

3.7. Infos und Hilfe holen

Werkstattposten 7

Die SuS lernen die Jugendplattform feel-ok kennen und probieren ein Tool (Test oder Spiel) aus.

Vertiefung

Die SuS erkundigen sich über Unterstützungsangebote für Jugendliche, die einen problematischen Umgang mit Cannabis haben oder sich einfach informieren wollen.

- Die LP verteilt das Arbeitsblatt „Informationen und Unterstützung finden“.
- Einzeln schauen sich die SuS je ein Angebot an, das Los entscheidet. Bei der Recherche orientieren sich die SuS an den Fragen auf dem Arbeitsblatt.
- Nach der Recherche treffen sich die einzelnen Gruppen und halten auf Plakaten in Stichworten die wichtigsten Punkte zum Angebot fest. Ein*e Vertreter*in jeder Gruppe präsentiert jeweils das Angebot der ganzen Klasse
- Die zuhörenden SuS notieren sich die wichtigsten Infos auf dem AB.
- Anschliessende Diskussion:
 - Wie können sie als Jugendliche ihre Kolleg*innen und Freund*innen unterstützen, wenn sie vermuten oder wissen, dass diese illegale Suchtmittel konsumieren und sich durch den Konsum verändern?

 AB „Informationen und Unterstützung finden“ und Themenzuteilung > S. 65–66

 Informationen für Lehrpersonen zu „Wie geht's dir?“ > S. 67

Variante – Zusatzaufgabe

Die Lehrperson oder der*die Schulsozialarbeiter*in organisiert einen Besuch bei der lokalen Jugendberatungsstelle:

- Das Angebot wird vorgestellt.
- Anschliessend können Fragen gestellt werden.

Infos und Hilfe holen – Arbeitsblatt

INFORMATIONEN UND UNTERSTÜTZUNG FINDEN

Kläre zu den unten stehenden Webseiten folgende Punkte:

1. Trägerschaft: Wer steht hinter dem Angebot / wer finanziert es?
2. Beratung: Welche Beratung wird angeboten? Für wen?
3. Information: Welche Informationen stehen zur Verfügung?
4. Kontakt: Notiere Telefonnummer, E-Mail-Adresse etc.

www.no-zoff.ch

> Wohngemeinde wählen

> Für deine Gemeinde zuständige Beratungsstelle anschauen

www.147.ch

www.feel-ok.ch

www.safezone.ch

www.canreduce.ch

Infos und Hilfe holen – Themenzuteilung
INFORMATIONEN UND UNTERSTÜTZUNG FINDEN

	✂
www.no-zoff.ch	www.no-zoff.ch
www.no-zoff.ch	www.no-zoff.ch
www.147.ch	www.147.ch
www.147.ch	www.147.ch
www.feel-ok.ch	www.feel-ok.ch
www.feel-ok.ch	www.feel-ok.ch
www.safezone.ch	www.safezone.ch
www.safezone.ch	www.safezone.ch
www.canreduce.ch	www.canreduce.ch
www.canreduce.ch	www.canreduce.ch

Infos und Hilfe holen – Informationen für Lehrpersonen

WIE GEHT'S DIR?

Die Kampagne „Wie geht's dir?“¹¹ gibt auf ihrer Website Informationen und konkrete Tipps, wie über psychische Gesundheit gesprochen werden kann, z. B. wenn sich die SuS Sorgen um eine*n Mitschüler*in machen.

GESPRÄCHSTIPPS

- **Zuhören**
Über Angst, Wut oder andere negative Gefühle zu sprechen, hilft.
- **Gespräch herbeiführen**
Sich Zeit nehmen für ein Gespräch. Ungestört sein (z. B. bei einem Spaziergang).
Sich nicht entmutigen lassen, wenn das Gegenüber nicht einsteigt.
- **Gesprächseinstieg**
„Ich mach mir Sorgen“ / „Es ist so schade, dass ...“
- **Im Gespräch**
Zuhören, Mitgefühl zeigen
- **Vermeiden**
Schuldzuweisungen, Tipps und Ratschläge („Du musst einfach nur ...“)
- **Nach dem Gespräch**
Vertraulich! Falls du Redebedarf hast: Wende dich an eine Vertrauensperson
(Eltern, Lehrperson, Schulsozialarbeiter*in, ...)



WIE GEHT'S DIR?
www.wie-gehts-dir.ch

¹¹ www.wie-gehts-dir.ch/de/darueber-reden/ich-mache-mir-sorgen-um-einen-freund-eine-freundin-in-der-schule-lehre – 17.09.2019.