

# Konzept zur Gesundheitsförderung Schulheim Schloss Erlach



# Inhaltsverzeichnis

	Einführung	2
Kapitel 1	Grundsätze	3
Kapitel 2	Allgemeine Prävention	4
Kapitel 3	Prävention im Schulheim Schloss Erlach	11
Kapitel 4	Früherkennungsmodell	13
Kapitel 5	Intervention im Schulheim Schloss Erlach	16
Kapitel 5.1	Regelung und Abmachungen zum Thema „Rauchen – Nicht-Rauchen“	16
Kapitel 5.2	Sensibilisierung der Mitarbeitenden	16
Kapitel 5.3	Drogen, Suchtverhalten, Suchtmittel	16
Kapitel 5.3.1	Umgang mit Drogen im Schulheim Schloss Erlach	17
Kapitel 5.3.2	Sonstiger Umgang	18
Kapitel 6	Fachstellen und weiterführende Adressen	18
Beilagen	Arbeitsblatt „A“ Feststellen und Erkennen von Signalen	20
	Arbeitsblatt „B“ Beobachtung / Festhalten von Tatsachen	21
	Arbeitsblatt „C“ Erarbeitung der individuellen Vereinbarung	22

---

## Einführung

Das vorliegende Konzept ist als Arbeitshilfe für alle Mitarbeitenden des Schulheims Schloss Erlach gedacht. Eltern, zuweisende Behörden und alle anderen Interessierten bekommen damit sowohl einen Einblick in die konzeptionelle Arbeit der Institution, als auch Informationen über Werte, Haltungen und konkrete Arbeitsweisen.

Im Kapitel 1 werden die im Kontext der Gesundheitsförderung relevanten Grundsätze aus Leitbild, Rahmenkonzept und Sexualpädagogikkonzept noch einmal zusammengefasst. Es geht um unsere Normen, Werte und unsere Arbeitshaltung. Das Kapitel 2 bietet einen kurzen aber informativen Überblick zum Thema Sucht und Prävention. Es werden Risiko- und Schutzfaktoren zusammengefasst und überlegt, welche Faktoren wir konkret beeinflussen können.

Das Kapitel 3 beschäftigt sich mit der Umsetzung. Wo bietet unser Rahmen eine Möglichkeit, Schutzfaktoren zu stärken oder neu aufzubauen.

Das Früherkennungsmodell im Kapitel 4 ist ein konkretes Hilfsmittel, wie wir gesundheitsschädigendes Verhalten frühzeitig erkennen können und wie wir darauf reagieren.

Das Kapitel 5 widmet sich der Intervention. Regelungen zum Rauchen/Nicht-Rauchen, Nichtraucherbelohnung und unsere Haltung und unsere Vorgehensweisen beim Konsum von verschiedenen Suchtmitteln. Die Liste der Fachstellen im Kapitel 6 rundet das Konzept ab.

## 1. Grundsätze

Dem Konzept zur Gesundheitsförderung liegen folgende für die Institution geltenden Papiere zugrunde: Leitbild, Rahmenkonzept und Arbeitsgrundsätze, Sexualpädagogisches Konzept.

Folgende Grundsätze sind uns im Kontext der Gesundheitsförderung besonders wichtig.

### Grundhaltung

In der Institution werden die Kinder und Jugendlichen vor allem in ihren Stärken wahrgenommen und diese lösungsorientiert gefördert.

Grundlage des Erfolgs sind das interne Zusammenspiel sowie eine zuverlässige und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Eltern und weiteren Bezugspersonen. Alle begegnen sich in einer akzeptierenden Grundhaltung und sind bereit, gemeinsame Regeln und Grenzen zu respektieren.

### Zusammenarbeit unter den Mitarbeitenden

Die Bereitschaft zur Zusammenarbeit des Einzelnen mit Führungskräften und allen Mitarbeitenden der Institution ist von grosser Wichtigkeit. Die Erfüllung unseres Auftrags setzt eine offene und konstruktive Zusammenarbeit zwischen den unterschiedlichen Bereichen und Funktionen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter voraus.

### Zusammenarbeit mit den Eltern

Für die Entwicklung des Kindes ist die aktive Mitarbeit der Eltern unerlässlich. Während der gesamten Aufenthaltsdauer stehen die beteiligten Mitarbeitenden der Institution den Eltern begleitend zur Seite. Wenn Eltern und Mitarbeitende gemeinsame Abmachungen treffen und sich laufend gegenseitig informieren, dann werden die Kinder und Jugendlichen in ihrer Suche nach gangbaren Lösungen gestärkt.

Die Eltern sind die wichtigsten Ansprechpartner der Institution. Von ihnen wird ein grosses Engagement erwartet. Dazu gehören die Teilnahme an den regelmässigen Standortgesprächen und Institutionsanlässen. Besuche auf den Wohngruppen, in den Dienstleistungsbereichen und in der Schule sind ebenfalls sehr erwünscht. Vor allem aber müssen die Eltern bereit sein, die familiäre Situation zu überdenken und Veränderungen vorzunehmen, die eine Rückkehr des Kindes ermöglichen. In der Zusammenarbeit mit den Eltern sollen die Familien gestärkt werden. Voraussetzungen für eine gute Zusammenarbeit sind gegenseitiger Respekt und Vertrauen.

### Eigene und fremde Bedürfnisse kennen und damit umgehen lernen

Die Kinder und Jugendlichen lernen, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und auszusprechen. Sie akzeptieren die Bedürfnisse anderer und die Grenzen des Gegenübers.

### Soziales Lernen

Wir bieten den Kindern und Jugendlichen Sicherheit in Form von klaren Tagesabläufen, Regeln und Ritualen. Die Erwachsenen sind durch das Vorleben von Konflikt- und Kritikfähigkeit für die Kinder und Jugendlichen ein positives Modell.

### Freizeitgestaltung

Die Umgebung bietet den Kindern und Jugendlichen ein reiches Freizeitangebot. Das Seemätteli ist ideal für diverse Aktivitäten. Verschiedene Feste im Rahmen der Jahreszeiten ergänzen das Freizeitangebot und fördern den Zusammenhalt zwischen den Kindern, Mitarbeitenden und Eltern.

## **Arbeitsagogik**

Auf dem ökologisch geführten Bauernhof, in der Gärtnerei, der Hauswirtschaft, der Küche, der Werkstatt und auf dem Seemätteli wird das handwerkliche Geschick der Kinder gefördert. Sie werden ihren Fähigkeiten entsprechend von qualifizierten Fachpersonen in den verschiedenen Bereichen angeleitet. So erleben sie den Kreislauf der Natur und üben sich im Umgang mit den Tieren. Sie lernen beim praktischen Arbeiten strukturiert vorzugehen und erhalten eine Grundlage für ihr späteres Erwerbsleben. Es werden Stehvermögen, Ausdauer und Leistung trainiert. Die Kinder lernen ihre Grenzen kennen und erfahren zugleich auch unsere Unterstützung und Wertschätzung.

