

WÜTEN, TOBEN, TRAUIG SEIN – ICH FÜHL MICH SO ALLEIN

Ein Projekt zur primären Suchtprävention

Projektbeschreibung:

Das Wutprojekt ist für Grundschul Kinder konzipiert und wird in aller Regel in den 3. Klassen durchgeführt. Das Projekt erstreckt sich über drei Schulstunden, in denen die Kinder die Möglichkeit bekommen, sich mit den Gefühlen Wut, Traurigkeit und Angst auseinanderzusetzen und einen konstruktiven Umgang damit zu finden. Emotionen gehören zu unserem Leben dazu, es ist wichtig, dass sie wahr- und ernstgenommen und nicht verdrängt werden. Alle Gefühle haben, auch wenn sie als negativ empfunden werden, positive und schützende Anteile für uns und ermöglichen eine breite Erlebnisfähigkeit und Lebendigkeit.

Gelingt es nicht, mit diesen Gefühlen konstruktiv umzugehen, kann es zu psychosomatischen Störungen und den unterschiedlichsten Formen von autoaggressivem Verhalten, zu dem auch Suchterkrankungen gehören, kommen.

Ein konstruktiver Umgang mit Traurigkeit, Wut und Angst bedeutet für Kinder, zusätzliche Orientierungsmöglichkeiten zur Verfügung zu haben und diese Gefühle nicht fürchten oder verdrängen zu müssen. Auf spielerische Weise werden sozialverträgliche Formen für den Umgang mit dem Gefühl der Wut gefunden. Die Sensibilisierung der Selbst- und Fremdwahrnehmung und das empathische Einfühlen in andere, bilden ebenso einen Baustein des Projekts.

Zielsetzung:

- Akzeptanz entwickeln; auch für als negativ empfundene Gefühle (Wut, Trauer, Angst)
- Einen konstruktiven Umgang mit den Gefühlen entwickeln, um diese in das Selbstkonzept zu integrieren
- Sensibilisierung der Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Sensibilisierung der Körperwahrnehmung
- Entwicklung eines empathischen Verständnisses

Hinweis: Bei Interesse bieten wir gerne einen Elternabend an, auf dem Informationen zum Projekt und dessen Bedeutung unter suchtpräventiven Aspekten vermittelt wird.

Über uns:

Das Projekt wird durchgeführt von MitarbeiterInnen der ATS-Suchtberatungsstelle Quickborn. Neben Präventionsveranstaltungen bieten wir Beratung für Betroffene, Angehörige und Familien, ambulante Suchtrehabilitation, Vermittlung in stationäre Maßnahmen Rehabilitation bei Abhängigkeit und ambulante Betreuung im eigenen Wohnraum. Zudem besteht ein Angebot speziell für Kinder und Jugendlichen aus suchtbelasteten Familien („Kleine Riesen“).

Unsere Beratung ist kostenfrei, unterliegt der Schweigepflicht und kann auf Wunsch auch anonym in Anspruch genommen werden. Bei Fragen nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf!



ATS Suchtberatungsstelle
Am Freibad 23
25451 Quickborn

Tel.: (04106) 60 000
Fax: (04106) 60 006
sucht.quick@ats-sh.de