



Themen	Risikotypen
	Eigene Rausch- und/oder Risikoerfahrungen analysieren
	«Take a break» (Reflexionsmethode)
Zeitbedarf	1 Lektion
Fächer	> Ethik, Religionen, Gemeinschaft > Wirtschaft, Arbeit, Haushalt > Natur, Mensch, Gesellschaft
Methoden	> Soziometrische Aufstellung > Tandem-Interview (gleichgeschlechtlich) > Diskussion im Klassenverband als Kompetenzsicherung
Einsatz	> Fachspezifischer Unterricht > Altersdurchmischtes Lernen > Bestandteil von Projekttagen
Material	> Planung 2
	> Zusatzinformationen zu den Unterrichtsteilen 3
	> Kopiervorlagen «Risikotyp bestimmen» 4, 7–10
	> Tandem-Interview Teil 1 und 2 5–6



Einführung

Die Tendenz, Risikosituationen einzugehen, ist tief im Menschen verankert. Kleinkinder würden nie gehen lernen, wenn nicht Neugier und der Wunsch nach Erweiterung des Erfahrungsraumes sie mit einer gewissen Portion Risikobereitschaft ausstatteten.

Der Drang nach rauschhaften Erfahrungen ist ebenfalls mit Risikobereitschaft verbunden. Gerade Jugendliche sind auf dem Weg der Ablösung und Neuorientierung naturgemäss für Grenzerfahrungen offen. Um sich und die Welt wahrzunehmen sind sie bereit, auch Risiken einzugehen. Dies kann beim Konsum von Alkohol, Partydrogen oder Cannabis stattfinden, wie auch beim Sport, in der Musik, im Strassenverkehr, in Konfliktsituationen oder in Liebesbeziehungen.

Die Übung «Risikotyp» gibt den Jugendlichen die Möglichkeit, sich zu positionieren und über das Thema zu reflektieren. Wichtig ist, dass die Diskussion so nahe wie möglich am Alltag der Jugendlichen stattfindet. Deshalb soll auch auf die eigenen Rausch- und/oder Risikoe Erfahrungen eingegangen werden. Solche Erlebnisse folgen meistens einem bestimmten Ablauf. Dabei spielt die «Take-a-break»-Option d. h. eine Pause zu machen, bevor eine Handlung vollzogen wird, eine zentrale Rolle. Den Jugendlichen soll aufgezeigt werden, dass sie selbstverantwortlich entscheiden müssen, egal ob sie ein Risiko eingehen oder nicht.

Kompetenzen

- > Die Schülerinnen und Schüler kennen ihren eigenen Risikotyp und wissen, dass das Verhalten von bestimmten Situationen abhängt.
- > Sie können eigene Rausch- und/oder Risikoe Erlebnisse reflektieren und aus den Erfahrungen lernen.
- > Sie verstehen, dass «Take a break» hilft, selbstbewusst zu handeln.
- > Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21: ERG.5.1.c, ERG.5.2.a, ERG.5.4.a–d, ERG.5.6.d, WAH.4.1.b, NMG.1.2.f

Vorbereitung

- > Zusatzinformationen studieren (Seite 3)
- > Blätter mit den 4 Risikotypen A–D (Seiten 7–10) kopieren und im Raum aufhängen
- > Klassensatz «Risikotyp bestimmen» (Seite 4) kopieren
- > Klassensatz «Tandem-Interview Teil 1» (Seite 5) und «Tandem-Interview Teil 2» (Seite 6) kopieren
- > Klassensatz A6-Karten bereithalten

Ablauf/Module

Input
 Gruppenarbeit
 Klassenverband

Zeit	Themen/Aufträge	Methode/Form	Material/Hinweise
5'	Kurze Einführung in Thema und Kompetenzen	Input	
15'	Risikotyp bestimmen (inkl. Diskussion)	Soziometrische Aufstellung	> S. 4
20'	Erlebnisbericht (Analyse) – «Take a breake» – Aufgabe	Tandem-Interview	> S. 5–6
10'	Diskussion über die Erkenntnisse und Fazit	Geleitete Diskussion	> Klassensatz A6-Karten



Risikotyp bestimmen

Die Blätter mit den 4 Risikotypen A–D (Seiten 7–10) im Schulzimmer verteilt befestigen. Danach die soziometrische Aufstellung gemäss Aufgabenblatt «Risikotyp bestimmen» (Seite 4) durchführen.

Die Jugendlichen sollen merken, dass sie sich je nach Risikosituation unterschiedlich verhalten bzw. ein anderer Risikotyp sind. Fazit: Das Risikoverhalten hängt von der Situation, der Tagesform und dem sozialen Setting ab. In bestimmten Fällen ist ein «Stop-Typ»-Verhalten von Vorteil, in anderen wiederum bringt das «Kick-Typ»-Verhalten mehr.

