



Regionaler Arbeitskreis Hannover Suchtprävention am Arbeitsplatz



Unter dem Radar... Potenziale des SKOLL-Programms

SELBSTKONTROLLTRAINING für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen
und anderen Suchtphänomenen bzw. schädlichen Verhaltensweisen

Regionaler AK H
Suchtprävention am Arbeitsplatz 01.11.2021

Anne Schwarz
Suchtbeauftragte der Leibniz Universität Hannover

Frank Bleßmann
Caritas Fachstelle für Sucht und Suchtprävention

Entwicklung von SKOLL

Was ist SKOLL? Ein Gruppentraining aus 10 + 1 Gruppentreffen zur Konsumveränderung

Das Programm wurde seit 2008 vom Bundesministerium für Gesundheit als Modellprojekt gefördert.

SKOLL: suchtmittelübergreifend, verhaltensbezogene Suchtphänomene (geschützte Marke, die bundesweit nur im Original und nach den Qualitätsanforderungen des Handbuchs von geschulten Fachkräften verwendet werden darf).

SKOLL Spezial (gesundheitsbewusster Umgang mit Alkohol, Motivation zur Tabakabstinenz)

SKOLL

- in der Wohnungslosenhilfe
- im Kontext Schule/ Ausbildung
- für Kund*innen der Jobcenter/ Bundesagenturen
- für Menschen mit geistiger Behinderung/ Intelligenzminderung
- bei substituierten Opiatabhängigen

Thematische Informationsblätter: <https://www.skoll.de/informationen/skoll-factsheets/>

Prävention, Frühintervention

seit 80ger Jahren Neuorientierung in der Suchtprävention

:: statt lebenslanger Abstinenz auch Reduzierung

:: statt Erhöhung des Leidensdrucks Entscheidung verdeutlichen

risikomindernd niedrigschwellig akzeptierend

Minimierung von schädlichen Auswirkungen

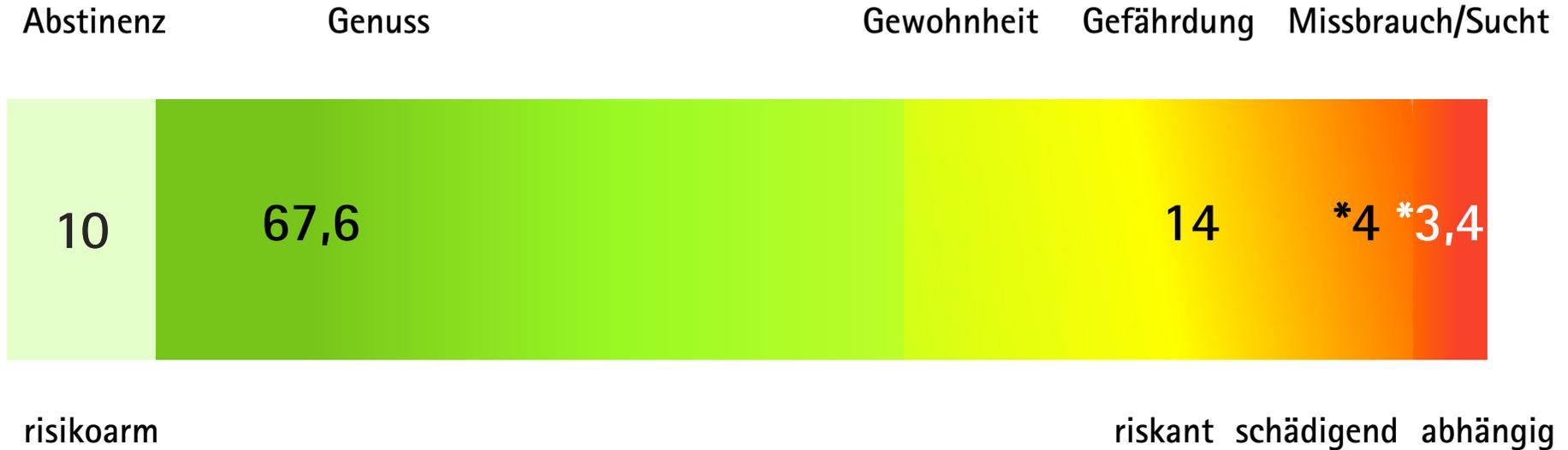
Prävention und Gesundheitsförderung

+ deutlicher Nutzen → hohe Eigenmotivation

+ Selbstgestaltung und Selbstverantwortung

+ Frühe Erreichbarkeit der Konsumierenden

Umfang des Alkoholkonsums



in der deutschen Bevölkerung von 18-64 Jahren

DHS, Drogen- und Suchtbericht 2018 - *Diagnose nach DSM IV

Dr. Elisabeth Wienemann

Zielgruppe

- : Jugendliche und Erwachsene
- : riskant, schädlich und abhängig Konsumierende
- : Menschen mit Verhaltenssüchten oder ungesunden Verhaltensweisen und Gewohnheiten

Besondere Kennzeichen von SKOLL

- :: für riskant und schädlich Konsumierende
- :: akzeptierend selbstverantwortlich
- :: individuelle Ziele
- :: motivierend
- :: praxiserprobt kleine Lernschritte
- :: messbar Dokumentation: Informationen sammeln, ordnen, bewerten, auswählen, festhalten **ständiges Protokollieren erforderlich**
ständige Zielüberprüfung
- :: evidenzbasiert

Vorgespräch

Vorerfahrungen mit Gruppenarbeit

Erwartungen an das Programm

Regelmäßige Teilnahme möglich (mind. 8 von 10 Sitzungen)

Anlass für die Teilnahme, Themen?

