

**IN**  **+**  **OUT**

Eine Werkstatt zum Thema Suchtprävention



Empfohlen für die 5. und 6. Klasse

Neu: Einfachere Handhabung und Verpackung

## **Was ist eine Erfahrungs-Werkstatt?**

Der Begriff "Werkstatt" hat im Bildungswesen eine neue Bedeutung bekommen. Er steht für eine Lernmethode, bei welcher Schülerinnen und Schüler Teilaspekte eines Themas an einzelnen Werkstatt-Posten selbstständig oder in Gruppen bearbeiten können. Diese Werkstattposten sind individuell ausgestattete Arbeitsplätze, welche im Schulzimmer verteilt sind. Die Lernpartner sowie die Posten können die Kinder frei wählen. Wenn nötig steht die Lehrperson den Lernenden beratend und helfend zur Seite. Bei der Erfahrungs-Werkstatt geht es im Gegensatz zur Fertigungs-Werkstatt nicht um das Üben von erlerntem Wissen, sondern um das Anknüpfen an eigenen Erfahrungen.

## **Warum eine Werkstatt zum Thema Suchtprävention?**

In der Gesundheitsförderung und Suchtprävention gibt es selten objektive Wahrheiten. Dafür geht es umso mehr um die Auseinandersetzung mit verschiedenen Meinungen und Werthaltungen. Im Werkstatt-Unterricht werden die Eigenverantwortlichkeit sowie die sozialen Kompetenzen der Kinder gefördert.

## **Zielsetzung der Werkstatt IN + OUT**

Der Schwerpunkt der Erfahrungs-Werkstatt IN + OUT liegt nicht bei der Wissensvermittlung über Substanzen und Sucht, sondern beim Erlernen und Üben von persönlichen Lebenskompetenzen. Es geht darum, das Selbstvertrauen der Kinder zu unterstützen und ihre Konfliktfähigkeit und Kreativität so zu fördern, dass sie den zunehmenden Belastungen unserer Gesellschaft gewachsen sind.

## **Themen der Werkstatt IN + OUT**

### **Posten:**

#### Ich

Selbstwahrnehmung, Gefühlsbewusstsein,  
Balance zwischen Spannung und Entspannung,  
Sehnsüchte, Wünsche und Perspektiven

#### Ich und Du

Freundschaft, Bezugspersonen, Geschlechterrollen,  
Konflikte, Fremdwahrnehmung

#### Wir

Klassenkultur, Gruppeneinfluss,  
Grenzen und Normen, Freizeitgestaltung

### **Plenum:**

Suchtentstehung, Suchtursachen, Suchtmittel,  
Gesellschaft und Konsumverhalten

## **Inhalte der Werkstattbox**

- 34 Werkstattposten  
inkl. sämtlichem Postenmaterial (Bücher, CD etc.)
- Begleitheft für Lehrpersonen
- Broschürenmappe

## **Zeitaufwand**

Die Durchführung der Werkstatt IN + OUT beansprucht je nach Vertiefung der Themen unterschiedlich viel Zeit. Wir empfehlen, mindestens 15 Lektionen dafür einzusetzen, verteilt auf 4-6 Wochen. Zusätzlich zur Arbeit an den Werkstattposten ist es sinnvoll, einzelne Themen im Plenum aufzugreifen und gewinnbringend zu vertiefen.

Nicht alle Themen der Suchtprävention und Gesundheitsförderung lassen sich in Werkstattform bearbeiten. Durch einen gemeinsamen Einstieg in die Thematik sowie ein Offenlegen der Zielsetzungen des Themas Suchtprävention und Gesundheitsförderung soll den Schülerinnen und Schülern der innere Zusammenhang, der rote Faden und das übergeordnete Ziel der Werkstattangebote klar und verständlich gemacht werden. Konkrete Vorschläge dazu sind im Begleitheft für Lehrpersonen aufgeführt.

## **Praxiserprobt**

Die Werkstatt IN + OUT wurde in der Praxis von verschiedenen Lehrpersonen im Unterricht erprobt. Einige Feedbacks:

- Die Werkstatt ist eine hervorragende Sammlung von suchtpreventiven Lektionsmöglichkeiten.
- Die Werkstatt ist sehr benutzerfreundlich und die Vorbereitungszeit gering.

**Kostenloser Verleih der Werkstatt IN+OUT durch:**



**Suchtpräventionsstelle Zürcher Unterland**

Erachfeldstrasse 4  
CH-8180 Bülach

Telefon 044 872 77 33

[info@praevention-zu.ch](mailto:info@praevention-zu.ch)

[www.praevention-zu.ch](http://www.praevention-zu.ch)