Tandem-Interviews

> Tandem-Interview Teil 1: Eigene Rausch- und/oder Risikoerfahrungen

In den Tandem-Interviews befragen sich die Jugendlichen gegenseitig. Die Tandems bestehen aus gleichgeschlechtlichen Paaren. Das Thema Risikoverhalten wird von den Jungs oft anders diskutiert als von den Mädchen.

> Tandem-Interview Teil 2: «Take a break»

Die Jugendlichen bleiben im Team und versetzen sich in den Zustand kurz vor der Entscheidung, das Risiko einzugehen. Mithilfe der «Take-a-break»-Methode denken sie kurz nach und fällen dann einen Entscheid.

> Aufgabe

Die wichtigste Erkenntnis in den vorgesehenen Raum auf dem Arbeitsblatt «Tandem-Interview Teil 2» notieren. Zusätzlich auf eine A6-Karte schreiben und zur Schlussdiskussion mitnehmen.

Diskussion und Fazit

Im Klassenverband nennen alle ihre wichtigste Erkenntnis. Die A6-Karten werden eingesammelt und aufgehängt.

Das Fazit kann sein, dass die Möglichkeit des «Take a break» nicht immer bewusst erlebt wurde. Vieles läuft automatisch ab und bevor man es merkt, ist man schon mitten in der Situation. Umso wichtiger ist es darauf hinzuweisen, dass nur mit der Nachdenkpause eine Verhaltensänderung in Richtung alternative Erlebnisse erzielt werden kann. Die Nachdenkpause stellt einen Handlungsunterbruch dar, der Zeit gibt, um eine Alternative auszudenken.



1. Teil

Als welchen Risikotyp würdet ihr euch grundsätzlich einschätzen? Stellt euch zum entsprechenden Blatt.

- > A **«Kick-Typ»** Das würde ich gerne ausprobieren! (risikofreudig)
- > B **«Good-Friend-Typ»** Da bin auch ich dabei! (bereitwillig)
- > C **«Attention-Typ»** Das müsste ich mir zuerst gut überlegen! (abwägend, vorsichtig)
- > D **«Stop-Typ»** Das würde ich nicht tun! (Risiko klar ablehnend)

Fragen (punktuell):

- > Weshalb hast du diese Position eingenommen?
- > Was denkst du über die Schülerinnen und Schüler in den anderen Positionen?

2. Teil

Nun positioniert ihr euch nach den folgenden Fragen immer wieder neu. Je nach Situation nehmt ihr vielleicht eine andere Haltung ein: Wo seht ihr euch beim Gedanken...

- > ... Karaoke zu singen?
- > ... es abzulehnen, an einem Joint zu ziehen?
- > ... einem Lehrer zu widersprechen?
- > ... eine Party zu organisieren?
- > ... abseits markierter Pisten zu snowboarden oder Ski zu fahren?
- > ... vor der ganzen Klasse einen Vortrag zu halten?
- > ... im Schwimmbad vom 10-Meter-Brett zu springen?
- > ... jemanden, auf den du ein Auge geworfen hast, bitten mit dir auszugehen?
- > ... als Austauschschüler/-schülerin einen einjährigen Auslandsaufenthalt zu machen?
- > ... an einer Canyoning-Tour teilzunehmen?
- > ... auf deine Schulter ein grosses Tattoo stechen zu lassen?
- > ... Ecstasy zu probieren?
- > ... im Wald zu übernachten?

(Jeweils bei 1–2 Schülerinnen oder Schülern nach dem Grund fragen.)

Abschlussfragen:

- > Bei welchen Risiken nehmt ihr eine klare «Stop-Typ»-Haltung ein?
- > Wovon hängt ab, ob ihr ein Risiko eingeht oder nicht? (z. B. Gesundheitsrisiken, sich nicht blossstellen, Konfliktsituationen heraufbeschwören, Absage oder Ablehnung in Kauf nehmen, natürliche Angst, Konsequenzen scheuen, Vernunft usw.)
- > Bei welchem Risikotyp bestehen welche Risiken? Geht man zum Beispiel mit der «Stop-Typ»-Haltung nie Risiken ein? Welche Art von Freundschaften könnte ein «Good-Friend-Typ»-Verhalten fördern? Sind «Kick-Typen» eher unvorsichtig? Wenden «Attention-Typen» grundsätzlich die «Take-a-break»-Methode an?
- > Gibt es Situationen, in denen von den «Kick-Typen» und den «Good-Friend-Typen» Gruppendruck auf die «Attention-Typen» oder die «Stop-Typen» ausgeübt wird und wie wird damit umgegangen?