## **Sinneserziehung**

Im Zyklus der Jahreszeiten bieten vor allem der Bauernhof, die Landschaftspflege und die Gärtnerei naturnahe Erlebnisse und Erfahrungen mit Tieren und Pflanzen. Sehr viele Kinder haben hier für sich neue Möglichkeiten der Freizeitgestaltung gefunden und bei sich selbst Fähigkeiten entdeckt, die vorher lediglich in ihnen schlummerten.

## **Alltagsgestaltung**

Neben den verbindlichen Strukturen führt jede der Wohngruppen ein Stück weit ein eigenständiges Leben. Die Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen prägen die Wohngruppe und passen sie den aktuellen Bedürfnissen der Kinder an. Dadurch wird sowohl der alters- als auch der entwicklungs-mässigen Besonderheit der Kinder und der aktuellen Gruppendynamik Rechnung getragen. So entsteht eine besondere Gruppenkultur, sei dies durch einen spielerischen und kreativen Umgang oder durch das Sichtbar- und Erlebbarmachen von Belohnungsformen, durch das Einüben besonders wertschätzender Kommunikationsformen oder durch den konsequenten Einbezug der Selbst- und Mitverantwortung der Kinder.

## **Qualifizierte Führungskräfte und Mitarbeitende**

Unsere Führungskräfte und Mitarbeitenden sind für ihre Aufgabe fachlich qualifiziert und ausgewiesen. Sie hinterfragen ihre fachliche und persönliche Kompetenz laufend und es finden regelmässig Weiterbildungen statt. Sie sind offen gegenüber Veränderungen.

## **2. Allgemeine Prävention**

**Prävention** heisst zuvorkommen. Suchtprävention bedeutet: der Sucht zuvorkommen, schneller sein als die Sucht; Lösungen finden, bevor wir süchtig werden. Suchtprävention beginnt möglichst früh und ist langfristig angelegt. Prävention bezieht das ganze soziale Umfeld mit ein. Ziel der Prävention ist es, Schutzfaktoren zu fördern und Risikofaktoren zu verhindern.

### **Genuss, Missbrauch, Gewohnheit, Sucht**

Was wir als „Genuss“ empfinden, ist subjektiv unterschiedlich. Wir können vieles geniessen: essen, trinken, Bewegung, Beziehungen, usw. Wir können aber davon auch süchtig werden. Der Übergang von genussvollem Konsum zu Missbrauch, Gewohnheit und Sucht verläuft schleichend und für den betreffenden Menschen häufig unbemerkt. Merkmale von Genuss (im Gegensatz zur „Sucht“) sind:

- freie Wahl: ich kann mich entscheiden, ob ich heute z.B. ein Glas Alkohol geniessen will oder nicht
- man tut/konsumiert etwas unregelmässig
- in der Regel sind es eher massvolle Verhaltensweisen
- ich erlebe vorwiegend positive Auswirkungen: Entspannung, Zufriedenheit, Wohlbefinden

Von **Missbrauch** sprechen wir, wenn das Konsumieren einer Substanz oder eine Verhaltensweise selbstschädigende Wirkungen im körperlichen, seelischen oder sozialen Bereich zur Folge hat. Häufig erfüllt Missbrauch bestimmte Ersatz-Funktionen. Beispiel: Ich trinke am Abend Alkohol, um Stress abzubauen

**Gewohnheit:** Regelmässiger Genuss eines Genussmittels kann sich zur Gewohnheit entwickeln. Etwas, das dazu gehört. Bestimmte Abläufe, nach dem Essen ein Kaffee, nach der Arbeit ein Bier, in der Pause des Fussballmatches ein Bier etc. Der Begriff meint, dass wir uns an bestimmte Verhaltensweisen oder Mittel bereits so gewöhnt haben, dass wir nicht mehr ohne weiteres davonlassen können. Eine Veränderung kann aber noch willentlich herbeigeführt werden.

**Sucht** bezeichnet einen krankhaften Endzustand der Abhängigkeit von Mitteln oder Verhaltensweisen. Sucht ist gekennzeichnet durch ein chronisches Ausweichen vor scheinbar unlösbaren Konflikten und Spannungen. Süchtige Menschen leiden unter dem Zwang, sich das Mittel bzw. das süchtige Verhalten oft in steigender Dosis zuführen zu müssen. Sie sind nicht mehr in der Lage, sich direkt von der Sucht zu befreien. Süchtig ist jemand, wenn folgende Kriterien gegeben sind:

- Wiederholungszwang: ich kann nicht mehr frei entscheiden, ob ich etwas nehme/mache oder nicht
- Dosissteigerung: ich muss immer mehr nehmen, um die gleiche Wirkung zu erzielen (=Toleranzbildung)
- Übermass, Masslosigkeit
- negative zerstörerische Folgen:  
=> im körperlichen und/oder seelisch/geistigen und/oder sozialen (Beziehungen) Bereich *Je früher Kinder oder Jugendliche Suchtmittel konsumieren, desto schädlicher sind in der Regel die Auswirkungen!*
- Entzugserscheinung: körperliche und/oder seelische z.B. Zittern, Schmerzen, Unwohlsein, innere Unruhe, Schlaflosigkeit.

### Ursachen von Sucht

Warum wird der eine Mensch süchtig, der andere nicht? Eine einfache Erklärung für das Phänomen Sucht gibt es nicht. Untersuchungen deuten darauf hin, dass die Motive für den Suchtmittelkonsum (z.B. Neugier, Gruppendruck) nicht hinreichend sind für die Entwicklung einer Sucht. Damit es dazu kommt, müssen zusätzliche Faktoren wirksam sein.

Die Entstehung von Sucht wird heute als ein Prozess verstanden, an dem viele sich gegenseitig bedingende, verstärkende, verändernde Einflüsse beteiligt sind. Persönlichkeit, soziales Umfeld, das Suchtmittel selbst und gesellschaftliche Bedingungen sind die Felder, aus denen Einflüsse auf die Entwicklung von Sucht einwirken (siehe „Ursachenmodell“). Zunehmend beachtet werden dabei geschlechterspezifische Aspekte, welche in den verschiedenen Bereichen wirksam werden.

## Ursachenmodell



### Faktorenbereich: Persönlichkeit

In einer Vielzahl von empirischen Untersuchungen haben sich mannigfaltige Persönlichkeitsmerkmale herauskristallisiert, die mit Sucht verknüpft sind. So konnten zum Beispiel Zusammenhänge zwischen geringer Konfliktfähigkeit, niedriger Selbsteinschätzung, emotionalen Schwierigkeiten und Sucht aufgezeigt werden. Auch Depressivität, geringe Fähigkeit, Enttäuschungen, Zurückweisungen u. ä. zu verarbeiten (niedrige „Frustrationstoleranz“), und eine hohe Bereitschaft, Risiken einzugehen, stehen im Zusammenhang mit Sucht. Aus den einzelnen Merkmalen oder Faktoren kann jedoch die Entwicklung einer Sucht nicht ursächlich abgeleitet werden. Sicher ist nur, dass sie mitspielen.

