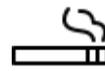


Escape addict in der Sekundarstufe I

EINE SPIELERISCHE UND INNOVATIVE
PRÄVENTION



EINLEITUNG

Seit 2018 beauftragt der Kanton Wallis Gesundheitsförderung Wallis mit der Suchtprävention für die Sekundarstufe I (11-15 Jahre). Vor diesem Hintergrund möchte Gesundheitsförderung Wallis ein neues und innovatives, zweisprachiges Präventions-Tool entwickeln.

Das neue Tool ist inspiriert von den heute im Trend liegenden Escape rooms und nutzt das, was dieses Spiel so anziehend macht, für die Prävention verschiedener Süchte.

Escape addict setzt sich zum Ziel, zum Nachdenken über verschiedene Substanzen, Konsumverhalten und Süchte anzuregen. Dies erfolgt durch einen erfahrungs-basierten Präventionsansatz, der die Schüler* Situationen erleben lässt, denen sie in ihrem Alltag begegnen oder begegnen können, wie das Eingehen von Risiken oder die Einflussnahme durch Gleichaltrige, Medien und soziale Netzwerke.

* Um dieses Dokument leichter lesbar zu machen, wird die männliche Form als allgemeine Form benutzt, was in keiner Weise diskriminierend gemeint ist.

PROBLEMATIK

Jugend

Die Jugend ist ein sensibler Lebensabschnitt, in dem Verhaltensweisen, die die Gesundheit positiv oder negativ beeinflussen, initiiert werden können. In dieser Phase der Entwicklung gehen Jugendliche Risiken ein und testen gewisse Substanzen. Um gesundheitsschädlichem Verhalten vorzubeugen, sind daher Interventionen notwendig.

Die Jugend ist ausserdem ein Alter, in dem die jungen Menschen Verboten und Belehrungen ablehnend gegenüberstehen. Vor diesem Hintergrund macht eine Spielerfahrung, die ernsthafte und pädagogische Botschaften vermittelt, viel Sinn.

Konsumverhalten

Egal, ob es sich um Alkohol, Tabak, Cannabis oder neue Medien handelt - zwischen 11 und 15 Jahren findet das Ausprobieren statt. In dieser Zeit steigt auch die Häufigkeit des Konsums, von einem Ausprobieren über gelegentlichen bis zu intensivem Konsum. Die Eltern werden auch freizügiger was den Erwerb und den Gebrauch von Smartphones und Computern angeht. Neue Medien nehmen übrigens im Familienleben immer mehr Platz ein.

Anstieg des hauptsächlichen Konsums (der 11-15-Jährigen)

ALKOHOL

- Mindestens ein Mal probiert
- Mindestens ein Mal betrunken
- Konsum mindestens ein Mal pro Monat

TABAK

- Mindestens ein Mal probiert
- Gelegentlicher Konsum
- Regelmässiger Konsum
- Täglicher Konsum

CANNABIS

- Mindestens ein Mal probiert
- Konsum während der letzten 30 Tage vor der Befragung

NEUE MEDIEN

- Besitz eines Smartphones
- Nutzungsdauer
- Konten auf sozialen Netzwerken
- Missbrauch

Ziele

In Bezug auf die verschiedenen Stadien des Konsums der 11-15-Jährigen verfolgt *Escape addict* spezifische Zielsetzungen :

- Für die Nicht-Konsumenten : dieses Verhalten anerkennen und dazu ermutigen, es beizubehalten, um die Zahl der jungen Menschen zu reduzieren, die anfangen zu konsumieren oder um zumindest den Beginn des Konsums so weit wie möglich nach hinten zu verschieben
- Für die Gelegenheitskonsumenten : für die Risiken eines Party-Konsums sensibilisieren und verhindern, dass sie zu regelmässigen Konsumenten werden
- Für die Risiko-Konsumenten : sie an die verfügbaren Hilfsangebote heranführen

