

REBOUND

Lebenskompetenz- und Suchtpräventionsprogramm

Wissenschaftlich fundierte und praxiserprobte Prävention für weiterführende Schulen und die Soziale Arbeit



DER ENTSTEHUNGSGESCHICHTE DES PROGRAMMS

Die Konferenz „Neue Wege der Suchtprävention – Rausch als Risiko und Herausforderung“ im Jahr 2007 war der Ausgangspunkt für die Entwicklung von REBOUND.

Ab Januar 2010 wurde REBOUND als EU-gefördertes Projekt (DPIP Programm) am Institut für Medizinische Psychologie des Universitätsklinikums Heidelberg entwickelt und evaluiert.

Seit dem Jahr 2013 führt die FINDER Akademie für Prävention und erfahrungsbasiertes Lernen REBOUND mit Weiterbildungen für Kursleitende und Mentoren, Supervision und Aufbaukursen in der gesamten Bundesrepublik Deutschland und dem europäischen Ausland durch.

Der Kurs wurde zunächst für den Kontext Schule entwickelt.

REBOUND wird seit 2012 auch in der Sozialen Arbeit eingesetzt.

FINDER – DER GEMEINNÜTZIGE TRÄGER

FINDER wurde im Mai 2013 von einem Netzwerk aus Wissenschaftlern und Präventionspraktikern an der Universität Heidelberg gegründet.

Wir sind eine gemeinnützige Organisation mit Sitz in Heidelberg, deren aktives Zentrum sich seit 2015 in Berlin befindet.



Dr. Henrik Jungaberle
Initiator
FINDER Vorstand



Maximilian von Heyden
Programmdirektor
FINDER Vorstand



Dr. Andrea Zeuch
FINDER Vorstand

Impressum

3. Auflage, Januar 2018

(c) FINDER gem. e. V.

Autoren: Maximilian von Heyden, Henrik Jungaberle

Gestaltung & Illustration: Maximilian von Heyden

Kontakt

FINDER e.V.

c/o Betahaus

Prinzessinenstr. 19-20

10969 Berlin

Tel. +49.30.2235 2451

info@finder-akademie.de

www.finder-akademie.de

Hintergrundinformationen

Weitere Hintergrundinformationen, wissenschaftliche Publikationen und Medien finden sie unter folgenden Adressen:

www.finder-akademie.de/rebound

www.finder-akademie.de/ueber

Informationen für Jugendliche

www.my-rebound.de

Partner bei Forschung und Entwicklung



European Commission for Justice



UniversitätsKlinikum Heidelberg



Drug Information and Prevention
Programme (DPIP) (2010-2012)

Institut für Medizinische Psychologie
(2010-2013)

DAS REBOUND PROGRAMM

REBOUND, das bedeutet: „aus Erfahrungen lernen – den eigenen und denen anderer.“

REBOUND ist ein flexibler und zugleich strukturierter Kurs für junge Menschen (14-25 Jahre), in dem es um deren Stärken und die der eigenen Bezugsgruppe geht. Das Lebenskompetenz- und Präventionsprogramm wird in Schulen oder Jugendeinrichtungen durchgeführt und von weitergebildeten Fachkräften unterrichtet. Neben der eigentlichen Zielgruppe profitieren auch deren Begleiter vom erfahrungsorientierten Lernen in REBOUND: Schulen, Lehrer, Eltern, Menschen in sozialen Berufen und Mentoren, die helfen, das Programm zu unterrichten.



ZIELE

1. Stärken bewusst machen und fördern

BEWUSSTHEIT

2. Einen eigenständigen und gesunden Umgang mit Risiken erlernen

RISIKOKOMPETENZ VON EINZELNEN

3. Risikobewusste Peer-Groups

RISIKOKOMPETENZ ALS NORM

Thematische Offenheit

Im Programm werden Stärken, Fähigkeiten, positive Ziele usw. mit verschiedenen Risikothemen in Zusammenhang gebracht. Dazu gehört der Umgang mit Alkohol und anderen Drogen – je nach Interesse und Vorkenntnissen in der Zielgruppe aber auch beispielsweise der Umgang mit Medien (Internetgebrauch, PC-Gaming etc.). Die Teilnehmer verbessern ihre eigene Entscheidungsfähigkeit und ihr Wissen; Klassen oder Gruppen machen sich ihre Normen bewusst und Schulen lernen Regeln im Umgang mit Risikoverhaltensweisen zu formulieren und anzuwenden.