### Faktorenbereich: Soziales Umfeld

Der soziale Nahraum umfasst Familie und Erziehung, Schule und Ausbildung sowie auch die Gleichaltrigengruppen, die sogenannten „peer groups“. Subjektiv als schlecht empfundene Familienbedingungen, verwöhnendes aber auch autoritäres Erziehungsverhalten, süchtiges Verhalten der Eltern selbst stehen in klarem Zusammenhang mit dem Suchtverhalten Jugendlicher. Auch die Situation in Schule und Lehre spielt entscheidend mit. Als Geringschätzung erlebtes Verhalten von Lehr- oder Ausbildungspersonen, Schulangst, gestörtes Wohlbefinden in der Schulsituation, geringe Leistungsbereitschaft in der Klasse und niedrige oder gar negative Erwartungen an das Schulsystem sind gemäss Untersuchungen oft Vorstufen zum Experimentieren mit dem Gebrauch von Suchtmitteln. Wiederum lässt sich zwischen der Situation in der Schule und der Suchtentwicklung nicht einfach ein ursächliches Verhältnis ableiten. Schulschwierigkeiten sind ebenso oft Folge von Suchtproblemen wie deren Ursache.

Eine wichtige Rolle bei männlichen jugendlichen „Einsteigern“ spielen die Gleichaltrigengruppen. Viele Untersuchungen sprechen dafür, dass der Wunsch, in der sozialen Nahgruppe der Gleichaltrigen akzeptiert zu sein, einer der wichtigsten Auslöser für den Suchtmittelgebrauch ist. Weibliche Jugendliche orientieren sich eher an nahen wichtigen Bezugspersonen. Untersuchungen zeigen, dass Mädchen oft über ihren Freund in einen neuen Suchtmittelkonsum einsteigen. Voraussetzung dafür, dass der Konsum fortgesetzt wird, ist ein emotionaler oder sozialer Mangelzustand, eine Krise, ein Konflikt, Antriebsarmut und ähnliches.

**Faktorenbereich: (Sucht-) Mittel**

Die Art und die Wirkung des Suchtmittels beeinflussen entscheidend den Verlauf einer Suchtkarriere. Dabei spielt es eine Rolle, in welcher Weise, wie oft, in welchen Mengen und wie lange ein Mittel eingenommen wird, vor allem aber auch, wie leicht es zu beschaffen ist.

**Faktorenbereich: Gesellschaftliche Bedingungen**

Die Art und Weise, wie eine Gesellschaft ihre verschiedenen Lebensbereiche (Arbeit, Erziehung, Bildung, Wirtschaft, Freizeit) organisiert, welche Werte und Normen dabei gelten, ist im Zusammenspiel mit anderen Ursachenbereichen ein wichtiger Faktor für die Entwicklung von Suchtverhalten.

So bereiten etwa der Verlust immaterieller Werte und die einseitige gesellschaftliche Ausrichtung auf männliche Werte wie Leistung und Wettbewerb in Schule, Arbeit und Freizeit den Boden für süchtiges Verhalten. Wer viel leistet und (oder) viel konsumiert, erhält gesellschaftliche Anerkennung. Wer nicht (mehr) mithalten kann oder will, wird ausgegrenzt. Monotone Arbeit, überforderte Erwachsene und Jugendliche, zunehmend schlechte Umweltbedingungen, allgemeine Unzufriedenheit mit Lebensaussichten und Lebensgestaltung, Sinnleere und anderes mehr sind die Folge solch einseitiger Wertorientierungen. Sie können Angst- und Ohnmachtsgefühle auslösen und tragen zur Belastung Erwachsener und Jugendlicher bei.

**Empirisch gesicherte Risikofaktoren für Alkohol- und Drogenmissbrauch bei Jugendlichen****Familiäre Risikofaktoren:**

- Fehlende klare Verhaltensregeln
- Mangelnde Unterstützung
- (emotionale) Vernachlässigung
- Schlechte Erfolgserwartungen für die Kinder
- Inkonsistenter oder extrem strenger Erziehungsstil
- Drogen-, Alkohol- oder Tabakkonsum der Eltern
- Positive Einstellung der Eltern gegenüber Substanzenkonsum
- Alkoholismus in der Familiengeschichte

**Schulische Risikofaktoren:**

- Mangel an klaren Regeln für den Umgang mit Drogen, Alkohol und Tabak
- Zugang zu Suchtmitteln in der Schule
- Schulwechsel
- Prüfungsversagen
- Mangel an Einbezug der SchülerInnen in Fragen des Schulhauses
- Mangel an Engagement für die Schule

**Risikofaktoren in der Gemeinde:**

- Mangel an ökonomischen und sozialen Ressourcen
- Wenig nachbarschaftliche Beziehungen und Netze vorhanden
- Schlechte Beziehungen zwischen verschiedenen Bevölkerungsgruppen in der Gemeinde
- Permissive Normen gegenüber Alkohol-, Tabak-, und Drogenkonsum in der Gemeinde
- Zugang zu/Verfügbarkeit von Alkohol, Tabak und Drogen

**Individuelle Risikofaktoren:**

- Frühes asoziales Verhalten
- Aussenseitertum
- Rebellisches Verhalten
- Antisoziales Verhalten in der späten Kindheit und frühen Adoleszenz
- Positive Einstellung gegenüber Suchtmitteln
- Mehr Vertrauen und Abstützung in der Gleichaltrigengruppe als bei den Eltern
- Suchtmittel konsumierende FreundInnen
- Zugang zu Suchtmitteln

*(Quelle: Meier Claudia, Cloetta Bernhard, Abel Thomas, Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Abteilung Gesundheitsforschung, Bern 1997)*

Ein **hohes Suchtrisiko** weisen Jugendliche auf, für welche eine oder mehrere der folgenden Bedingungen zutreffen:

- Suchtmittelmissbrauchende Eltern
- Sexuelle oder physische Ausbeutung und Misshandlung
- Schulabbruch
- Frühe Schwangerschaft
- Ökonomische Benachteiligung
- Jugenddelinquenz
- Psychische Störungen
- Suizidversuch(e)
- Krankheits- oder unfallbedingte Schmerzen über längere Zeit
- Chronische Versagererlebnisse in der Schule
- Behördlich verfügter Aufenthalt in stationären Institutionen der Jugendhilfe
- Gerichtliche Verurteilungen auf Bewährung

*(Quelle: Meier Claudia, Cloetta Bernhard, Abel Thomas, Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Abteilung Gesundheitsforschung, Bern 1997)*

Die Risikofaktoren geben einen ersten Anhaltspunkt, wo Suchtprävention ansetzen kann.

Unserer heutigen Einschätzung nach kommen folgende **Risikofaktoren bei den Jugendlichen in stationären Institutionen** besonders häufig vor:

- Elterliches Vorbild betr. Suchtmittelmissbrauch
- Orientierung der Jugendlichen schon früh vorwiegend an der Gleichaltrigengruppe
- Fehlende klare Verhaltensregeln
- Erlittener sexueller Missbrauch

**Einflussmöglichkeiten**

Als Betreuungspersonen sehen wir folgende Einflussmöglichkeiten in unserem Institutionsalltag:

- Schaffen von klaren Verhaltensregeln in der Institution
- Vorbild im Umgang mit Sucht, Suchtmitteln, Konflikten, usw.
- Achten auf Kontinuität der Beziehungen (Schule, Arbeitsplatz)
- Emotionale Zuwendung
- Mithilfe im Aufarbeiten traumatischer Erfahrungen (sexueller Missbrauch)
- Neue (risikoärmere) Lebensweisen als Alternativen vermitteln (durch Vorbild, Regeln, usw.)
- Stärken von Selbstbewusstsein
- Vermehrt ressourcenorientiertes Arbeiten mit den Jugendlichen (Stärken stehen im Mittelpunkt, nicht die Schwächen!).

