

Verbandsgemeinde Bad Marienberg
Zeitungstitel, Name: „Wäller Blättchen“

Rubrik: Verbandsgemeinde Bad Marienberg



Statt Speed-Dating mit anderen, mal sich selbst begegnen und so Sucht vorbeugen - ein tolles nachhaltiges Gemeinschaftserlebnis für junge Menschen im VG-Jugendbahnhof

Ariane Appenzeller, Schülerin der Erzieherfachschule Wissen, entschied sich im Rahmen ihres Praktikums im VG-Jugendbahnhof, zur Durchführung eines tollen Projektes, ganz nah an den Jugendlichen und ihrer Lebenswelt, welches sie, fachlich flankiert und angeleitet von Reiner Kuhmann von der Fachstelle für Suchtprävention des Diakonischen Werkes im Westerwaldkreis und ihrer Praxisanleitung Claudia Göhlert, konzipierte und dann gemeinsam mit diesen in die Tat umsetzte.

Erklärtes Ziel ihres Projektes „*Ich bin wie Ich bin – Eine Reise zum wahren Selbst*“ war es jungen Menschen Akzeptanz für sich selbst und damit den selbstkritischen Umgang mit Sucht(mitteln) näher zu bringen. „Selbstkritisches Denken fängt bereits im frühen Alter an. Suchtmittel wie Alkohol und Drogen können dort ansetzen, wo die Beziehung zu sich selbst und anderen gestört ist und dieser Hilfsmittel bedarf. Was also liegt in der suchtpreventiven Arbeit mit jungen Menschen näher, als diese Beziehung zu festigen!“, so Reiner Kuhmann.

Am Sonntag 09.02.2019 waren Jugendliche wie junge Erwachsene gleichermaßen eingeladen in den VG-Jugendbahnhof Bad Marienberg, wo von 12 bis 17 Uhr ein „Speed-Dating“ der besonderen Art stattfand. Denn was die Besucher der Veranstaltung nicht ahnten, sie hatten an diesem Tag ein Date mit sich selbst!

Nach Eintreffen der Teilnehmer gab es zum Ankommen und Warmwerden zunächst ein gemeinsames Mittagessen. Bei allseits beliebter Pizza wurde sich munter unterhalten und ausgetauscht.



ProjektteilnehmerInnen gemeinsam mit Reiner Kuhmann (links) beim gemeinsamen Mittagessen im regen Austausch über das was da wohl auf sie zukommen mag

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde erhielten die jungen Menschen ausführliche Fragebögen, deren Themenauswahl von Selbstwahrnehmung über den Umgang mit Gefühlen bis zu Zukunftsängsten reichte. Auf Grundlage dieser führten sie dann Einzelinterviews mit Reiner Kuhmann, welche mit ihrem Einverständnis rein zum Zweck der Selbstreflexion aufgenommen und später auf freiwilliger Basis der ganzen Gruppe gezeigt wurden.

Es erforderte eine Menge Mut und Selbstvertrauen sich anderen gegenüber so offen in Bezug auf die sehr persönlichen Fragen zu zeigen. Die beschriebene Vorgehensweise mit Einzelinterviews zu beginnen, mit der freien Entscheidung, diese im Anschluss den anderen zu zeigen, empfanden die jungen Menschen dabei als sehr hilfreich.

„Das Zeigen der Interviews als wichtiger Bestandteil des Procedere, diente zum einen dem „Aushalten des eigenen Selbst“. Gleichzeitig belohnte es die Teilnehmer damit, sich aus der Beobachterposition heraus wahrnehmen zu können und sich dadurch besser kennenzulernen. Es gelang ihnen eigene Schwächen und Stärken aktiv wahrzunehmen und im Austausch mit anderen mit sich selbst konstruktiv umzugehen“, so Ariane Appenzeller.

Gut vorbereitet starteten dann die Projektteilnehmer und Teilnehmerinnen in das abschließende „Speed-Dating“ mit je fünf Minuten Zeit sich zu unterhalten und gegenseitig besser kennen zu lernen. Als kleine Anregung fanden sie auf den Plätzen von Ariane Appenzeller vorbereitete Karteikärtchen mit Fragen. So rotierten sie im Fünf-Minuten-Rhythmus, bis alle miteinander gesprochen hatten.

Danach kamen alle Beteiligten zur Abschlussreflexion des Tages zusammen. „Die Rückmeldung waren durchweg positiv und die Jugendlichen konnten sich nach eigener Aussage etwas für sich selbst mitnehmen“, freute sich Ariane Appenzeller über den Erfolg ihres Suchtprävention-Projektes.



Abschlussrunde: Ariane Appenzeller (rechts hinten) und Reiner Kuhmann (rechts vorne) im Austausch mit den mutigen jungen Menschen über Erlebtes und Gelerntes

Zur Erinnerung an diesen Tag erhielten alle einen kleinen Handspiegel mit der Aufschrift „Und was siehst du?“, ganz im Sinne des Projektes, das die Authentizität und Offenheit der Jugendlichen als wichtige Kraft gegen Suchtgefährdung fördern konnte.

Ariane Appenzeller, Jugendbahnhof der VG Bad Marienberg/
Fachstelle für Suchtprävention des Diakonischen Werkes im Westerwaldkreis