Das Alleinstellungsmerkmal

Besonders am 16-teiligen REBOUND Kurs ist, dass sich fast alle Stunden um einen realitätsnahen Kurzfilm drehen. In den Kurzfilmen werden typische Verhaltensweisen gezeigt, die die Kursteilnehmer dann immer tiefer verstehen lernen. Es sind keine Abschreckungsfilme und sie erfordern gerade deshalb eine methodische Zugangsweise. In gelungenen REBOUND-Kursen werden die Kursteilnehmer nicht belehrt, sondern neugierig gemacht. Sie lernen ihre Selbstwahrnehmung zu erweitern und werden unabhängiger von ihren Peers.

Die Kursteilnehmer schließen das REBOUND Programm mit einem eigenen, selbstständig entworfenen und realisierten Kurzfilm ab.

Auf einen Blick

Lehrer, Sozialpädagogen oder Schulpsychologen führen den Kurs mit Jugendlichen im Alter von 14 bis 25 Jahren in der Schule oder Einrichtungen der Sozialen Arbeit durch.

Dabei werden auch Eltern einbezogen. Mentoren unterstützen das Programm.



Die Haltung

REBOUND soll motivieren, informieren, Jugendliche untereinander ins Gespräch bringen, falsche Tabus auflösen und die Risikowahrnehmung schärfen. REBOUND hilft dabei, zu sehen, was positiv ist. Es geht um eine ressourcen- und lösungsorientierte Pädagogik.

Ein wichtiger Begriff in REBOUND ist Verantwortung. Der suchtpreventive Teil von REBOUND regt Jugendliche dazu an, herauszufinden, was verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol und anderen Drogen bedeutet. Dabei ist klar, dass der Gebrauch von Verantwortung immer wichtiger ist, als der verantwortliche Gebrauch.

REBOUND fördert Jugendliche, die abstinent bleiben wollen (wir nennen es: Kein Konsum-Entscheidung). Aber REBOUND ist auch für Jugendliche da, die experimentieren und ausprobieren, obwohl Erwachsene gerne hätten, dass sie es nicht tun. Indem wir den Kontakt zu den Jugendlichen halten und versuchen ihre Ziele zu verstehen, verhindern wir, dass sie sich selber in Außenseiterrollen zurückziehen.

Medien und Erlebnis im Mittelpunkt

Wir arbeiten intensiv mit Kurzfilmen und anderen erfahrungsorientierten Methoden. In diesen Filmen spielen die Schauspieler Szenen rund um das Thema Rausch und Risiko. Schaut man genauer hin, geht es in den Filmen aber einfach um Leben und Lernen, um Themen wie Dazugehörigkeit und Sich-selber-finden, seine eigenen Grenzen kennen lernen und die Frage, welche Werte eigentlich wichtig sind. Bei dem Thema Alkohol oder Cannabis werden diese Fragen aufgeworfen, kritisch bearbeitet und neu beantwortet. Gelingt es im Kurs die Motivation der Jugendlichen zu wecken, dann wird ein Teil des Programms von ihnen selbst vermittelt. REBOUND wurde und wird von den Menschen mit entworfen, um die es geht. Peer-Mentoren aus Hochschulen und Betrieben helfen dabei das Programm „überzubringen“.

Der REBOUND Kurs gibt Schulen, Jugendeinrichtungen und Pädagogen eine Haltung und einen Methodenkoffer an die Hand, die im Umgang mit vielen sozialen und gesundheitlichen Themen nützlich sind.



