

«BESSERE SCHULE - BESSERES LEBEN»



Suchtprävention

Zentral in der modernen Suchtprävention ist nicht nur die reine Wissensvermittlung über Substanzen, Gefahren, Inhaltsstoffe und deren Wirkungsweisen, sondern vor allem die Förderung der persönlichen und sozialen Kompetenzen von Jugendlichen. Die Vermittlung von Lebenskompetenzen spielt hierbei eine wichtige Rolle und passt aus diesem Grund sehr gut zum Bildungs- und Erziehungsauftrag der Schule. Dabei sollen in erster Linie die Schutzfaktoren und Ressourcen der Schüler gefördert werden. Außerdem sollen diese auch für Risikofaktoren sensibilisiert werden, um in entscheidenden Momenten die richtige Wahl zu treffen. In diesem Sinne haben wir im Rahmen der Suchtprävention auch in diesem Jahr verschiedene Veranstaltungen in den Schulstufen 5 bis 9 organisiert, die im Folgenden kurz vorgestellt werden sollen.

Schulstufe 5, 6 und 7

In diesen Schulstufen wird das Erziehungsprogramm „Lions Quest“ durch die Klassenlehrer durchgeführt. Lions Quest ist ein Vorsorge-Programm, das Jugendliche auf die selbstständige Bewältigung der bevorstehenden Aufgaben ihrer Lebensphase vorbereitet, indem Fähigkeiten wie Selbstvertrauen, Verantwortungsbewusstsein und soziale Kompetenzen gestärkt werden. In Klasse 7 werden zusätzlich von der portugiesischen Organisation Desafio Jovem Veranstaltungen zur Suchtprävention zu den Themen „Veränderungen und Selbstwertgefühl“, „Wahlmöglichkeiten und Entscheidungsfähigkeit“, „Gruppendruck“ „Abhängigkeiten“ und „Werte und Gefühle“ abgehalten (6 Stunden).

Schulstufe 8

Die 8. Klassen besuchen in der letzten Schulwoche das Drogenrehabilitationszentrum „Castanheira do Ribatejo“. Bei diesem Besuch wird zuerst eine allgemeine Einführung in das Thema Suchtabhängigkeit gegeben. Dabei werden die Ziele der Organisation Desafio Jovem und die Hilfestellung, die sie anbietet, dargestellt. Nach Besichtigung des Zentrums (Gebäude, Aktivitäten im



Arbeits- und Therapiebereich) berichten einige Personen, die den Ausstieg aus den Drogen mit der Hilfe von Desafio Jovem geschafft haben, aus ihrem Leben. Zusätzlich haben wir seit diesem Jahr Desafio Jovem eingeladen, um in den 8. Klassen 2 Präventionsveranstaltungen speziell zum Thema Tabak durchzuführen.

Schulstufe 9

In den 9. Klassen werden von Desafio Jovem die SchülerInnen vor allem in der Einschätzung von Substanzen, wie Alkohol, Cannabis und ihren potenziellen Wirkungen geschult. Dabei spielen zielgruppengemäße Information und Themen wie Konsummotive, Alltagsgewohnheiten, Reflexion des eigenen Konsumverhaltens und die Förderung eines adäquaten Umgangs mit diesen Substanzen sowie Information über Beratungsangebote eine große Rolle.

Patrícia Poppe und Marike Jüdes
«Bessere Schule-Besseres Leben»

«MELHOR ESCOLA - MELHOR VIDA»



Centro de Reabilitação do Desafio Jovem em “Castanheira do Ribatejo”.

Prevenção das Dependências

Atualmente a prevenção das dependências não se centra apenas na transmissão de informação sobre substâncias, suas componentes e efeitos nocivos, mas dá especial ênfase à promoção das competências pessoais e sociais dos jovens. As competências de vida assumem, assim, um papel importante na formação e educação dada pela Escola. Em primeira linha devem ser promovidos os fatores de proteção e os recursos dos alunos. Estes também devem ser sensibilizados para os fatores de risco, para poderem fazer escolhas acertadas nos momentos decisivos.