Kopiervorlage

Eigene Risiko- und/oder Rauscherfahrung

Wer nichts wagt, gewinnt nichts – verliert aber auch nichts. Willst du etwas lernen oder Neues erfahren, so ist eine bestimmte Risikobereitschaft notwendig. Bestimmte Risikoerfahrungen können positive Folgen haben und dich weiterbringen. Es gibt aber auch Risikosituationen, die für dich und deine Umgebung eher schädlich sind; es gibt nur zu verlieren. Hier ist es ratsam, als «Stop-Typ» zu handeln und klar abzulehnen.

Wichtig ist, dass du selbst bestimmst, welches Risiko du eingehen willst, es gut einschätzen kannst und du dir dessen Folgen bewusst bist. Die folgende Übung gibt dir Anhaltspunkte dazu. Interviewt euch gegenseitig anhand der unten aufgeführten Fragen. Entscheidet, wer zuerst interviewt und geht danach alle Fragen auf diesem und dem nächsten Blatt durch, bevor ihr die Rollen tauscht.

- > **Frage 1:** Welche negative Risiko- und/oder Rauscherfahrung ist dir noch am deutlichsten vor Augen? Schildere diese Erfahrung möglichst genau. (Es kann durchaus eine Risikoerfahrung sein, die nichts mit Rauschmitteln zu tun hat).
- > **Frage 2:** Was waren die Folgen für dich?
- > **Frage 3:** Was waren die Folgen für andere?
- > **Frage 4:** Waren dir diese Folgen bereits vor dem Erlebnis bewusst?
- > **Frage 5:** In welcher Stimmung warst du vor dem Erlebnis? Warst du fröhlich, traurig, sauer, gestresst, wütend, ängstlich, abenteuerlustig, aufgeregt oder so?
- > **Frage 6:** Hatte deine momentane Stimmung einen Einfluss auf deine Entscheidung, das Risiko einzugehen?
- > **Frage 7:** Falls du noch mit anderen Personen zusammen warst, hatten sie einen Einfluss auf deine Entscheidung?
- > **Frage 8:** Hatte der Ort oder die Umgebung, wo das Erlebnis stattfand, eine Auswirkung auf deine Risikobereitschaft?
- > **Frage 9:** Glaubst du anhand deiner letzten 3 Antworten, dass du das Risikoerlebnis selbst wolltest oder war deine Entscheidung von aussen beeinflusst?
- > **Frage 10:** Was waren deine Gründe, das Risiko einzugehen?



«Take a break»

«Take a break»

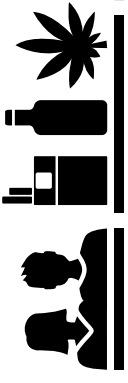
Eine Hilfe, sich nicht leichtfertig in ein Risiko bzw. in einen Rausch hineinzubegeben und selbstbestimmt zu handeln, kann die «Take-a-break»-Methode sein. «Take a break» heisst soviel wie, nimm dir eine Pause. Hier ist eine Nachdenkpause gemeint – und zwar bevor du die Risikosituation eingehst. Nimm das Beispiel deiner Risikoerfahrung und versetze dich in die Situation kurz vor der Entscheidung, das Risiko einzugehen.

- > **Frage 11:** Möchtest du es wirklich oder erwarten es andere von dir?
- > **Frage 12:** Welche Folgen könnte es für dich haben, wenn du das Risiko eingehst? Welche Folgen hat es, wenn du es nicht eingehst? Was hast du dabei zu gewinnen oder zu verlieren?
- > **Frage 13:** Wie entscheidest du jetzt? (Nach dem «Take a break»)

Aufgabe

Überlege dir, was deine wichtigste Erkenntnis aus deiner Risiko- und/oder Rauscherfahrung ist und schreibe sie in Form eines Satzes hier auf:

Notiere diesen Satz zusätzlich auf eine Karte und nimm sie in die Schlussdiskussion mit.

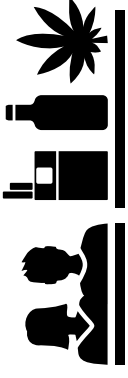


Kick-**«Kick-Typ»**

risikofreudig

Im Sinne von:

«Das würde ich gerne ausprobieren!»



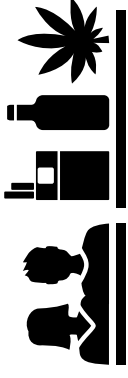
Kopiervorlage

«Good-Friend-Typ»

bereitwillig

Im Sinne von:

«Ja, da bin ich auch dabei!»

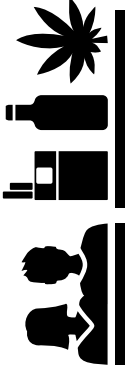


«Attention-Typ»

abwägend, vorsichtig

Im Sinne von:

«Das müsste ich mir zuerst gut überlegen!»



Kopiervorlage

«Stop-Typ»

Risiko klar ablehnend

Im Sinne von:

«Das würde ich *nicht tun!*»