CHANCEN

Die gesamte Entwicklung des Programms wurde wissenschaftlich fundiert und begleitet. Qualitätssicherung sorgt für kontinuierliche Weiterentwicklung. Hierbei fließen neben den Evaluationsergebnissen auch die wertvollen Erfahrungen aus der pädagogischen Praxis mit ein. Doch nicht nur für die Jugendlichen und ihre Begleiter entfaltet das Programm positive Effekte: Ein gelungener Kurs begünstigt zahlreiche Entwicklungen in seinem Sozialraum. Dabei profitieren Familien und Freunde der Kursteilnehmer ebenso wie die Kollegen der weitergebildeten Kursleiter.

FÜR JUGENDLICHE

- Verbessert das Klassenklima
- Erhöht die Fähigkeit zur Selbstreflexion
- Fördert Medienkompetenz
- Reduziert die Anzahl von Rauscherfahrten
- Reduziert Alkohol- und Cannabiskonsum
- Verbessert die Risikowahrnehmung
- Verbessert das Wissen über Alkohol und andere Drogen



Jungaberle, H. & Nagy, E. (2015) Pilot Evaluation Study of the Life Skills Program REBOUND: Effects on Substance Use, Knowledge About Substances and Risk Perception. SAGE Open, 5(4), 1-13.

FÜR ORGANISATIONEN

Gesundheit von Kursteilnehmern **und** Kursleitern fördern
Soziales Lernen professionalisieren
Unterrichts- und Methodenentwicklung fördern
Personalentwicklung anregen
Supervision, Intersession, Team Teaching stärken
Vernetzung mit Universitäten

FÜR KURSLEITER

Projektorientierten Unterricht kooperativ durchführen
Austausch mit Kollegen verbessern (Intersession, ...)
Ressourcenorientierte Beziehungspädagogik erlernen
Methodenrepertoire erweitern



Wissenschaftlich fundiert

REBOUND wurde bislang in einer kontrollierten Evaluationsstudie erforscht. Außerdem haben wir mehrere qualitative Studien zu REBOUND durchgeführt.

Das Konzept, die Arbeitsweise und angewandte Methoden von REBOUND umfassen sowohl bereits bewährte Ansätze (sogenannte Best-Practice-Konzepte), als auch neue Entwicklungen.

Zu den Neuentwicklungen des Programms gehört beispielsweise die Arbeit mit gefilmten Szenarien.

Jungaberle, H. & Nagy, E. (2015) Pilot Evaluation Study of the Life Skills Program REBOUND: Effects on Substance Use, Knowledge About Substances and Risk Perception. SAGE Open, 5(4), 1-13.

WEITERBILDUNG

In der REBOUND Kursleiter-Weiterbildung lernen Sie, das REBOUND Programm in Schulen, Jugendeinrichtungen oder Institutionen der Sozialen Arbeit zu unterrichten. Zudem werden Grundlagen der Gesundheitspädagogik vermittelt. Viele REBOUND-Methoden wie die "explorative Filmarbeit" und das Kartenset lassen sich auch außerhalb des Kurses einsetzen. Damit setzt die Weiterbildung Impulse zur Schul- und Organisationsentwicklung.



- 2x2 tägige Weiterbildung.
Neue Methoden. Praxisnahe und informative Gestaltung.
- Umfangreiches, strukturiertes Material. Website, Filme, Bücher.
Für Kursleiter und -teilnehmer. Online kostenfrei.
- Inhalte auch außerhalb des Kurses einsetzbar.
Team- und Organisationsentwicklungsmethoden.

”

Einfach super! Ich hatte noch nie eine solch unterhaltende und lehrreiche Fortbildung genossen und freue mich jetzt schon, das Gelernte umzusetzen und anzuwenden.

- Weiterbildungsteilnehmerin (Sozialpädagogin, Heidelberg)

“

Ich unterrichte seit fast zehn Jahren an dieser Schule und hatte noch nie eine Intervision. Ich war vollkommen überrascht von den Kollegen zu hören, wie es diesen erging, welche Unsicherheit und Schwierigkeiten auch sie erleben und zu lösen haben. Die Sitzung hat mir geholfen, auch im REBOUND-Kurs besser meine Schwächen zu zeigen. Ich war danach entspannter, konnte auch mal den anderen im Team Teaching vertrauen.