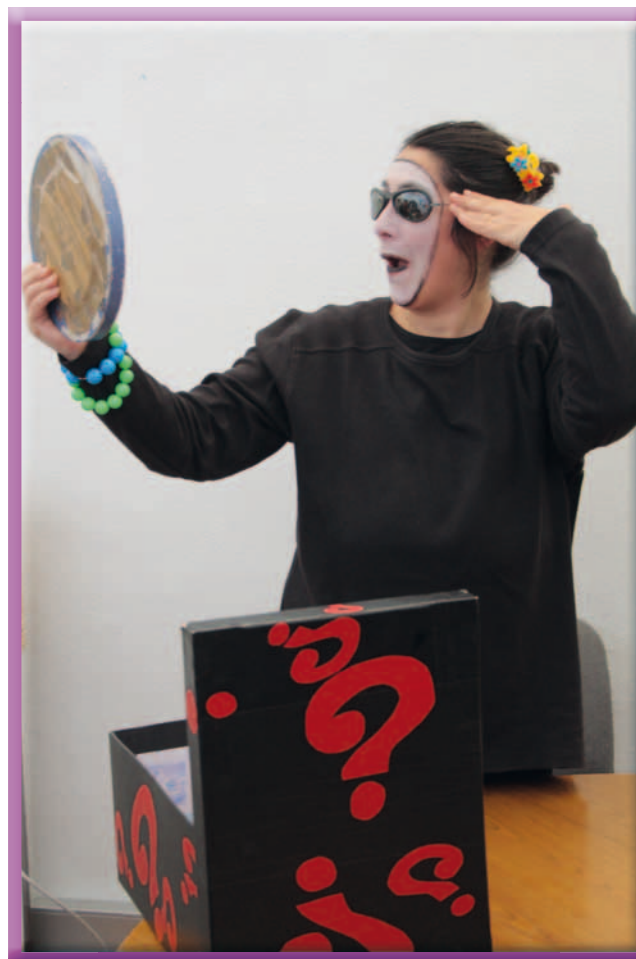
Neste sentido, organizámos neste ano letivo vários programas para os alunos no âmbito da Prevenção das Dependências que apresentamos de forma resumida.

5º, 6º e 7º ano

Os Diretores de Turma realizam com os seus alunos o programa educativo „Lions Quest“. Trata-se de um programa de prevenção que prepara os alunos para lidar de forma autónoma com as tarefas de desenvolvimento da sua faixa etária através do fortalecimento da auto-estima, responsabilidade e competências sociais. Para além deste programa, é implementado no 7º ano o programa de prevenção da Organização Desafio Jovem que incide nos temas “Auto-estima”, “Decisões e Escolhas”, “Pressão de grupo”, “Dependências” e “Valores e sentimentos” (6 sessões).

8º ano

Os alunos do 8º ano fazem uma visita na última semana de aulas ao Centro de Reabilitação do Desafio Jovem em “Castanheira do Ribatejo”. Esta consiste numa breve introdução ao tema das dependências em que são apresentados os objetivos e apoios da organização Desafio Jovem. Depois de uma visita guiada ao Centro



(instalações, atividades laborais e de acompanhamento), os alunos assistem ao testemunho de pessoas que conseguiram deixar as “drogas” com ajuda do Desafio Jovem. Além desta visita, este ano a organização Desafio Jovem irá realizar 2 sessões de Prevenção do Tabaco no 8º ano.

9º ano

No 9º ano são realizadas 4 sessões de prevenção pelas técnicas do Desafio Jovem em que os alunos são informados sobre algumas substâncias como álcool e canábis e os respetivos efeitos. Adicionalmente são abordados temas específicos (possíveis motivos e circunstâncias de consumo, hábitos ou atitudes relativamente a substâncias), sobre os quais é promovida uma reflexão adequada, sendo também fornecida informação sobre aconselhamento e apoio.

Patrícia Poppe e Marike Jüdes
«Melhor Escola-Melhor Vida»