

RATGEBER

SERVICE-TELEFON: 0361.2273636
 REDAKTION: redaktion@allgemeiner-anzeiger.de
 MITMACHEN: meinanzeiger.de

Verrückt? Na und!

Projekttag des „Irrsinnig Menschlich e.V.“ widmen sich Suchtprävention und seelischer Gesundheit / Ehemalige Betroffene als Experten gesucht

Von Helke Floeckner

WER MACHT MIT?

- Der Verein „Irrsinnig Menschlich“ entwickelt bei Jugendlichen Bewusstsein für eine frühzeitige Auseinandersetzung mit seelischer Gesundheit.

- Die Mehrheit aller seelischen Störungen beginnt vor dem 20. Lebensjahr, in einer Zeit, die für eine erfolgreiche gesundheitliche Entwicklung, Sozialisation und für die Lebensqualität entscheidend ist.

- Mit dem „Verrückt? Na und!“-Schultag werden Jugendliche ab der 8. Klasse spielerisch an das Thema seelische Gesundheit herangeführt.

- Experten gesucht: Eine der besten Arten zu lernen, wie Probleme bewältigt werden können, ist der Austausch mit Menschen, die vergleichbare Situationen gemeistert haben. Deshalb sucht das Projekt Lebenslehrer.

- Ehemalige Betroffene können Schülern Mut machen und ihnen zur Seite stehen. Kontakt: Präventionszentrum SiT, 0361 / 654 88 86.

Mit fünfzehn das erste Mal kiffen, der erste Rausch. „Es ging mir gut damit. Erstmals“, sagt Tom heute, mehr als 20 Jahre später. Denn ist der Rausch verflogen, wird seine Verfassung immer schlechter. Er braucht Nachschub. Zehn, zwölf Jahre verbringt er mit seinem Lieblings-Freundfeind Marihuana. Dass er zwei Ausbildungen abbrechen muss, sich alles nur noch um die Sucht dreht, er Menschen vor den Kopf stößt und sie beklaut, dass sein Körper mächtig abbaut – alles egal.

Fiele jetzt eine Nadel zu Boden, wäre der Lärm ohrenbetäubend. So still ist es, wenn Tom erzählt. Natürlich, von Drogen und anderen Sachen, die süchtig machen, haben die Mädchen und Jungen schon so viel gehört. Doch so nah waren sie bislang nie einem, der weiß, was die anrichten können. Toms Worte erreichen die jungen Leute, ihren Gesichtern ist anzusehen, wie sie betroffen sind, nachzudenken beginnen.

Heute hat die 8. Klasse aus dem Erfurter Heinrich-Hertz-Gymnasium Projekttag. „Verrückt? Na und?“ ist er überschrieben, ins Leben gerufen vom Verein



Moderatorin Sarah Klep im Gespräch mit zwei Achtklässlern vom Erfurter Heinrich-Hertz-Gymnasium, die beim Projekttag dabei sind. Kleines Bild: Maxim stellt den Mitschülern die Erkenntnisse seiner Arbeitsgruppe vor. Fotos: Floeckner

„Irrsinnig Menschlich“, vor Ort von der hiesigen Regionalgruppe umgesetzt. Die gehört zum Präventionszentrum der SiT Suchthilfe in Thüringen.

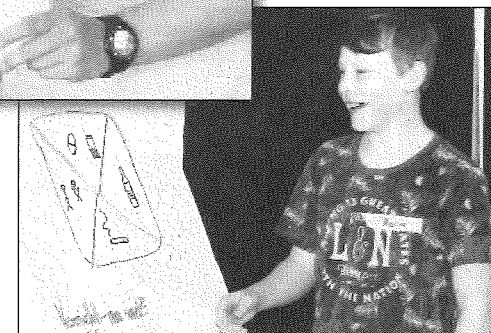
„Ich wünschte, solche Projekte hätte es zu meiner Schulzeit schon gegeben.“

TOM, BETROFFENER EXPERTE

„Es ist ein Präventionsprogramm, in dem es um die seelische Gesundheit junger Menschen geht“, erklärt Sarah Klep, die den Tag moderiert. Es gibt ihn an

dieser Schule seit drei Jahren, einmal für jede achte Klasse. Auch in anderen Einrichtungen mit den ab 14-Jährigen macht das Projekt Station. „Schließlich beginnen viele Schwierigkeiten schon in diesem Alter“, fügt Sarah Klep hinzu und spricht von Problemen wie Mobbing, Abhängigkeiten, Depressionen. Dann ist es gut zu wissen, an wen sich so ein junger, unerfahrener Mensch wenden, wo er ein offenes Ohr findet, Unterstützung bekommen kann.

