

## Methodenzettel Aktionstag gegen Glücksspielsucht 2022

Dieser Methodenzettel ist allen Jugendhausmitarbeitenden, Jugendgruppenbetreuenden und anderen Teilnehmenden am Aktionstag Prävention der Glücksspielsucht in Rheinland-Pfalz gewidmet.

Der diesjährige Aktionstag versucht über zwei Elemente (Bewegung und Kreativität) einen differenzierten Blick und altersgerechte Verbalisierungen zu üben. Dies soll z.B. Vermischung von Sucht und Flow (Genuss) vermindern und den evtl. belasteten Blick auf das Spiel an sich klären (welche Art Spiele tun mir gut? welche Art ZU SPIELEN tut mir gut? ...)

Begriffe wie *Sucht*, *Flow*, *Rausch* und *Risiko* und deren Bedeutung und Auswirkung haben maßgeblichen Einfluss auf den Alltag von jungen Menschen. Gerade (aber nicht nur), wenn sie aus suchtbelasteten Familien kommen. Hier sollen zugehörige interne Prozesse begreiflich und verbalisierbar gemacht werden.

Bei der Definition dieser vier Begriffe beziehen wir uns unter anderem auf das *risflecting®* Modell, das im deutschen Sprachraum immer mehr Anwendung findet. Mehr dazu findet sich in der Beschreibung zu den RAUSCHscheiben.

Rausch wird hier als Erfahrung außerhalb des Alltäglichen verstanden, Risiko als ein Ereignis mit hoher persönlicher Bedeutung und ungewissem Ausgang.

Der Begriff „Flow“ wird ab hier mit „Genuss“ ersetzt. Einerseits, um den jungen Menschen den Zugang zum Konzept zu erleichtern. Auf der anderen Seite soll es den Umsetzenden helfen, diesen Aspekt von Flow im Fokus zu behalten.

Der Prozess soll in 2 Schritten stattfinden, welche aufeinander aufbauen und in einem 3. Schritt verbunden werden. Diese Schritte sollen für die jungen Menschen Leichtigkeit und Freude bringen; das Lernen findet informell und nonformal statt.

### **Schritt 1 – „Rausch im Glück“-Scheiben / Bewegungsphase**

#### Was ist die „Rausch im Glück“-Scheibe?

Die den „Rausch im Glück“-Scheiben wurde auf Basis des *risflecting®* Modells entwickelt. Die diesem Methodenzettel beiliegenden „Rausch im Glück“-Scheiben, stellt das Landesprogramm Prävention der Glücksspielsucht und Medienabhängigkeit in Rheinland-Pfalz zur Verfügung. Die ausführliche Methodenbeschreibung der RAUSCHscheibe finden Sie beiliegend. Sie finden diese allerdings auch auf der [risflecting.eu](https://risflecting.eu) Seite zum Download unter: <https://risflecting.eu/wp-content/uploads/2022/08/Beipackzettel-RAUSCHscheibe-v03-1.pdf>

Die Frisbee, welche beim Wurf eine optische Täuschung erzeugt, provoziert Fragen und weckt Neugier. Ein Frisbee das geworfen wird, fliegt und (ev.) gefangen wird, bietet ein gutes Sprachbild, an das im Gespräch angeknüpft werden kann.

#### Wozu wurde die „Rausch im Glück“-Scheibe entwickelt?

Um niederschwellig und spielerisch ins Gespräch über Rausch und Risiko zu kommen. Der Name „Rausch im Glück“-Scheiben, sowie die optische Täuschung beim Wurf, knüpfen an der

Neugier junger Menschen an und eröffnen Gespräche über Rausch. Darauf aufbauend können Motivation, Konsumweise, Alltagsbelastungen etc. besprochen werden. Gegebenenfalls kann von hieraus in Beratungssettings übergeleitet werden.

Für den Aktionstag wird empfohlen, die Begriffe Rausch, Risiko, Flow, Sucht ins Gespräch zu bringen. Es geht hier um das Verbalisieren (lernen und üben) von internen Prozessen, vor allem in Zusammenhang mit dem Lebensumfeld junger Menschen.

