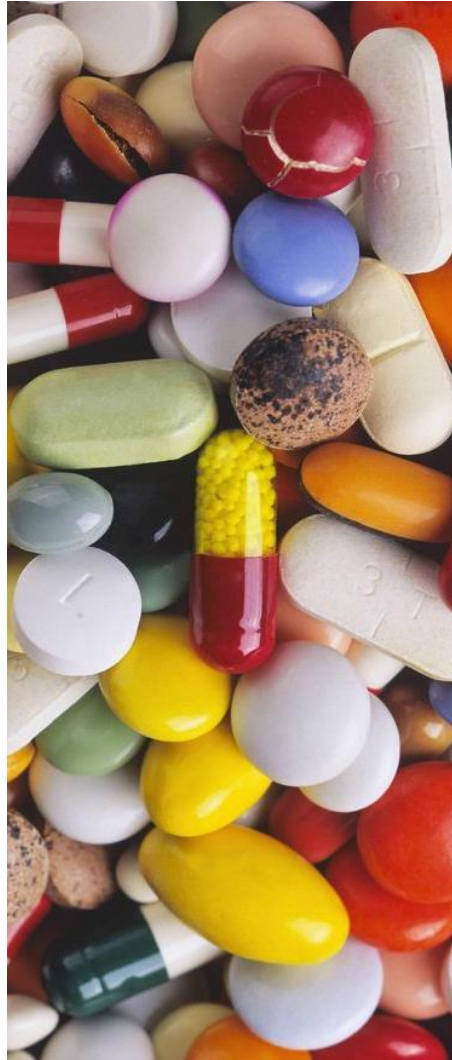


Herzlich Willkommen
zum Elternabend
Suchtprävention

Das Moderationsteam

- **Erika Liechti**
Schulsozialarbeit Münsingen
- **Andreas Fuchs**
Berner Gesundheit; Stiftung für Gesundheitsförderung und Suchtfragen
- **Claudia Dietisheim und Simon Pfanner**
Kinder- und Jugendfachstelle Aaretal, OKJA

Sucht und der Umgang damit



Ziele

- Eltern für das Thema Sucht und Substanzen sensibilisieren.
- Möglichkeiten bezüglich einer Früherkennung aufzeigen.
- Mut machen, das Thema mit den Kindern zu diskutieren.
- Mut machen, Fragen und Anliegen untereinander auszutauschen.
- Über die Inhalte des Präventionsworkshops Bescheid wissen.
- Informationen über Angebote der zuständigen Beratungs- und Hilfestellen haben.

Ablauf

- 15 ‘ Vorstellung der beteiligten Institutionen
- 5 ‘ Informationen zum Workshop Suchtprävention
- 5 ‘ Input Sucht
- 15‘ Workshop Sucht & Medien
- 15 ‘ Workshops
- 10 ‘ Schlussrunde