Tom hätte Hilfe schon vor Jahrzehnten bitter nötig gehabt.



Doch er schafft es nicht, die Drogen sein zu lassen. Die Sucht lässt ihn einfach nicht in Ruhe. Dass er seiner großen Liebe begegnet, gibt ihm mit einem Mal doch Halt. Er schafft nach so vielen Jahren den Drogenentzug, die Entgiftung. Doch bald schon fühlt sich alles nicht mehr gut an. Die Drogen lässt er liegen. Nun kommt es noch schlimmer. Er verfällt dem Alkohol.

„Es gibt Freunde, Lehrer, Eltern und natürlich auch Anlaufstellen, die darauf

spezialisiert sind“, versucht die Moderatorin, an den Projekttagen den jungen Menschen im Schul- und Berufsausbildungsalter für den Fall der Fälle Auswege zu zeigen. „Erfahrungsgemäß dauert es gar nicht lange, bis sich bei den Jungs und Mädchen die ersten Probleme auftun.“ Durchschnittlich zwei bis drei Teilnehmer aus einer solchen Gemeinschaft haben in den zwei folgenden Jahren Gesprächsbedarf.

In lockeren Runden nähern sich die Schüler erst einmal spielerisch den brisanten Themen. Geht es anfangs um Prominente, über die und deren seelische Probleme es sich herrlich plaudern lässt, wird es zunehmend ernster, intensiver.

Dann etwa, wenn sie das Miteinander in der Klasse hinterfragen und dabei sehr konkret werden, wenn es um Glück, die erste Liebe, Enttäuschungen, Krisen oder Versuchungen geht.

Tom kennt sich aus mit Versuchungen. Er weiß, wie es ist, lange Zeit vergeblich zu kämpfen. Und er weiß auch, wie es ist zu gewinnen. Genau vor zwei Jahren – nach einem einschneidenden Erlebnis, wie er sagt – begann seine Langzeit-

therapie. Seitdem rührt er keinen Tropfen an. Mehr noch, er ist stellvertretender Leiter einer Selbsthilfegruppe. „Ich habe jetzt gelernt, schlechte Situationen und auch den Suchtdruck auszuhalten“, berichtet er stolz von seinem Erfolg. Sein großes Glück: Er fand Hilfe. „Es gibt ein riesiges Netz an Unterstützern, die an deiner Seite sind.“

Der bessere Weg ist natürlich immer der, gar nicht erst einer Sucht zu verfallen. Tom gehört inzwischen zu denen, die eine extreme, psychische Belastungssituation hinter sich ließen und nun bei „Verrückt? Na und!“ als Experten auftreten. Den ganzen Tag ist er, der heute in Job und Leben glücklich ist, dabei, bringt sich ein. Erst zum Schluss erfahren die Teenager von Toms eigener Suchtgeschichte. Er beschönigt nichts, redet nie drumherum. Und er bewegt etwas in den Köpfen, ganz ohne den Zeigefinger zu erheben.

PROJEKT IN THÜRINGEN
 Regionalgruppen des Projektes gibt es in Deutschland, der Slowakei, in Österreich und Tschechien. Im Jahr 2016 wurden 712 thematische Schultage durchgeführt und damit circa 20 000 Schüler erreicht. Thüringer Regionalgruppen gibt es auch in Altenburg, Hildburghausen, Jena, Nordhausen, im Saale-Holzland-Kreis und im Wartburgkreis. Kontakt & weitere Infos: www.verrueckt-na-und.de