

Suchtprävention in der Mittelstufe am Gymnasium Bondenwald: Lebenskompetenzen stärken

Die Suchtprävention am Gymnasium Bondenwald soll die Schülerinnen und Schüler über unterschiedliche Bereiche eines möglichen Suchtverhaltens informieren und vor allem Möglichkeiten aufzuzeigen, dem zu entgehen.

Das Betrachten und Erlernen von Lebenskompetenzen und der **Aufbau einer Stressresilienz** sollen dabei im Mittelpunkt stehen.

Jahrgang	Thema
8	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenbildung, Empathie (8.1) • Suchtprävention allgemein (8.2): Konsumverhalten, Suchtsack, Gruppendruck/ Nein-Sagen
9	<ul style="list-style-type: none"> • Glück und Selbstwert (9.1) • Alkohol, Nikotin und Cannabis (9.2)
10	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstwahrnehmung und Stressbewältigung (10.1) • Thementag mit Schwerpunktsetzung je nach Vorliebe (10.2) <ul style="list-style-type: none"> ○ Stressresilienz ○ Lernen und Selbstregulation ○ Yoga