- REBOUND Kursleiter (Lehrer, Berlin)

“

Risikokompetenz

Das Besondere an REBOUND ist eine Haltung: es geht um Risikokompetenz in einem sinnvollen, fordernden und fördernden sozialen Umfeld.

Es geht nicht vor allem darum, Jugendliche „vor Drogen zu schützen“, sondern sie in einer Entwicklung zu entscheidungsstarken und risikobewussten Menschen zu begleiten.



ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:
FINDER-AKADEMIE.DE/REBOUND/

UMSETZUNG

REBOUND in Jugendorganisationen und Schulen integrieren

Strukturierte Programme zur Gesundheitsförderung sind in Jugendorganisationen und Schulen meist (noch) Fremdkörper. Das ist insbesondere dann der Fall, wenn KursleiterInnen Ziele und Pläne „von außen“ umsetzen sollen, die sie nicht als ihre eigenen und förderlich für die Gesamtheit ihres Lehrens empfinden. Sie werden dafür in der Regel nicht ausgebildet, nicht bezahlt und haben mehr Arbeit als viele Ihrer KollegInnen. Idealismus genügt selten, um ein Programm über längere Zeit in einer Organisation zu halten. Manchmal gefährden sich besonders engagierte LehrerInnen sogar durch Burnout. Wir gehen davon aus, dass ein Programm dann interessanter für eine Organisation ist, wenn es neben dem Ziel einer besseren Gesundheit für junge Menschen, einen Mehrwert für die Organisation schafft. Deshalb bezeichnen wir den Kurs als Baustein zu einem Curriculum Soziales Lernen – zu dem Jugendorganisationen und Schulen über kurz oder lang finden müssen. REBOUND versucht dieses Ziel zu erreichen, indem es anspruchsvolle didaktische Methoden und Instrumente zur persönlichen Entwicklung der Kursleitenden und Ihrer Bezugsgruppen anbietet.



Maßschneidern

Der 16-teilige Kurs kann entsprechend der Bedürfnisse Ihrer Institution und Kursteilnehmer maßgeschneidert werden. Dazu schlagen wir drei verschiedene Modelle vor und beraten bei der Anpassung.

Teammethoden und Online-Community

Die nachhaltige Implementation wird sowohl von FINDER als auch den hunderten weitergebildeten Kursleitern unterstützt. Diese teilen gerne ihre Erfahrungen in der Implementation und Gestaltung des Kurses.





EVIDENZBASIERTE UND PRAXISERPROBTE PÄDAGOGIK.

REBOUND ist ein innovatives und anspruchsvolles Programm zur Stärkung von Gesundheitskompetenzen.

Es lädt Schulen, Pädagogen, Jugend- und Sozialarbeiter, Psychologen und Berater dazu ein, junge Menschen als Partner in einem kooperativen Lernprozess zu unterstützen.

Am Beispiel des Themas „Alkohol und andere Drogen“ werden die Kursteilnehmer an die Wahrnehmung ihrer eigenen Stärken (Resilienz) und ihrer Verletzbarkeit (Vulnerabilität) herangeführt.

REBOUND bietet zwei Instrumente: die Kompetenz- und Stärken-orientierte, positive Grundhaltung und eine Toolbox, die schrittweise erlernt werden.

Wichtigster Baustein von REBOUND ist die medienpädagogische Arbeit mit Kurzfilmen.

Diese zeigen realistische Situationen im Leben von Jugendlichen und wie diese auf die darin gezeigten Herausforderungen typischerweise reagieren.

MEHR ERFAHREN ...

WWW.FINDER-AKADEMIE.DE/REBOUND



KONTAKT

www.finder-akademie.de/rebound
www.my-rebound.de

info@finder-akademie.de