

**Laborwoche**

**Klasse 7**

***Prävention***

# Themenschwerpunkt Prävention

**Text** von *Claudia Meißner*  
(Suchtpräventionslehrerin)

**Fotos** von *Kirsten Schröder und Claudia Meißner*

**W**ie in jedem Jahr haben wir in der Laborwoche der Klasse 7 das Schwerpunktthema Prävention. An fünf Tagen arbeiten die Mädchen in Workshops zu den Bereichen Körpergefühl, Körperwahrnehmung, Körpererfahrung, Selbstwahrnehmung und positive Selbstbilder. Von Lehrkräften und externen Referenten werden die Schülerinnen zu Schwerpunktthemen (Wiederholung!) wie Prävention, Gesundheit, Essstörungen, Selbstverletzung, Spiel- und Internetsucht, sowie Sucht-

▼ **Schülerinnen an einer Station des Suchtparcours**



mittelmissbrauch informiert und aufgeklärt. Durch die Zusammenarbeit mit Institutionen wie der Polizei, dem Klinikum Kaiserslautern, der Drogenberatung `Release` Kaiserslautern, sowie dem Jugendzentrum KL, der `Caritas` und der Diakonie, die uns freundlicherweise Referenten zur Verfügung stellen, ist es möglich, die Mädchen in einen aktiven Dialog zu bringen und Informationen zu aktuellen Themen aus erster Hand zu erhalten.

Kurz vor der Laborwoche findet für die 7. Klassen eine dreistündige Informationsveranstaltung zum Thema Rauchen im Klinikum Kaiserslautern unter Betreuung von Medizinern statt („Nichtrauchen ist cool“), bei der auch Gelegenheit zu einer persönlichen Gesprächsrunde mit einem Patienten, der an den Folgen des Rauchens leidet, gegeben ist.

Ein informativer Besuch bei der Polizei, die über Drogenmissbrauch aufklärt, ist inzwischen fester Bestandteil innerhalb der Woche. Für Eltern der Schülerinnen findet hierzu ein separater Elternabend statt. Zum Thema Essstörungen hatten die Mädchen 2009 Gelegenheit, mit einem erkrankten Mädchen aus einer Therapie-Gruppe der Diakonie zu sprechen. Für die Schülerinnen war es sehr wichtig, authentische Informationen zu diesem wichtigen Thema zu bekommen und mit einer persönlich Betroffenen zu diskutieren.

▼ und ► **Suchtparcour: Rauschbrille**

Neben diesen zum Teil externen Veranstaltungen beschäftigen sich die Schülerinnen in diversen Workshops mit Schwerpunktthemen wie Musik (Komponieren eines Sucht-Rap) und Kunst zum Thema Prävention. Im Jahr 2011 konnte eine beeindruckende Plakatdokumentation zu den Themen Rauchen und Alkohol erstellt werden, die als kleine Ausstellung im Schulhaus allen Schülerinnen und Lehrkräften präsentiert wurde.

In den Fächern Biologie und Chemie beschäftigen sich die Mädchen unter der Anleitung von Fachlehrerinnen mit der chemischen bzw. medizinisch-biologischen Seite von Alkohol und Rauchen sowie dem Missbrauch harter Drogen.

Für zwei Unterrichtsstunden nehmen die Schülerinnen an einem Suchtparcours teil, wo sie selbst zu Themen wie Werbung und Sucht bzw. Party ohne Alkohol eigene Ideen und Meinungen einbringen können. Ein Hindernislauf mit einer Rauschbrille, die verschiedene Promillezustände simuliert, bildet ein Highlight des Workshops.

Zum Abschluss des Parcours können die Schülerinnen noch einen selbst gemixten Cocktail ohne Alkohol genießen.

- ▼ **Man kann auch ohne Alkohol feiern.**
- **Schülerinnen auf dem Suchtparcour**





In Klassenworkshops haben die Schülerinnen zwischendurch immer wieder Gelegenheit, zu Themen wie (Wiederholung!) Körpererfahrung, Stärkung des Selbstwertgefühls, Konsumverhalten und gruppenspezifische Prozesse zusammen oder einzeln kleine Projekte künstlerisch oder darstellend zu erfahren und zu erarbeiten. In Rollenspielen wird versucht, (eigenes) Verhalten im Themenbereich Prävention transparent zu machen und das Bewusstsein zu schärfen.





Um Körper und Selbstbewusstsein geht es auch in einem weiteren Workshop, der von Frau Westrich, einer Trainerin für Gewaltprävention und Sicherheitstraining durchgeführt wird. Die Mädchen trainieren hier in Rollenspielen u. a. eine selbstbewusste Körperhaltung unter dem Motto: „Gewalt fängt im Kopf an, Selbstverteidigung auch.“

Am letzten Tag der Woche findet gemeinsam mit der Klasse und dem betreuenden Lehrer eine Abschlussbesprechung der Laborwoche statt. Am Ende dieser Stunde können die Mädchen anonym in einem Evaluationsbogen ihre ganz persönlichen Eindrücke, Wünsche und Anregungen zur Präventionswoche mitteilen. **T**





▲ **Perspektive Buntstift** von Alena Wolfenstätter (7b)



▲ **Perspektive Buntstift** von Alina Bollen (7b)

▼ **Perspektive Buntstift** von Anna Georgi (7b)



▼ **Perspektive Buntstift** von Anna-Sophie Jung (7b)