Uns ist bewusst, dass unsere Einflussmöglichkeiten begrenzt sind. Vor allem in unserer Haltung und unserem alltäglichen Handeln in der Institution sehen wir die Chance. Dort, wo wir können, wollen wir unsere Möglichkeiten wahrnehmen!

Die Umsetzung unserer Einflussmöglichkeiten wollen wir laufend im Team und in der Supervision thematisieren und unterstützen.

### **Gesunderhaltende Schutzfaktoren**

Was hält Menschen - trotz vieler vorhandener Risikofaktoren - trotzdem gesund?

#### **Individuelle Schutzfaktoren**

- Selbstvertrauen
- Selbstwirksamkeit
- Positives Selbstkonzept
- Verantwortungsvolle und eher leistungsorientierte Lebenseinstellung
- Erfolg bei der Bewältigung subjektiv bedeutsamer Aufgaben
- Keine lang dauernden ernsthaften Krankheiten in der Kindheit
- Gute Selbsthilfefähigkeiten
- Gute Problemlösungs- und Kommunikationsfähigkeiten

#### **Familiäre Schutzfaktoren**

- Kleine Familie (vier oder weniger Geschwister)
- Mindestens zweijähriger Altersabstand zwischen den Geschwistern
- Kohärenz, Struktur und Regeln während der Adoleszenz
- Adäquate Aufmerksamkeit in der (frühen) Kindheit durch wichtige Bezugspersonen
- Vertrauensbeziehung zu Erwachsenen (nicht notwendigerweise innerhalb der Familie)
- Unterstützende Vorbilder
- Informelles Mehrgenerationen-Netz (z. B. in der Verwandtschaft)
- Alter der Eltern (jüngere Mütter für Jungen, ältere Väter für Mädchen)
- Nicht übermässige Arbeitsbelastung der Mutter

#### **Soziale Schutzfaktoren**

- Unterstützende persönliche Beziehungen

#### **Allgemeine Schutzfaktoren**

- Wenige belastende Lebensereignisse in der Kindheit
- Konstruktiver Umgang mit belastenden Lebensereignissen (keine negativen Kettenreaktionen)
- Wahl- und Handlungsmöglichkeiten

*(Quelle: Meier Claudia, Cloetta Bernhard, Abel Thomas: Grundlagen zur Suchtprävention im Kanton Bern. Dokument 3: Zielsetzungen suchtpreventiver Programme. Im Auftrag der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern. Juni 1997. 35 S.)*

#### **Auf folgende Schutzfaktoren können wir in der Institution Einfluss nehmen:**

- Gute Problemlösungs- und Kommunikationsfähigkeiten
- Kohärenz, Struktur und Regeln während der Adoleszenz
- Selbstvertrauen
- Vertrauensbeziehung zu Erwachsenen
- Unterstützende Vorbilder: sind glaubhaft, ermutigend, dienen als Orientierung
- Selbstwirksamkeit
- Positives Selbstkonzept
- Verantwortungsvolle und eher leistungsorientierte Lebenseinstellung
- Erfolg bei der Bewältigung subjektiv bedeutsamer Aufgaben

- Gute Selbsthilfefähigkeiten
- Unterstützende persönliche Beziehungen
- Konstruktiver Umgang mit belastenden Lebensereignissen
- Wahl- und Handlungsmöglichkeiten

**Im Weiteren sehen wir folgende zusätzliche Möglichkeiten der Gesundheitsförderung:**

- Sinnvolle Freizeitbeschäftigung: Sport, Musik usw. Etwas, das Freude bereitet
- Gute Selbstwahrnehmung (wie fühle ich mich?)
- Handlung voraussehen und einschätzen können (Selbstreflexion, setzt Bildung voraus)
- Phantasie, Kreativität
- Ernährung

Zur Förderung der Umsetzung der Schutzfaktoren im Institutionsalltag sollen unsere Möglichkeiten regelmässig im Team und in der Supervision bewusstgemacht werden.

**Signale einer möglichen Suchtentwicklung (Früherkennung)**

Es gibt keine konkreten Hinweise, die mit Sicherheit auf Suchtgefährdungen hinweisen. Hingegen gibt es Signale, die ernst zu nehmen sind:

**Körperliche und/oder psychische Signale:**

- Rauchgeruch, „Fahne“
- Andauerndes blasses, ungesundes Aussehen
- Auffällige Schläfrigkeit
- Apathisches Verhalten
- Permanente Appetitlosigkeit, Heisshungerattacken, plötzliche unbegründete Gewichtsabnahme
- Erhöhte Reizempfindlichkeit
- Kreislaufschwächen und unerklärliches Schwindelgefühl
- Unerwartet auftretender Reizhusten mit Gefühl einer ausgetrockneten Kehle, Würge- und Erstickungsgefühle
- Häufig gerötete Augen, extrem erweiterte oder verengte Pupillen
- Extremes unbegründetes Schwitzen
- Auffällig verlangsamtes Sprechen
- usw.

**Verhaltensänderungen:**

- Plötzlicher Wechsel des Freundeskreises, Abbruch bisheriger Beziehungen
- Entgegen dem üblichen Verhalten verstärktes Lügen
- Plötzlicher, starker Leistungsabfall, zunehmendes Gefühl der Lustlosigkeit
- Aufgeben früherer Interessen/Hobbies ohne Interessen-Neuorientierung
- Ungewöhnliche Vernachlässigung der Körperpflege, Verwahrlosungstendenzen
- Unbegründetes Sich Zurückziehen
- Betrunken scheinen ohne Alkoholgenuss
- usw.

*(Aus „step by step“, Programm zur Früherkennung und Intervention, 1996; „Auch mein Kind...? Gespräche mit Eltern über Süchte und Drogen“, 1985)*

Hinter solchen Signalen müssen nicht notwendigerweise Drogen oder andere Suchtmittel stehen. Es kann sich dabei auch um eine „normale“ Pubertätskrise handeln, die in massiver Form abläuft. Auch in diesem Falle gilt es, die wahrgenommenen Signale ernst zu nehmen und sie im Team zu thematisieren.

### 3. Prävention im Schulheim Schloss Erlach

Das Schulheim Schloss Erlach hat verschiedene Gefässe und Werkzeuge entwickelt, um seinen Präventionsauftrag gut erfüllen zu können. Dazu gehören die Arbeitsgruppen Zusammenleben und Gesundheitsförderung. Die genauen Zielsetzungen und Aufgaben können dem Betriebshandbuch entnommen werden. Um regelmässig von den Kindern eine Rückmeldung zu bekommen, wie es ihnen in und mit der Institution geht, haben wir einen Fragebogen entwickelt, welchen die Kinder einmal im Jahr zuhänden der Gesamtleitung ausfüllen. Der Fragebogen wird jährlich vom Kind ausgefüllt und mit dem Gesamtleiter besprochen.