Regeln der Gruppenarbeit: Eigenverantwortung, Respektvoller Umgang

Orientierung am Alltag in der Gegenwart und näheren Zukunft

Das Prinzip der kleinen Brötchen

Herausforderungen in der Praxis

Teilnehmer*in

- deutet viele Probleme an und bleibt unklar in den Zielen
- ist sehr therapieerfahren und wertet ab
- kommt alkoholisiert zur dritten Sitzung
- überschreitet die eigene und die Grenzen anderer
- berichtet von ausgeprägter Fremdmotivation (Führerschein-Verlust)

Ziele festlegen hat eine zentrale Bedeutung im SKOLL-Programm.

Training neuen Verhaltens, soziales Lernen

Kriterien für die Ziele:

bedeutsam

konkret

präzise

verhaltensbezogen

realistisch

erreichbar



S	spezifisch
M	messbar
A	akzeptabel, angemessen
R	realistisch
T	terminiert
<hr/>	
+	im Präsens formuliert
	Ökocheck: schadet weder der Umwelt noch jemand anderem

Inhalte des SKOLL-Programms

1. Kennen Lernen

... 1.7 Meine Treppe zum Ziel

2. Trainingsplan

... 2.4 Dokumentationsbogen



3. Risikosituationen

... 3.10 Selbstkontrollmaßnahmen

4. Stressmanagement

... 4.5 Entspannung lernen

5. Soziales Netzwerk

... 5.3 Kontaktgestaltung

6. Hilfreiche Gedanken

... 6.2 Scheinargumente

7. Rückschritte / Krisen

... 7.3 Krisenplan



8. Konflikte

... 8.2 Verlangen

9. Freizeitgestaltung

... 9.3 Der eigene Kick

10. Rituale

... 10.4 Zertifikat

11. Nachtreffen

Durchführung der Veranstaltungen

Dauer: 1,5 – 2 Std.

Teilnehmendenzahl: optimal 6 – 9

Materialien im Manual

Jede Kurseinheit beginnt mit:

- : Lernziele
- : Thematische Einführung
- : Inhaltliche Umsetzung
- : Übersicht

Fertige, didaktisch ausgereifte „Unterrichts“materialien (Arbeitsblätter) werden ausgehändigt.

Beispiel

Meine Treppe zum Ziel

Notieren Sie, was für Sie heute zur Erreichung Ihres Zieles wichtig ist:

3



2



Ich frage bis zum 10.11.21, ob er mit mir Tennis spielt. Wenn nicht, frage ich bis zum 15.11.21.

1



Wenn ich mit Freunden Alkohol getrunken habe, bleibe ich danach alkoholfrei und lenke mich ab mit Basteleinen bis zum 15.11.2021.

SKOLL in Hannover und der Region

Diakonisches Werk Hannover, Suchtberatung Laatzen: Benjamin Morgenstern

Acht Einzelsitzungen oder 10 Gruppensitzungen angeleitet, risikobewusst und selbstbestimmt mit der Konsumform umzugehen.

In Zeiten von Corona: Einzelsitzungen im persönlichen Kontakt oder auch per Videokonferenz an.

Kontakt: suchtberatung.laatzen@dw-h.de oder Benjamin.Morgenstern@dw-h.de; Tel. +49 511 827602.

Caritasverband Hannover, Fachstelle für Sucht und Suchtprävention: Frank Bleßmann

10 Gruppensitzungen, geplanter Beginn Febr. 2022

Kontakt: frank.blessmann@caritas-hannover.de; Tel. +49 511 12600-0 oder -1041

Jugendschutz/ Straßensozialarbeit Landeshauptstadt Hannover: Laura Johannis

Herrenstr. 11, 30159 Hannover

Kontakt: 51.52@hannover-stadt.de; Tel. +49 511 1684-4364

Weitere Präventionsangebote, die von den Krankenkassen mitfinanziert werden:

www.zentrale-pruefstelle-praevention.de

www.skoll.de

Suchtbeauftragte

Anne Schwarz, Dipl. Soz.päd.



Foto: Phillip Bartz, Leibniz Universität Hannover



Tel. +49 511/ 762 - 4908

Postanschrift: Welfengarten 1
30167 Hannover

Büro: Wilhelm-Busch-Str. 22 2. OG

E-Mail: anne.schwarz@zuv.uni-hannover.de

www.suchtbeauftragte.uni-hannover.de

Fachstelle Sucht und Suchtprävention des Caritasverbandes Hannover

Frank Bleßmann, Leitung
Psychologischer Psychotherapeut



Foto: Caritasverband Hannover, Referat Öffentlichkeitsarbeit

Tel. +49 511/ 12 600-10 41

Anschrift: Leibnizufer 13-15
30169 Hannover

E-Mail: frank.blessmann@caritas-hannover.de

www.caritas-hannover.de

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!