



Ein Leben ohne Drogen

Lehrerinformation



Kinder und Jugendliche vertrauen Erwachsenen und sind leicht beeinflussbar. Lehrer können Schülern gegenüber eine Vorbildrolle übernehmen und ihnen vom Drogenmissbrauch abraten. Dies ist umso wichtiger, wenn Kinder und Jugendliche keine Familie haben, die sie unterstützt und ihnen als Vorbild dient. Oftmals fühlen sie sich Druck ausgesetzt, der sich aus ihren Lebensumständen in unserer komplexen Gesellschaft mit all ihren Herausforderungen ergibt oder sie dazu verleitet herumzuxperimentieren. Drogenmissbrauch dient im Wesentlichen dazu, mit Gefühlen der Unsicherheit zurechtzukommen oder ihnen zu entfliehen. Fördern Sie bei Schülern das Bewusstsein, dass sie bei der Bewältigung dieser Herausforderungen nicht alleine dastehen und dass es zahlreiche gesunde Alternativen gibt, um mit diesen fertig zu werden.

Kindern und Jugendlichen vermitteln, wie sie sich selbst schützen können

Man benötigt Vertrauen und Zuversicht, um nein zu Drogen sagen zu können. Lehrer können bei Kindern und Jugendlichen ein gesundes Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl fördern und ihre Kontaktfähigkeit und sozialen Kompetenzen stärken. Zeigen Sie sich tolerant, damit die Schüler offen über ihre Gedanken und Vorstellungen reden können. Bauen Sie Vertrauen auf, indem Sie Kinder und Jugendliche darin ermutigen, sich so zu akzeptieren, wie sie sind. Sie können ihnen dabei helfen, zwischen den nutzbringenden Wirkungen von Medikamenten und den schädlichen Konsequenzen des illegalen Drogenkonsums unterscheiden zu lernen. Bringen

Sie Kindern und Jugendlichen vor allem bei, wie sie Ungewolltes ablehnen können; dafür ist es wichtig, ihnen zu vermitteln, dass es vollkommen in Ordnung ist, nein zu sagen.

Wie Kinder und Jugendliche lernen können, ihrer Kreativität Ausdruck zu verleihen

- Organisation von Kunstwettbewerben für Kinder und Jugendliche über ein bestimmtes Thema der Drogenprävention
- Förderung von Sport bei Kindern und Jugendlichen - Sport ist gesund!
- Designen von T-Shirts mit Slogans gegen Drogenmissbrauch und HIV/AIDS
- Fundraising für Wohltätigkeitsorganisationen, die mit Straßenkindern arbeiten, die Drogen nehmen
- Austausch von Erfahrungen, die in interaktiven Spielen und Rollenspielen gesammelt wurden

Warnsignale, die es zu beachten gilt

Bei Verdacht, dass ein Schüler Drogen nimmt, gibt es klare Anzeichen, auf die Sie achten können. Zuerst sollten Sie jedoch sicherstellen, ob diese Anzeichen nicht auf andere Probleme zurückzuführen sind, und nicht sofort auf Drogenmissbrauch schließen.



**Do drugs control
YOUR LIFE?**

**Your life. Your community.
No place for drugs.**



Emotionale Anzeichen

- Stimmungsschwankungen zwischen Hochgefühl und plötzlichem Rückzug bzw. Depression
- Unbegründete Wut
- Mangelndes Interesse an der Schule oder an Freizeitaktivitäten
- Schwierigkeiten, mit anderen gut auszukommen
- Schule schwänzen
- Sich verschlechternde Noten und schwache schulische Leistung
- Kurze Aufmerksamkeitsspanne

Physische Anzeichen

- Rote Augen
- Schüler schläft regelmäßig im Unterricht ein.
- Undeutliches Sprechen
- Unaufmerksamkeit im Unterricht
- Vergesslichkeit
- Vernachlässigung der Körperpflege und des allgemeinen äußeren Erscheinungsbildes
- Zittern und unkontrollierte Bewegungen

Kinder und Jugendliche über illegale Drogen und deren Wirkungen aufklären

Alter 5-7: Schüler sollten in ihrer Entscheidungsfähigkeit bestärkt und zu einem gesunden Lebenswandel angehalten werden. Sie sollten auch die negativen Folgen des Drogenmissbrauchs kennen und illegale Drogen voneinander unterscheiden können.

Alter 8-9: Schüler sollten in der Lage sein Drogen aufzuzählen, von denen sie gehört haben, und diese zu erkennen und über die mit dem Drogenkonsum verbundenen Gefahren Bescheid wissen. Es ist wichtig, dass sie offen darüber sprechen können, wie sich Drogenkonsum zu Hause und in der Gemeinde auf sie auswirkt. Schüler sollten auch wissen, wohin sie sich bei Drogenproblemen wenden können.

Alter 10-12: Schüler sollten die Beweggründe kennen, warum Menschen zu Drogen greifen, und auch zwischen jenen unterscheiden können, die Drogen ausprobieren wollen, solchen, die gelegentlich Drogen nehmen, und jenen, die regelmäßig oder sogar häufig Drogen konsumieren. Schüler sollten auch zeigen, dass sie in der Lage sind, Wissen mit Mit-

schülern zu teilen. Außerdem ist es wichtig, dass sie über die Beziehung zwischen HIV/AIDS und Drogenmissbrauch sowie jene Situationen aufgeklärt werden, die ein Infektionsrisiko in sich bergen.

Vorschläge zur inhaltlichen Vorgangsweise (Lehrplan):

Lektion 1: Was sind Drogen? Was bedeutet Sucht? Welche Auswirkungen haben Drogenmissbrauch und Sucht auf den einzelnen und die gesamte Gesellschaft?

Lektion 2: Was versteht man unter natürlichen Drogen (Cannabis, Opium und Koka), wie wirken sie und welche präventiven Maßnahmen kann man ergreifen?

Lektion 3: Was sind halbsynthetische Drogen (Morphium, Heroin, Kokain und Crack), wie wirken sie und welche präventiven Maßnahmen kann man ergreifen? Was können Opfer im Fall einer Überdosis tun?

Lektion 4: Was versteht man unter synthetischen Drogen (Amphetaminen, Extasy, LSD, sedativen Hypnotika)? Welche Auswirkungen haben diese Drogen auf unser Gehirn und unsere Persönlichkeit?

Lektion 5: Welche Beziehung besteht zwischen Drogenmissbrauch und HIV/AIDS? Wie kann eine Ansteckung mit HIV/AIDS verhindert werden?

Lektion 6: Welche Risikofaktoren gibt es? Zu diesen zählen schulisches Versagen, dysfunktionale Familien sowie die Verfügbarkeit von Drogen. Wie kann man sich hier schützen? Dazu gehört die Unterstützung durch die Familie und Gemeinde, eine Verbesserung der schulischen Leistung und Aufklärung über Drogen. Wie können Menschen in der Gemeinde und auch sonst aktiv werden?

Lektion 7: Aktivitäten, die Kindern und Jugendlichen jene Fähigkeiten beibringen, die sie benötigen, um das Leben zu meistern. Dazu zählt: ein gesundes Urteilsvermögen entwickeln und lernen, mit Gruppendruck umzugehen und nein zu Drogen zu sagen, sowie erforderliche Schritte, um zu verhindern, dass jemand in die Drogenfalle tappt, und solche, die bewirken, dass jemand langfristig keine Drogen mehr nimmt.