#### Prävention im Alltag

Prävention kann und muss immer wieder auch im alltäglichen Zusammenleben passieren. Wie in Kapitel 2, allgemeine Prävention, beschrieben, gibt es Faktoren, die das Kind, den Jugendlichen eher vor einem süchtigen Verhalten schützen. Diese Schutzfaktoren können wir im Alltag unterstützen und aufbauen.

Folgende Schutzfaktoren können wir in der Institution unterstützen:

- Problemlösungs- und Kommunikationsfähigkeiten
- Sicherheitsgefühl durch klare Strukturen und Regeln
- Selbstvertrauen
- Geborgenheit
- Vertrauensbeziehungen zu Erwachsenen
- Unterstützende Vorbilder
- Selbstwirksamkeit erleben
- Positives Selbstkonzept
- Verantwortungsvolle Lebenseinstellung
- Selbstdisziplin und Arbeitshaltung
- Erfolg bei der Bewältigung subjektiv bedeutsamer Aufgaben
- Genussfähigkeit
- Verlässlicher, autoritativer Erziehungsstil
- Unterstützende persönliche Beziehungen
- Konstruktiver Umgang mit belastenden Lebensereignissen
- Wahl- und Handlungsmöglichkeiten
- Körperbewusstsein

In unserer Arbeit gibt es in allen Bereichen Möglichkeiten, diese Faktoren zu stärken. Ganz allgemein und über allem steht der lösungsorientierte Ansatz unserer Arbeit. Wenn Kinder, Jugendliche und Eltern erleben, dass sie ernst genommen werden, dass wir ihnen zutrauen selber Lösungen für ihre Probleme zu finden und uns immer wieder auf die Ressourcen des Einzelnen besinnen, ist dies Gesundheitsförderung und Suchtprävention.

Nachfolgend eine nicht abschliessende Auflistung von unterstützendem Verhalten, das wir täglich anwenden. Sie soll als Checkliste oder Gedankenanstoss dienen, um sich auf den einen oder anderen Aspekt wieder vermehrt zu konzentrieren.

#### Dienstleistung

Sinnesschulung

- Arbeit draussen / drinnen
- Kälte / Wärme
- Ernährung
- Präsentation Essen / Dekoration
- Leistungsgrenzen / Müdigkeit
- Schmerzgrenzen (Leidensdruck vs. Wohlbefinden)

**Bezug Ernährungskreislauf**

- Arbeit beim Gärtner / Landwirt, in der Küche
- Eigenes Gärtli (Schul- oder WG-Garten)
- Milch holen
- Ernten / Verarbeiten
- Fleisch aus eigener Tierhaltung
- Kompostierung / Tierfutter
- Gesunde Ernährung / Vollwertkost

**Bezug Wohn- und Lebensraum, Pflanzen und Tiere (Einbezug Kinder und Jugendliche)**

- Hygiene (Reinigung, Wäsche, Küche)
- Blumenschmuck
- Unterhalt Gebäude / Umgebung
- Freizeitanlagen
- Ämtli
- Arbeitsplatz als Freizeitraum

Infofluss / Absprache mit Wohngruppen und Schule

Qualitätssicherung der Arbeiten / Lebensstandard / Normen und Werte einhalten

**Wohngruppen**

Sicherheit; strukturierter Alltag

- Regeln, Abmachungen, Grenzen
- Verlässliche Beziehungen mit Konstanz
- Rollen Erwachsene / Kinder klar
- Gute Arbeitskultur Team

Atmosphäre

- Gestalten des eigenen Zimmers
- Gemeinsamer Wohnbereich (Pflanzen, Dekoration, Bücher usw.)
- Eigene Tiere
- Rituale (Geburtstage, Feste, Gute Nacht)
- Mitbestimmung (Kindersitzung)
- Einzelgespräch, Reflecting-Team, Standortgespräch
- Bezugspersonenarbeit
- Umgangsformen, Respekt
- Konstruktive Elternarbeit (Gespräche, Einbezug bei Anlässen)

Gemeinschaftserlebnisse

- Sport (Seemätteli, Turnhalle, Hof, Umgebung); Fussball, Basketball, Tischtennis, Velofahren, schwimmen, klettern, wandern
- Feste (Frühling, Schulschluss, Herbst, Weihnacht); Einbezug Ki/Ju beim Gestalten
- Spezielle Anlässe (Weihnachtsmarkt,)
- Projekte (Malatelier)
- Arbeit intern und extern
- Gruppenlager
- Projekte mit Kindern und Jugendlichen
- Musik (Musikschule)

## Schule

Stärken und Fördern der:

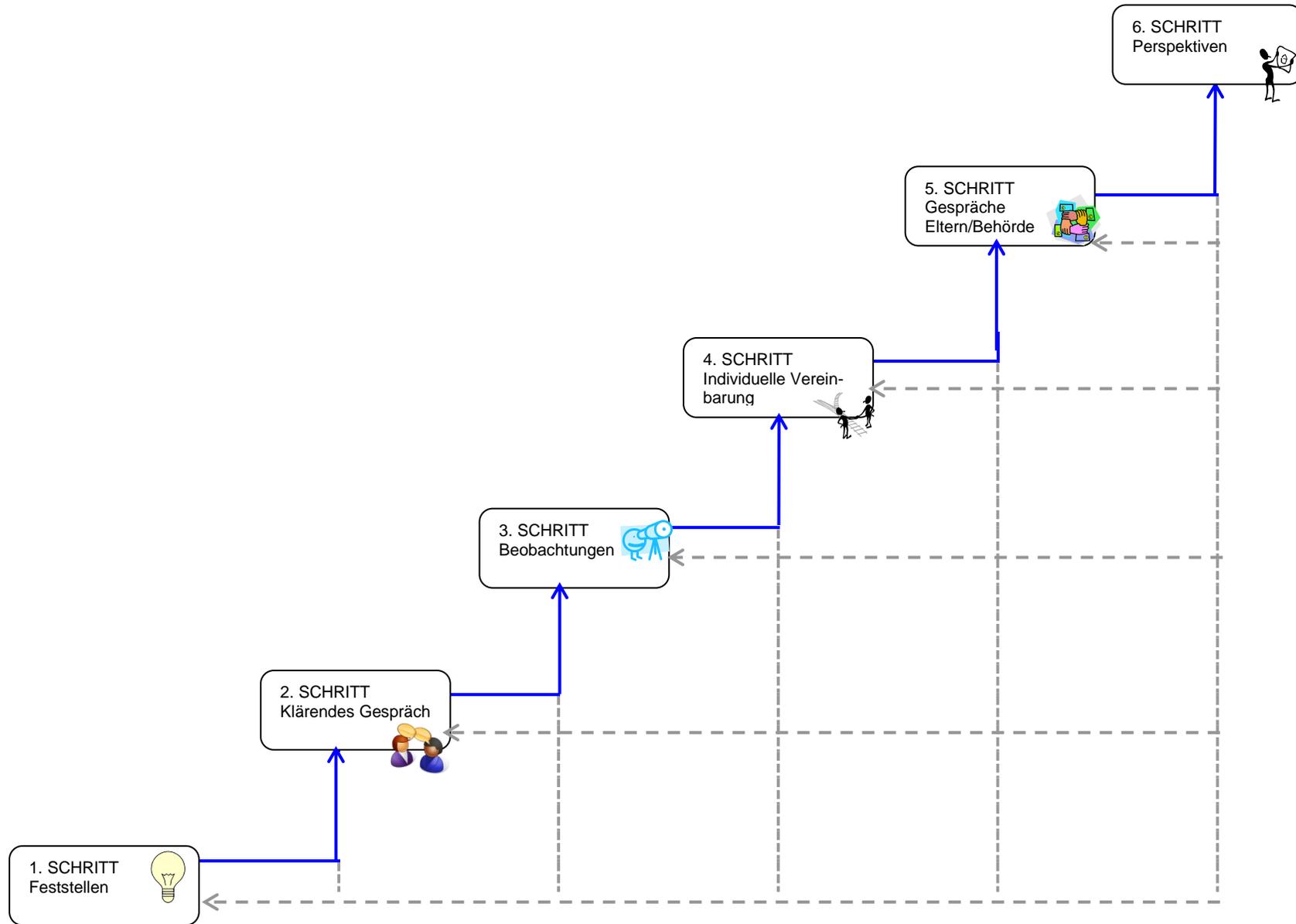
- Selbstkompetenz
  - Grenzen erfahren (alle Lebensbereiche, speziell auch Sport). Mut tut gut
  - Ich selber sein (s. auch NMG)
  - Darbietungen
  - Einzelgespräche
  - Vorbildfunktion (Erwachsene und Schüler)
  - Konzentrationsschulung
- Sozialkompetenz
  - Disziplin (Regeln, Rücksicht nehmen, Strukturen, Sicherheit)
  - Landschulwochen, Winterlager, Projektwochen
  - Pausenaufsicht durch ältere Schüler
  - Mit und Selbstbestimmung (Kinderkonferenz KiKo)
  - Konfliktbewältigung
  - Leben in der Gemeinschaft (s. auch NMG)
  - Umgangsformen
  - Theater
- Sachkompetenzen (nach Lehrplan des Kantons Bern)
  - Wissen ist Macht, gibt Sicherheit
  - Handeln und erheben in allen Fachbereichen
  - NMG: Themenfelder
    - Gesundheit und Wohlbefinden (gesunde Ernährung, Sexualerziehung, Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln, Nein sagen lernen, Menschenkunde
    - Ich selber sein, leben in Gemeinschaft, Lebenskunde,
    - produzieren – konsumieren (gesunde Ernährung, Konsumverhalten)
    - Einblick in Arbeitswelten
  - Kunstförderung
    - Musik, Gestalten, Sprache etc.
  - Zusätzliche Aufgaben
    - Gesundheitsförderung
    - Sexualerziehung

Interkulturelle Erziehung (20. November. – Tag der Kinderrechte etc.)

## 4. Früherkennungsmodell

Das Früherkennungsmodell soll immer dann eingesetzt werden, wenn wir uns Sorgen machen um ein Kind oder um einen Jugendlichen. Oft zeigt sich dies in Veränderungen, die wir nicht einordnen können und die uns beunruhigen. Gerade bei Essstörungen, Depressionen, Mediensucht usw. kann das Beobachten von verunsichernden Signalen eine grosse Hilfe sein.

Das Modell kann als Orientierungshilfe beigezogen werden und gibt uns die Möglichkeit, genauer einzuordnen auf welcher Stufe der Intervention wir uns befinden. Es ist nicht zwingend, dass jeder Schritt immer genau in dieser Reihenfolge befolgt wird. Manchmal müssen Schritte übersprungen oder Schritte zurück gemacht werden. Die Protokollblätter „A“, „B“ und „C“ sind im Anhang zu finden. Es ist gut zu wissen, dass wir nicht alle ausgebildete Therapeuten sein müssen, sondern uns zur Unterstützung, Beratung und Therapie eine grosse Palette von Fachpersonen zur Seite stehen, die wir einbeziehen können. Adressen dazu sind im Anhang zu finden.



FRÜHERKENNUNGS-MODELL	1. Schritt Feststellen 	2. Schritt Klärendes Gespräch 	3. Schritt Beobachtungen 	4. Schritt Individuelle Vereinbarung 	5. Schritt Gespräch Eltern / Behörde 	6. Schritt Perspektivengespräch 
<b>AUFTRAG</b>	Erkennen von Signalen Auffälliges und irritierendes Verhalten wird schriftlich im Socialweb festgehalten. (Leistungsabfall, Unkonzentriertheit, Stimmungsschwankungen, Rückzugstendenz, etc.) 📄 „A“: Beobachtungen mit anderen Beteiligten reflektieren und diese bitten, ihre Beobachtungen beizusteuern.	Die Bezugsperson/ Klassenlehrkraft sucht das Gespräch mit dem Kind/Jugendlichen. Dieses Gespräch findet im lösungsorientierten Rahmen mit entsprechender Fragestellung statt. - Dem Kind/ Jugendlichen die beobachteten Auffälligkeiten mitteilen - Die Sorge darüber zum Ausdruck bringen. Angebote zur Unterstützung werden gemacht.	Die Vorkommnisse werden mindestens zwei Wochen lang systematisch gesammelt. 📄 „B“ Austausch im Gesamtteam. Braucht es externe Fachberatung?	Verbessert sich der Zustand (körperlich wie psychisch) des Kindes/Jugendlichen nicht und/oder konkretisieren sich die Vermutungen, ist eine Erarbeitung von einer individuellen Vereinbarung notwendig. Zielorientierte Gespräche mit betroffenem Kind/ Jugendlichen führen: Verhaltensauffälligkeit ansprechen, Zielvereinbarung treffen, auf Hilfsmöglichkeiten hinweisen.	Betroffenes Kind/ Jugendlicher über Kontaktaufnahme mit Eltern/Behörde informieren. Die GEL führt ein Gespräch mit Eltern und den Behörden. Problemlage darstellen, Zielvereinbarungen treffen, weitere Massnahmen inkl. Konsequenzen festlegen.	BP, die Lehrperson oder die GEL, Schulleitung ziehen im Einverständnis mit den Eltern (im Idealfall) eine externe Fachstelle/-person bei. Gemeinsam werden die weiteren Schritte geplant, durchgeführt und überprüft.
<b>BETEILIGTE</b>	Kind / Jugendlicher WG-Team Schulteam DL	Kind / Jugendlicher BP oder Klassenlehrkraft	Kind / Jugendlicher WG-Team / Schulteam / DL	BP oder Klassenlehrkraft Kind / Jugendlicher	Kind / Jugendlicher Eltern / Behörde BP / Klassenlehrkraft BL oder GEL	Kind / Jugendlicher Eltern / BP / Klassenlehrkraft Behörde, GEL, Fachperson (ext.)
<b>FORM</b>	Auffälligkeiten/Vermutungen werden schriftlich gesammelt	Lösungsorientiertes Einzelgespräch	Beobachtungen schriftlich festhalten	Lösungsorientiertes Gespräch	Gespräch	Gespräch
<b>PROTOKOLL</b>	Beobachtungsnotizen Blatt „A“	Gespräch im Socialweb festhalten	Beobachtungsnotizen Blatt „B“	Schriftlich Form. Ziele und Massnahmen, inkl. Fristen Gesprächsprotokoll „C“	Protokoll mit schriftlicher Zielformulierung und Fristen, Konsequenzen	Schriftlich formulierte Massnahmen, Ziele, Konsequenzen
<b>VERANTWORTLICH FÜR INFOFLUSS</b>	BP oder Klassenlehrperson, entsprechender DL Je nach dem wo die Initiative anfängt	BP	BP	BP	BP	BP / GEL
<b>INFORMATION AN</b>	WG-Team / Schulteam / involvierter DL / Systemberatung / BL	WG-Team / Schulteam / Systemberatung, wenn das Gespräch stattgefunden hat	WG-Team / Schulteam / Beratungsleitung / Eltern / BL / GEL	Eltern / Behörde / WG-Team / Schulteam / Systemberatung / ggf. externer Therapeut-in /BL / GEL	Alle Eingeladenen / WG-Team / Schulteam / Systemberatung / ggf. externer Therapeut-in	Alle Eingeladenen / WG-Team / Schulteam / Systemberatung / ggf. externer Therapeut-in
<b>ENTSCHEID bzw. ÜBERPRÜFUNGS-GESPRÄCH</b>	Eine Gefährdung ist möglich, weiter zum nächsten Schritt	Die eingeschätzte Gefährdung ist gering: ein Schritt zurück. Bei erhöhter und/oder andauernder Gefährdung: weiter zum nächsten Schritt.	Eingeschätzte Gefährdung gering ein Schritt zurück. Erhöhte Gefährdung nächster Schritt.	Die vereinbarten Ziele sind erreicht: keine zusätzlichen Massnahmen nötig. Bei erhöhter und/oder andauernder Gefährdung: weiter zum nächsten Schritt	Die vereinbarten Ziele sind erreicht: keine zusätzlichen Massnahmen nötig. Bei erhöhter und/oder andauernder Gefährdung: weiter zum nächsten Schritt	Die vereinbarten Ziele sind erreicht: keine zusätzlichen Massnahmen nötig. Bei erhöhter und/oder andauernder Gefährdung: Behörden, GEL, Eltern beschliessen weiter Massnahmen