Berner Gesundheit
Santé bernoise

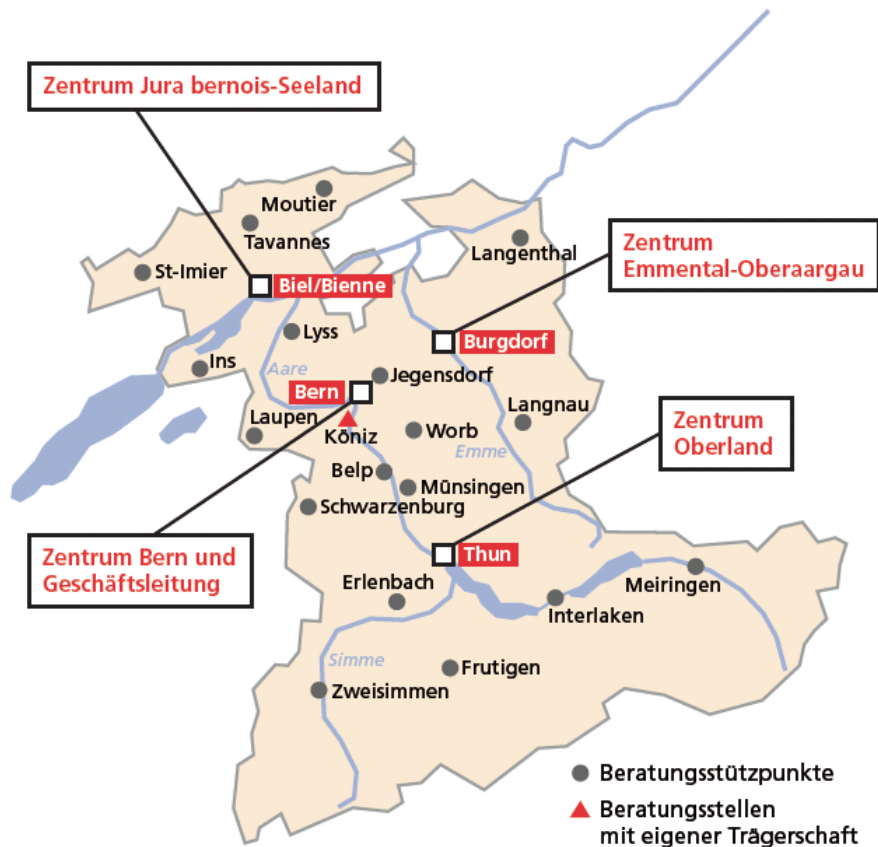


Andreas Fuchs, Fachmitarbeiter Berner Gesundheit

Berner Gesundheit
Santé bernoise



Überall in Ihrer Nähe



4 Regionalzentren

18 Standorte

Zugang schaffen

- Jugendliche Junge Erwachsene
- Bezugspersonen
- Institutionen

Hinschauen und Handeln

- Fachstellen für Jugend, Eltern und Sucht der Berner Gesundheit
- Arbeitsfelder und Angebote

Arbeitsfelder

- Früherkennung und Frühintervention bei Kinder und Jugendlichen
- Gefährdete Jugendliche/junge Erwachsene
- Abhängige Jugendliche/junge Erwachsene
- Systeme von gefährdeten bzw. abhängigen Jugendlichen/jungen Erwachsenen

Angebote

- **Themen:** Tabak, Alkohol, Digitale Medien, Essstörungen, Cannabis und andere illegale Drogen, soziale und psychische Probleme
- **Methoden:** Beratung, Coaching, Therapie, Psychotherapie, Kurse, Gruppenberatung und -therapie, Informationen, Aufsuchend
- **Rahmen:** Krisenberatung, standardisierte Intervention, längerfristige Begleitung, massgeschneiderte Unterstützung

Angebote

- Die Fachstellen arbeiten nach individualisierten Beratungs-/Therapieplänen...
- Beratung, Therapie und Psychotherapie

Angebote

- ...mit standardisierten Modulen
- Rauchstopp
- Alkohol Mass Voll
- Digitale Medien
- Essstörungen
- Cannabis Realize-it

Angebote

- Schritte der Früherkennung für Eltern
- Wir unterstützen Sie:
Wissensvermittlung und Stärkung der Handlungs- und
Erziehungskompetenzen zu Themen wie
Suchtmittelkonsum, Umgang mit digitalen Medien,
Grenzen setzen, Selbstwert stärken und Kommunikation

Standort Münsingen

- Erlenuweg 17
3110 Münsingen
- Telefon: [031 370 70 70](tel:0313707070)
- Öffnungszeiten:
Mittwochnachmittag Montagnachmittag alle 14 Tage
(Termine nach Vereinbarung)
Berater: Andreas Fuchs Basil Glanzmann

Auftrag der Schulsozialarbeit

- Suchtprävention – Früherkennung
- Früherkennung
 - auftauchende Fragen, Beobachtungen, Veränderungen
 - statt Abwarten und Hoffen, tritt Austausch

Beratung in der Schule für:

- Lehrer*innen
 - Schüler*innen
 - Eltern
-
- arbeitet mit Einzelpersonen, Gruppen und Klassen
 - ist leicht zugänglich, unentgeltlich, vertraulich und unabhängig

Kontakt

Erreichbarkeit: Montag – Donnerstag

Kontakt: Erika Liechti

Büro Schlossmatt (Neubau PRISMA)

031 724 55 30

erika.liechti@ssa-muensingen.ch

www.ssa-muensingen.ch

Kontakt

Erreichbarkeit: Montag – Donnerstag

Kontakt: Nicolas Glur

Büro Schulzentrum Rebacker

031 721 32 90

nicolas.glur@ssa-muensingen.ch

www.ssa-muensingen.ch

Offene Kinder- und Jugendarbeit (OKJA)

- Freiwilligkeit, Offenheit und Partizipation
- begleitet Kinder und Jugendliche ins Erwachsenenalter
- setzt sich für gute Aufwuchsbedingungen ein
- Vermittelt zwischen Kindern, Jugendlichen, Bezugspersonen und weiteren Anspruchsgruppen.

