

# Selbstbewusstsein hilft bei der Suchtvorbeugung

*Projektstage an Leopoldshöher Gesamtschule zeigen Genussmöglichkeiten ohne Drogen*

Leopoldshöhe (kem). „Das war cool“ und „es hat viel Spaß gemacht“, so haben Siebtklässler die Suchtpräventionstage in der Felix-Fechenbach-Gesamtschule kommentiert. Nicht der erhobene Zeigefinger stand im Vordergrund, sondern das gemeinsame Erleben.

Zum dritten Mal gab es die Aktionstage in dieser Form, diesmal eingebunden in die Aktionswoche „Sucht hat immer eine Geschichte“ im Kreis. Die 147 Schüler konnten zwei Arbeitsgruppen aus elf Angeboten auswählen und dann loslegen: Über Schönheit nachdenken, Improvisationstheater erlernen, Selbstverteidigung kennen lernen und anwenden, das Springen und Überwinden von Hindernissen beim Parkour ausprobieren, über Alkohol und Glücksspiel nachdenken, Plakate gestalten oder die Faszination von Musik als „gesündere Droge“ erfahren.

Wer selbstbewusst ist, braucht keine Drogen zu nehmen, um Hemmschwellen zu überwinden, zum Beispiel bei der Kontaktaufnahme mit dem anderen Geschlecht. Deshalb waren die Förderung von Selbstwertgefühl und Genussfähigkeit, wie auch von Kontakt- und Beziehungsfähigkeit zentrale pädagogische Ziele der Suchtpräventionstage. Wer erfährt, wie viel Spaß Bewegung und das gemeinsame Erleben



**Körpergefühl:** Beim Workshop von Kampfsportler Andreas Brechmann (hinten links) haben die Siebtklässler ihre Wahrnehmung für eigene und fremde Grenzen gestärkt und Techniken zur Selbstverteidigung gelernt. Das Foto zeigt die Vorführung in der alten Aula. FOTO: KEMNA

macht, wie beim Parcours oder Theater spielen, auch der verzichtet eher auf den vermeintlichen Kick von Alkohol und anderen Drogen.

So standen Kreativität und Erlebnis ganz oben auf der Wunschliste der Schule, die et-

liche Kursleiter von außen geholt hatte.

Am Mittwoch stellten die Siebtklässler ihren Mitschülern vor, was sie gemacht und erlebt hatten: Das Versorgen eines Verwundeten im Erste-Hilfe-Kursus, das Nein-Sagen im Im-

provisationstheater, das Hinterfragen des Schönheitswahns und der Vorbildfunktion von Magermodels. „Jede ist schön, jede ist einzigartig“, skandierten die Mädchen.

Auch die als Umfrage im Publikum gestaltete Präsen-

tion über Alkohol und die Vorführung in Selbstverteidigung, die die Gruppe von Andreas Brechmann zeigte, kamen gut an. Das Fazit eines Mädchens lautete: „Statt Saufen und Rauchen gibt es viele andere schöne Dinge.“