## 5. Intervention im Schulheim Schloss Erlach

### 5.1 Regelungen und Abmachungen zum Thema „Rauchen – Nicht-Rauchen“

#### Was fällt unter den Begriff „Rauchen“?

- Das Rauchen von Raucherwaren (Zigaretten, Zigarren, „Niele“, selbst gebastelte Zigaretten) wie auch der Besitz von Raucherwaren.
- Stinken nach Rauch (Kleider, Atem ....)

#### Rauchen im Schulheim Schloss Erlach

- Erwachsene:
  - Mitarbeitende rauchen während ihrer Arbeitszeit nicht vor den Kindern und Jugendlichen. Rauchpausen können an einem dazu bestimmten Platz (z.B. Raucherplätzli ausserhalb des Areals) abgehalten werden. Erreichbarkeit muss gewährleistet sein.
  - In den Räumen und auf dem Areal der Institution wird nicht geraucht.
  - Im Schlossareal und Seemätteli machen wir „rauchende Drittpersonen“ auf die raucherfreie Zone aufmerksam
- Kinder und Jugendliche:
  - Kinder und Jugendliche dürfen in der Institution nicht rauchen.
  - In seltenen Ausnahmefällen können mit Kindern und Jugendlichen Raucherverträge in Absprache mit den Eltern ausgehandelt werden. Diese werden interdisziplinär erarbeitet und vom Leitungsteam genehmigt.

#### Sanktionen

- Die Gruppen entscheiden mit den Eltern, welche Sanktionen bei Konsum von Zigaretten gelten, wie Sport treiben, Präventionsmaterial lesen, Beratungsgespräch bei der Berner Gesundheit
- Weiteres Vorgehen siehe Früherkennungsmodell unter 4.

### 5.2 Sensibilisierung der Mitarbeitenden

Ziel: Um die Präventionsarbeit auf der Gesamtinstitutionsebene zu vertiefen und sich gemeinsam mit dem Thema Gesundheit auseinanderzusetzen, gestaltet die AG Gesundheit zwei Pädagogische Konferenzen pro Jahr.

### 5.3 Drogen, Suchtverhalten, Suchtmittel

**Drogen** sind pflanzliche oder chemische Wirkstoffe, die auf das Zentralnervensystem (Gehirn) einwirken und zu Erlebniszuständen führen, die vom sogenannten Normalzustand abweichen. Drogen verändern die Wahrnehmung und Stimmung und verursachen andersartige Gefühle, die oft als angenehm, manchmal auch als unangenehm empfunden werden. Drogen können zwischen legalen und illegalen Drogen unterschieden werden:

**Legal:** Alkohol, Tabak, Medikamente, Schnüffelstoffe etc.

**Illegal:** Cannabis, Heroin, Cristal Meth, Ecstasy, Kokain etc.

**Suchtverhalten** bezeichnet nicht nur den süchtigen Konsum von legalen und illegalen Drogen, sondern auch bestimmte Verhaltensweisen, welche dem Drogenkonsum vergleichbare Auswirkungen auf das Zentralnervensystem zur Folge haben (z. B. elektronische Spiele, übermässiges Essen, Hungern etc.)

Als **Suchtmittel** werden neben den legalen und illegalen Drogen auch jene Mittel bezeichnet, deren sich der Mensch in süchtiger Weise bedient, um seine psychische Befindlichkeit zu verändern (z.B. TV, Essen, Musik, Arbeit, Gewalt, Macht, Sex etc.). Dabei wird zwischen substanzgebundenen und substanzungebundenen Süchten unterschieden.

**Substanzgebundene Süchte:** Nikotin, Alkohol, Medikamente, Koffein, Heroin etc.

**Substanzungebundene Süchte:** Essstörungen (Magersucht, Bulimie, Esssucht)  
Spielsucht, Arbeitssucht, Sport, digitale Medien etc.

### **Funktionen von Genuss- und Suchtmittel**

- Ablenkung
- Ersatzbefriedigung
- Trostspender
- Entspannung
- Stressabbau
- Mutmacher
- Leistungssteigerung
- Wohlbefinden

### **5.3.1 Umgang mit Drogen im Schulheim Schloss Erlach**

Grundsätzlich wird im SHE zwischen legalen und illegalen Drogen unterschieden wobei sich die Interventionen und Handlungen der Mitarbeitenden nach dieser Unterteilung richten (bezieht sich auf substanzgebundene Suchtmittel).

#### **Besitz und Konsum von legalen Drogen im Haus und auf dem Areal:**

1. Die Eltern und/oder die zuweisende Stelle werden von der WG unmittelbar telefonisch über den Vorfall informiert
2. Wenn dies von den Eltern/ der zuweisenden Behörde oder dem SHE erwünscht ist, findet ein Klärungsgespräch im SHE statt. Mögliche Ziele, Konsequenzen, Abmachungen etc. werden vereinbart.

