

Wenn-Ich-Karten – Thema Lebenskompetenzen, Risikoverhalten und Sucht

Die „Wenn-Ich-Karten“ regen Jugendliche an, sich mit Fragen der Identität, mit Lebenszielen, Normen und Werten sowie mit Motiven, Funktionen und Risiken von Suchtmitteln oder Suchtverhalten auseinanderzusetzen. Sie unterstützen die Selbstreflexionsfähigkeit, die Identitätsentwicklung und die Risikokompetenz. Der offene Austausch über Konsummotive, Gruppendruck sowie den Risiken von psychoaktiven Substanzen und Essverhalten fördert die Normbildung in der Gruppe und korrigiert Mythen über Verbreitung, Wirkung und Risiken von Substanzen.

Das Spiel enthält über 300 Karten zu den Themen: Entwicklungsaufgaben, Lebens- und Risikokompetenz, Suchtentwicklung, Alkohol, Tabak/Shisha/E-Zigaretten, Cannabis/Legal-High, aktivierende Drogen wie Ecstasy/Amphetamine/Kokain sowie den verschiedenen Essstörungen. Die Anleitung bietet Hintergründe zur Anwendung, den Inhalten der Karten, sowie kompakte Informationen zu den Themen und Substanzen.

