

Aktivität: RISIKOVERHALTEN

Dauer

45 Minuten

Alterskategorie

13–15 Jahre

Material

Arbeitsblatt

Ziel

Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit Risiken und Grenzen auseinander und beurteilen die positiven und negativen Konsequenzen einer bestimmten Handlung.

Erläuterungen und Ablauf

Jugendliche verhalten sich oft risikoreich. Die Risikofreudigkeit ist Ausdruck der Suche nach Grenzen und Selbstständigkeit. Den Umgang mit Risiken zu lernen, ist wichtig für die Entwicklung. Es ist normal, die Welt zu entdecken, neue Dinge zu testen und starke Gefühle zu erfahren. Jugendliche suchen die Konfrontation, wollen Mut beweisen und aus dem Alltag ausbrechen. Wenn man Risiken eingeht, lässt man Bekanntes und Vertrautes hinter sich und macht eigene Erfahrungen. Das gilt auch fürs Rauchen und fürs Vapen. Jugendliche können sich nicht vorstellen, wie schnell Nikotin abhängig macht und glauben, jederzeit mit dem Rauchen und Vapen wieder aufhören zu können.

Diese Aktivität sollte nicht isoliert durchgeführt werden. Es sollte über Gruppendruck gesprochen werden, den die Jugendlichen mitunter verspüren, wenn sie Risiken eingehen und Substanzen konsumieren. Es ist wichtig über Motive und Einstellungen der Jugendlichen und ihres Umfelds zu sprechen und etwaige Normvorstellungen zu erkennen und gegebenenfalls zu hinterfragen.

Die Schülerinnen und Schüler füllen für sich das Arbeitsblatt aus. Anschliessend folgt eine Diskussion in der Klasse oder in Kleingruppen.

Was hat euch dazu bewogen, mit «Nein» zu antworten? Die Folgen für die Gesundheit; die Angst, sich zu blamieren; die Angst vor einer Bestrafung; etwas anderes?

- Aus welchen Gründen habt ihr mit «Ja» geantwortet? Anerkennung durch die anderen; neue Erfahrungen; gutes Gefühl; Nervenkitzel; etwas anderes?
- Ein Risiko einzugehen, heisst manchmal, Mut zu zeigen oder ist manchmal nur Leichtsin. Könnt ihr ein Beispiel für Mut und eines für Leichtsin nennen?
- Ist Angst etwas Positives oder etwas Negatives? Wann schützt sie uns und wann hingegen behindert sie uns?
- Wie könntet ihr den Nutzen, den ihr euch beim Eingehen eines bestimmten Risikos erhofft, auch anders erreichen? Versucht Alternativen zu finden, die weniger risikoreich sind.

ARBEITSBLATT

Wenn ich die Gelegenheit hätte, würde ich es wagen:

	Was würde ich gewinnen?	Welche Risiken würde ich eingehen?	Würde ich es wagen?
Bungeejumping zu machen			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht
Autostopp zu machen			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht
die Schule zu schwänzen			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht
abseits der Piste Ski/Snowboard zu fahren			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht
eine Zigarette zu rauchen			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht
mich zu betrinken			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht
während einer Prüfung abzuschreiben			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht
vom 10-Meter-Sprungbrett zu springen			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht
Jemanden, der mir gefällt, um ein Date zu bitten			<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Vielleicht