#### **Handel und Anbieten von legalen Drogen im Haus und Areal:**

1. Die Eltern und/oder die zuweisende Stelle werden von der WG unmittelbar telefonisch über den Vorfall informiert.
2. Es findet ein Klärungsgespräch im SHE statt. Mögliche Ziele, Konsequenzen, Abmachungen etc. werden vereinbart.
3. Das Kind/ die jugendliche Person nimmt im kommenden halben Jahr an einem Beratungssetting der Begeg teil. Die Bezugspersonen sind für die Organisation zuständig.

#### **Besitz und Konsum von illegalen Drogen im Haus und auf dem Areal:**

1. Die Eltern und/oder die zuweisende Stelle werden unmittelbar telefonisch über den Vorfall informiert
2. Eine Notfallplatzierung kann erwogen werden.
3. Es findet ein Klärungsgespräch im SHE statt an welchem das weitere Vorgehen geplant und besprochen wird. Der Besitz und/oder Konsum von illegalen Drogen kann im SHE zu einem Ausschluss führen.
4. Bei einem allfälligen Wiedereintritt nimmt das Kind/ die jugendliche Person im kommenden halben Jahr an einem Beratungssetting der Begeg teil. Die Bezugspersonen sind für die Organisation zuständig.

#### **Handel und Anbieten von illegalen Drogen im Haus und auf dem Areal:**

1. Die Eltern und/oder die zuweisende Stelle werden unmittelbar telefonisch über den Vorfall informiert
2. Das Kind/ die jugendliche Person geht sofort in die Notfallplatzierung.

3. Handel und Anbieten von illegalen Drogen kann zu einem Ausschluss führen. In einem Gespräch mit der Gesamtleitung, den Eltern und den zuweisenden Stellen werden die weiteren Massnahmen bis zur Umplatzierung besprochen.

### **Verdacht von Konsum/Handel etc. von illegalen Drogen**

Wird der Konsum oder der Handel von illegalen Drogen lediglich vermutet, wird wie folgt vorgegangen:

1. Die Beobachtungen werden im Journal unter der Rubrik «Gesundheit» schriftlich festgehalten.
2. In den kommenden vier Wochen wird das Verhalten des Kindes/ der jugendlichen Person genauer beobachtet und die Beobachtungen und Erkenntnisse als Kommentar an den oben beschriebenen Journaleintrag angeheftet.
3. Wird die Vermutung durch weitere Beobachtungen bestätigt, kann eine Urinprobe verlangt werden. Wird die Urinprobe verweigert, wird diese als positiv gewertet und gemäss Ablauf «Besitz und Konsum von illegalen Drogen im Haus und auf dem Areal» gehandelt. Eine Urinprobe kann gesetzlich gesehen nicht erzwungen werden.

### **5.3.2 Sonstiger Umgang**

#### **Meldepflicht:**

Die Mitarbeitenden des Schulheims Schloss Erlach sind nicht verpflichtet, den Konsum oder Besitz von illegalen Drogen anzuzeigen. Wir stützen uns dabei auf den Art. 3c Abs. 5 im Betäubungsmittelgesetz.

#### **Alkohol:**

Für Kinder und Jugendliche ist das Trinken von Alkohol in der Institution gesamten Areal verboten.

Bei Anlässen mit Eltern oder Kindern/Jugendlichen wird kein Alkohol ausgeschenkt.

#### **Medikamente:**

Medikamente werden, wenn mit den Eltern nicht anders abgemacht, im Pikettzimmer der jeweiligen Wohngruppe aufbewahrt und von den Erwachsenen abgegeben. Das Team hat die Aufgabe, aufmerksam zu sein und regelmässigen Konsum von nicht ärztlich verordneten Medikamenten (z.B. Schmerzmittel) mit dem Kind/ der jugendlichen Person und im Team anzusprechen.

## **6. Fachstellen und weiterführende Adressen**

Berner Gesundheit,  
Stiftung für Gesundheitsförderung  
und Suchtfragen  
Verschiedene Standorte im Kanton Bern  
0800 070 070  
[www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)

Bietet Informationen und Beratung zu  
Sucht- und Gesundheitsfragen für  
Kinder/Jugendliche, Eltern und  
Pädagogen an.

Blaues Kreuz Bern-Solothurn-  
Freiburg  
Freiburgstrasse 115  
3008 Bern  
031 398 14 00  
[besofr.blaueskreuz.ch](http://besofr.blaueskreuz.ch)

Beratung, Workshops, Ferienlager  
Projekt roundabout- moving girls (hip-  
hop Mädchentanzgruppe)

Contact Bern  
**Stiftung für Suchthilfe**  
Monbijoustrasse 70  
3007 Bern  
Tel 031 378 22 20  
[www.contact-suchthilfe.ch](http://www.contact-suchthilfe.ch)

Ambulante und stationäre Beratung **Contact**  
Schwerpunkt illegale Drogen

**Radix Nordwestschweiz**  
Eigerplatz 5  
3007 Bern  
Tel. 031 312 75 75  
[www.radix.ch](http://www.radix.ch)

Projekt Gesunde Schule, Coaching  
und Begleitung von Schulen

---

Verfasserin Barbara Schmocker Bär  
Erlach, Februar 2010

Überarbeitet und aktualisiert von der AG Gesundheitsförderung, Juli 2021

**1 Schritt: Feststellung / Erkennen von Signalen**

(☰ „A“)



Welche Auffälligkeiten (Signale) haben Sie beim dem Kind/Jugendlichen festgestellt, welche nach Ihrer Meinung beachtet werden sollten?

Körperliche, äusserliche Signale:

Psychische Signale (z. B. Konzentration, Stimmung):

Soziale Signale (Beziehung betreffend):

**3. Schritt: Beobachtung / Festhalten von Tatsachen (☑ „B“)**



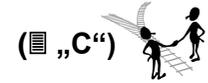
Beobachtungsblatt Kind/Jugendliche/r: \_\_\_\_\_

Beobachtungszeitraum: \_\_\_\_\_

		Was beobachte ich auf der ....		
Datum	Zeit	Körperebene	Verhaltensebene	Beziehungsebene

**Erarbeitung der individuellen Vereinbarung**

Name des Kindes / des/der Jugendlichen: \_\_\_\_\_



Protokoll des lösungsorientierten Gesprächs vom: \_\_\_\_\_

Gesprächsleitung: \_\_\_\_\_

Teilnehmende: \_\_\_\_\_

Ausgangslage: \_\_\_\_\_

Was läuft gut + soll so bleiben? Was ist mir in der letzten Zeit besonders gut gelungen? (alle Beteiligten beziehen Stellung)	Was habe ich in Bezug auf das letzte Gespräch erreicht? Wie habe ich das geschafft? (Skalafrage für jedes Ziel)	Wo sind Schwierigkeiten, Beschwerden? Wo liegt das Problem? Erwartungen und Wünsche (alle Beteiligten beziehen Stellung).	Was will ich als nächstes erreichen? Was sind meine nächsten Schritte? Wie möchte ich diese umsetzen? (Ziele genau definieren)