### Wie kann die „Rausch im Glück“-Scheiben genutzt werden?

Jugendarbeitende laden junge Menschen zu ein paar Würfeln mit dem Frisbee ein und warten ab, ob das Thema von selbst angesprochen wird (z.B. "Warum heißt das Rausch im Glück - Scheibe" "Komische Spirale..." etc.). Während des Gesprächs wird das Frisbee weiterhin geworfen. Das sorgt für Entlastung durch körperliche Tätigkeit und erhält den spielerisch leichten Charakter des Gesprächs. Über die Veränderung von Distanz, Wurftechnik, Wurfkraft, Bewegung der Beteiligten, kann die Herausforderung beeinflusst werden.

Erwünschte Nebenwirkungen: Beziehungsaufbau mit jungen Menschen, Bewegung im Freien, kooperatives Spiel miteinander und vielleicht, stellt sich sogar der Rausch des Flow, wenn das kooperative Spielen die volle Aufmerksamkeit einnimmt, ein und begeistert.

### Zusammenfassung und Reflexion

Nach dem Spiel kommen die Reflexionsfragen (bitte je nach Alter anpassen):

- Wo habe ich ein Risiko erlebt?
- Habe ich irgendwann ein Glückgefühl gehabt? Wobei?
- Um was geht's mir beim Spielen?
- Kann ich mir erklären, warum manche Menschen eine Sucht entwickeln?
- Welche Art Spiel hat mir gefallen? Was daran gefällt mir gut?
- Was für Spiele mag ich gar nicht? Wie kommt das?
- Wie würde ich das Wort Genuss erklären?
- Habe ich irgendwas nicht so hinbekommen, wie ich wollte?
- Was ist mir gut gelungen?
- Gibt es offene Fragen?

## **Schritt 2 - Kreativ-Phase – Kreativer / haptischer Ausdruck über die Leinwände**

Aus dem Reflexionsprozess im Schritt 1. nehmen sich die jungen Menschen einen Begriff, ein Thema oder eine Frage mit. Diese darf mit anderen geteilt werden, ist aber nicht Voraussetzung. Mit dieser gehen sie in den Schritt 2, den kreativen Prozess.

Die Begleitenden haben die Aufgabe den Raum so zu gestalten, dass alle Materialien gut zugänglich für die jungen Menschen sind. Die Setting-Gestaltung beinhaltet den möglichen Einsatz von Hintergrundmusik, welche beruhigt und die Konzentration anregt, sowie die Gestaltung des Raumes selbst (Dekoration, Anordnung der Plätze usw.).

Wenn Farben und Materialien richtig in Szene gesetzt sind, wird Interesse geweckt und der Kreativprozess kommt schneller in Schwung. Um die jungen Menschen gut im Setting zu verankern, ist auch die (kurz und bündige) Erklärung des Prozessablaufes wesentlich.

## VORBEREITUNG

Bevor die jungen Menschen in einen kreativen Prozess starten können, ist die Vorbereitung der Materialien wichtig. In der Begleitung ist es wesentlich, sich zuvor mit dem Material auseinanderzusetzen:

- Was habe ich in den Jugendeinrichtungen zur Verfügung?
- Welche Farben stehen bereit?
- Welche Techniken sind mit den jeweiligen Farben möglich?
- Was brauche ich zusätzlich? (z.B. Wasser, Becher, Pinsel, Spachteln, Schwämmchen, Pipetten, Bleistifte, Radiergummi, Lineal, Zirkel, Klebeband, Strohhalme, etc.)
- Was eignet sich besonders gut für das jeweilige Alter der jungen Menschen?
- Wie sieht der zeitliche Rahmen aus?
  
- Warum „Kunst“?
  - Kreativität kann uns helfen innere Emotionen und Themen nach außen zu tragen, auch (oder gerade) wenn Worte fehlen.
  - Durch den aktiven und selbstwirksamen künstlerischen Ausdruck ist es uns möglich Dinge nach außen zu kehren.
  - Kreativität darf Spaß machen, laut sein, wild sein, kraftvoll sein, aber auch leise, sanft und verborgen bleiben. Durch den Ausdruck zeichnen/malen/gestalten wir uns frei von aufwirbelnden Emotionen.
  