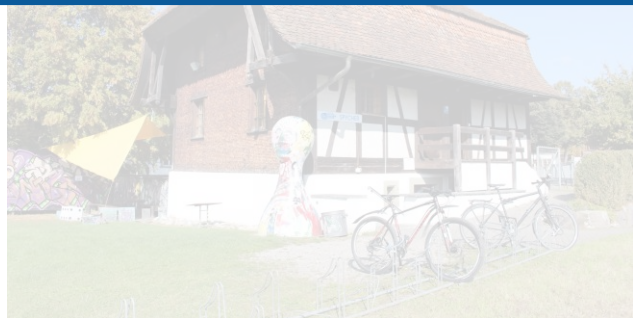
Angebote im Bereich Prävention

- Workshop: Suchtprävention und „Liebe ist...“
- Beziehungsarbeit in der Freizeit, bei Projekten und auf den Plattformen der Sozialen Medien
- Beratungsangebot für Kinder, Jugendliche und ihre Bezugspersonen
- Fachberatung für Behörden

Kontakt OKJA:



info@jugendfachstelle.ch
www.jugendfachstelle.ch



Suchtprävention 7. Klasse

Die Clique



Entstehung einer Sucht

- Modell „Suchtstrudel“ (Persönlichkeit, Soziales Umfeld, Gesellschaftliche Bedingungen, Suchtmittel)
- Suchtposten: Suche nach Auslösern anhand der Geschichten junger Leute
- Auslöser unter der Lupe: Risikoverhalten

Informationen zu Suchtmitteln

- Expertengruppen zu den Themen Tabak, Cannabis, Alkohol und Onlinesucht

Suchtprävention 7. Klasse

Folgen einer Sucht

- Allgemeine Suchtfolgen werden erarbeitet: körperliche, psychische, juristische, soziale und finanzielle Folgen.

Abmachung mit mir selbst

- Die SuS verzichten 7 Tage lang auf eine Tätigkeit, die sie nach ihrer Meinung bereits etwas viel tun und ihnen nicht gut tut.
- Selbstreflexion

Strategien im Umgang mit schwierigen Situationen

- Die SuS gestalten eine „Schutzblume“ anhand deren sie benennen was ihnen gut tut und was sie gut können. Aus den Blütenblätter der SuS entsteht danach eine „Klassenschutzblume“, die im Klassenzimmer aufgehängt wird.
- Sie erhalten eine Minicard mit Adressen von Anlauf- und Beratungsstellen.

Was ist Sucht?

- Sucht ist eine krankhafte, zwanghafte Abhängigkeit von Stoffen oder von Verhaltensweisen.
- Es wird unterschieden zwischen psychischer (seelischer) und physischer (körperlicher) Abhängigkeit.

Was ist Sucht?

- Anzeichen für eine Abhängigkeit sind:
 - Starkes Verlangen zu konsumieren, keine Kontrolle über den Konsum
 - Steigende Konsummenge (Toleranzbildung)
 - Entzugssymptome beim Absetzen oder Reduzieren des Konsums
 - Vernachlässigung anderer Interessen
 - Weiterkonsum trotz schädlicher Folgen

Die Diagnose einer Abhängigkeit kann nur eine Fachperson mit entsprechender Ausbildung stellen!

Wann wird es problematisch?

- **Konsummenge:** Menge muss erhöht werden, bis gewünschte Wirkung eintritt
- **Konsumsituation:** im Strassenverkehr?
- **Wer konsumiert?** Jugendliche, Schwangere, psychisch Kranke
- **Kontrollverlust:** innerer Zwang zum Konsumieren
- **Vernachlässigung von Verpflichtungen:** Schule, Arbeit aber auch Hobbys und andere Interessen
- **Konsummotive:** schlechte Gefühle oder Konflikte verdrängen

Workshop Sucht und Medien



1356 0416

Workshop Sucht und Medien

Erfahrungsaustausch

Workshop Sucht und Medien

- Was Eltern unternehmen können
 - Vorbild sein
 - Altersfreigaben beachten
 - Schrittweise Begleiten
 - Ausgewogene Freizeitgestaltung
 - Bildschirmfreie Zeiten definieren
 - Bildschirmzeiten definieren

Links und Informationen

- **[zischtig.ch](https://www.zischtig.ch)**
Elternblog, Informationen zu Trends und Apps, Kurse
- **[jugendundmedien.ch](https://www.jugendundmedien.ch)**
Empfehlungen, Themensammlung, Zahlen und Fakten
- **[projuventute.ch](https://www.projuventute.ch)**
Themensammlung, Aktuelles, Beratung
- **[bernergesundheits.ch](https://www.bernergesundheits.ch)**
Suchtberatung

Gruppenworkshops

- Zwei mögliche Gruppenworkshops
- Die Diskussionen dauern ca. 20 Minuten, danach kehren wir alle zusammen für eine Schlussrunde zurück ins Plenum
- Erkennen & Schützen (BeGes)
- Gute Antworten auf fordernde Fragen (Erika Liechti, SSA)

Schlussrunde

Unter www.jugendfachstelle.ch finden Sie weiterführende Links zum Thema



DANKE!

schul
sozial
arbeit
münsingen

Berner Gesundheit
Santé bernoise

