



Kooperative Gesamtschule

Tel.: 05671/99770
www.ghs-hofgeismar.de

Suchtprävention an der GHS

Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern und liebe Besucher der Homepage,

wir, Tülin Kiresci und Jennifer Hermes, sind an unserer Schule Beratungslehrer/-in für Suchtprävention. Teil unserer Aufgabe ist es, Angebote für die Schulgemeinschaft zu organisieren, die helfen, unsere Schülerinnen und Schüler zu stärken und sie so vor möglichen Süchten zu schützen. Darüber hinaus stehen wir der Schulgemeinschaft als Beraterinnen zur Verfügung. Solltet ihr oder sollten Sie Fragen zu diesem Bereich haben oder einfach mal jemanden zum Reden brauchen, stehen wir gerne für ein Gespräch bereit. Auf dieser Seite möchten wir euch und Ihnen einige grundlegende Informationen zum Thema Sucht und zur Suchtprävention an der GHS geben.

Was ist Sucht?

Sucht ist das zwanghafte Verlangen nach einer ständig erneuten Einnahme einer Substanz oder nach einer ständigen Wiederholung eines Verhaltens, um ein bestimmtes Lustgefühl zu erzeugen oder um Unlustgefühle zu beseitigen. (Info der Drogenhilfe Nordhessen e.V.).

Das heißt, eine Sucht kann beispielsweise durch die Einnahme von Substanzen wie Alkohol oder Nikotin hervorgerufen werden, ebenso kann das zwanghafte Verlangen ein Computerspiel zu spielen oder am Computer mit Freunden zu chatten, als Sucht bezeichnet werden.

Wie kann man sich oder seine Kinder vor einer Sucht schützen?

Es gibt eine ganze Reihe von vorbeugenden Schutzfaktoren. Dazu gehören u.a. ein stabiles Selbstwertgefühl, positives Sozialverhalten, stabile Beziehungen zu Bezugspersonen, positive Beziehungen zu Gleichaltrigen, eine realistische Selbsteinschätzung, Frustrationstoleranz und ein guter Kontakt zum eigenen Körper und den eigenen Gefühlen.

Darüber hinaus ist das Gefühl wichtig, dass man durch das eigene Verhalten selbst auch etwas erreichen kann und man etwas Sinnvolles tut. Sind diese Punkte im Leben eines Menschen, egal ob Kind oder Erwachsener, erfüllt, ist die Wahrscheinlichkeit, dass ein Suchtverhalten auftritt, gering.

Welche Suchtpräventionsmaßnahmen bietet die GHS an?

Die GHS bietet ein breit gefächertes, langfristig angelegtes Suchtpräventionsprogramm. Drei Säulen gehören dazu:

Förderung
der Lebenskompetenz

sachliche
Informations-
vermittlung zum
Thema Sucht

Entwicklung
von Alternativen
zum Suchtkonsum

z.B.
über Angebote im
Klassenverband (Lions
Quest),
ein umfangreiches
Nachmittagsangebot
oder
zusätzliche
Sozialkompetenztrainings

z.B.
über
Themenbearbeitungen
im Unterricht
(insbesondere in Biologie,
Religion, Deutsch) ,
individuelle
Beratungsgespräche,
Besuch von Experten der
Suchthilfe oder dem
jährlich im Jg. 8
durchgeführten
Suchtparcours

z.B. über
Themenbearbeitung im
Unterricht (insbesondere
in Biologie, Religion,
Deutsch),
individuelle
Beratungsgespräche,
Zusammenarbeit mit
externen Experten (z.B.
Drogenhilfe Nordhessen)

Wo kannst du/können Sie Hilfe bekommen?

GHS-interne Ansprechpartner:

Frau Hermes: Tel. 05671-99770 oder per E-Mail: Jennifer.Hermes@schule.hessen.de

Frau Kiresci: Tel. 05671-99770 oder per E-Mail: tülin.kiresci@schule.hessen.de

Gerli Maischack, Sozialarbeit in Schule, Gebäude 5, Raum 5.1.8

Externe Ansprechpartner:

Drogenhilfe Nordhessen e.V., Bürgermeister-Laneus-Straße 1/2, 34369 Hofgeismar,
Tel.05671/50199, drogenberatung.hofgeismar@drogenhilfe.com, www.drogenhilfe.com

Bei exzessiver Computer- und Internetnutzung:

Zentrum für Sucht- und Sozialtherapie, Projekt Real Life, Hermannstraße 6, 34117 Kassel, Tel.
0561/71288-0, real-life@dw-kassel.de

Bei Essstörungen:

Kabera Beratungsstelle bei Essstörungen, Goethestr. 31, Kassel, 0561/43077057, www.kabera.de