- Wie funktioniert das Material? Welche Techniken gibt es?
  - Material erklären: was ist alles vorhanden? Was ist z.B. mischbar mit Wasser; kann man Pinsel, Finger und andere Materialien für das Aufbringen von Farbe verwenden? Was gibt es statt Farbe?
  - Techniken vorzeigen und ausprobieren lassen
  - Techniken kombinieren lassen
  - Ggf. Skizzen anfertigen lassen
  
- Freier Raum
  - Die jungen Menschen sind dazu eingeladen, frei und eigenständig zu malen, zeichnen und zu gestalten
  - Als Begleitung wirklich nur dann eingreifen, wenn man merkt, dass eine Blockade vorliegt oder um Hilfe gebeten wird.
  - Alles an neuen Ideen ist super - aber: Realitätscheck (ist die jeweilige Idee auch mit vorhandener Zeit und Material durchführbar?)
  - Sollte es Ergebnisse geben, wird darum gebeten, Bilder davon zu machen und an [Schaack.Christian@lsjv.rlp.de](mailto:Schaack.Christian@lsjv.rlp.de) zu schicken. Diese werden, mit Einwilligung der jungen Künstler:innen und in Abstimmung mit den Begleiter:innen der Öffentlichkeit zugänglich gemacht (z.B. Artikel, Sammelausstellungen, online-Aktionen, etc.)
  
- Als Begleitung im Raum greifbar bleiben (kein Handy, keine externe Ablenkung, wenn möglich) – Funktion der Raumhaltung!
  
- Alles kann, nichts muss!
  - Es geht uns um den freien Ausdruck und das freie Arbeiten mit unterschiedlichem Material.
  - Der künstlerische Prozess an sich, ist das, was zählt.
  - *Kein Druck von außen!*
  
- Während der Kreativphase können bei den jungen Menschen Themen aufkommen:

- Selbstabwertung: „Ich kann nicht zeichnen/malen, ich weiß nicht, was ich machen soll“
- Vergleiche mit anderen: „Die anderen sind besser“
- Vermeidungstaktik: trinken, essen, Klo, Material zusammenräumen.
- Hier ist es als Begleitung wesentlich, hinzuschauen und in Kontakt zu bleiben.
- Was ist mir als Begleitung nach dem kreativen Prozess wichtig?
  - Auch dieser Schritt ist im Vorfeld klar zu formulieren.
  - Prinzipiell gilt, dass der Arbeitsplatz von den jungen Menschen selbst saubergemacht werden soll.
  - Die jungen Menschen sind danach selbst für Pinsel und verwendetes Werkzeug verantwortlich. Die Reinigung der verwendeten Materialien gehört zum Prozess dazu.

Wenn die Zeit um ist, ist die Kreativphase zu Ende. Sollten die jungen Menschen noch nicht fertig sein, dann haben sie auch die Möglichkeit, dass Begonnene zuhause fertig zu machen. Sollten sie früher fertig sein, kann man schauen, ob sie noch Anderes beginnen, oder ihre Sachen schon davor zusammenräumen und den Prozess abschließen.

### **Schritt 3 - NACHBEREITUNG**

Beide Phasen sollen als ein Ganzes in Zusammenhang gebracht werden, nochmal in Erinnerung gerufen und reflektiert werden. Mögliche Reflexionsfragen als Ergänzung zu den oben genannten (bitte je nach Alter anpassen):

- Was hat mir Spaß gemacht?
- Was hat mich überrascht?
- Habe ich was gelernt oder bin auf etwas Neues gekommen?
- Was war schön?
- Was war weniger toll?
- Bei was/wo fühle ich mich frei im Ausdruck?
- Bei was/wo komme ich an meine Grenzen bzw. was hat nicht so gut hingehauen?
- Was davon will ich in Zukunft nochmal probieren (um zu sehen, wie es dann läuft)?
- Wovon weiß ich jetzt schon, dass es mich nicht interessiert?
- Habe ich geschafft, was ich mir überlegt habe?
- Bin ich zufrieden? Womit?
- Verstehe ich etwas an mir oder anderen jetzt besser als vorher?
- Den gesamten Prozess mit einem Wort beschreiben.

Die Antworten auf diese Fragen ergeben – so die Annahme – genug Stoff für die Beziehungsarbeit an den Themen Rausch, Risiko, Sucht, Flow, Spiel, Wohlbefinden und anderen verwandten Begriffen.

In den Reflexionsfragen kommen diese Begriffe bewusst nicht vor, damit das Setting informell bleibt.

Zur Verfügung gestelltes Material:  
 20 x „Rausch im Glück“-Scheiben  
 1 x Leinwandrolle 2x0,4m  
 Methodenbeschreibung

*Christian Schaack, Thomas Tatosa*  
 Redaktion: *Nina Roth*