PROJEKT ESCAPE ADDICT

Ablauf

Wie in einem richtigen escape room werden die Schüler in ihrem Klassenzimmer « eingesperrt ». Wie kommen sie heraus? Es gibt nur einen Weg : sich im Team verschiedenen Herausforderungen stellen und es so gemeinsam schaffen, das Rätsel, in dem sich der Schlüssel zum Entkommen verbirgt, zu lösen. Wenn die wichtigsten Hinweise in diesem unterhaltsamen und lehrreichen Spiel entdeckt sind, folgt eine Phase des Austauschs und der Bündelung der Hinweise, die von einem Referenten der Gesundheitsförderung Wallis angeleitet wird. Aus dieser Bündelung der Hinweise ergibt sich schliesslich die Lösung und damit der Zugang zum « Schlüssel », mit dem man das Klassenzimmer verlassen kann. Doch Achtung, die Zeit läuft! Um mit seiner Klasse in der Rangliste ganz vorn zu liegen, muss man zusammenarbeiten, um möglichst schnell aus dem Klassenzimmer heraus zu kommen.

(HBSC, 2014)

Mehrere Süchte

In Übereinstimmung mit der neuen nationalen Strategie zur Prävention nichtübertragbarer Krankheiten (NCD) behandelt das Programm mehrere Süchte. Die Zielsetzung von *Escape addict* ist nicht nur, über die Risiken im Zusammenhang mit dem Konsum gewisser Substanzen zu informieren, sondern vor allem über die zugrunde liegenden Mechanismen, die für alle Abhängigkeiten, mit oder ohne Substanz, die gleichen sind.

Sozialkompetenz

Indem *Escape addict* die Jugendlichen Situationen erleben lässt, mit denen sie konfrontiert werden können, soll ihre Sozialkompetenz gestärkt werden. Sie erfahren, wie sie in bestimmten Situationen nein zu gewissen Substanzen sagen können, welche Risiken beim Party-Konsum oder missbräuchlichen Konsum bestehen und wie sie der Beeinflussung aus verschiedenen Quellen widerstehen können. 5 Aktionsfelder ermöglichen die Behandlung verschiedener Themen und regen zur Reflexion an.

Die 5 Aktionsfelder von *Escape addict*

EINGEHEN VON RISIKEN IM JUGENDALTER

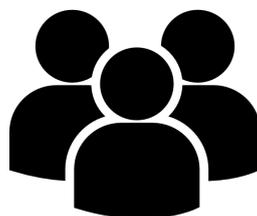
Der Konsum psychotroper Substanzen geht wegen der Gefahren, die er mit sich bringt, aber auch wegen der Anziehungskraft, die diesen Gefahren innewohnt, mit dem Begriff des Risikos einher.

ERWERB VON KENNTNISSEN

Jugendliche überschätzen den Prozentsatz der Gleichaltrigen, die konsumieren. Diesen falschen Vorstellungen muss man entgegenreten und den Jugendlichen das nötige Wissen vermitteln, um Beeinflussung zu widerstehen.

VOM GENUSS ZUR ABHÄNGIGKEIT

Wann und warum wird ein Party-Konsum problematisch, wann und warum beginnt man alleine zu konsumieren oder als Selbstmedikation?



KRITISCHES DENKEN

Jugendliche sind die Hauptzielgruppe von Werbung. Werbung ist dort platziert, wo die Jugendlichen sie am besten sehen. Werbung ist immer mehr präsent im Internet und den sozialen Medien, wo 94 % der Jugendlichen zwischen 12 und 19 Jahren ein Profil haben.

EINFLUSS DER PEERS

Der Konsum psychoaktiver Substanzen und der Missbrauch dieser Substanzen resultieren insbesondere aus dem Bedürfnis, den Gleichaltrigen zu gefallen und sich an die Identität einer Gruppe anzupassen.

Gemeinsames Erleben und Emotionen

Das Projekt *Escape addict* bietet eine spielerische, partizipative und interaktive Aktivität, um positive Emotionen (positiver Stress, Belohnung usw.) zu wecken und die Jugendlichen einzigartige Erfahrungen machen zu lassen, die sie mit ihren Kameraden teilen. Sie werden zu Akteuren dieser gemeinsam erlebten Prävention und sie werden die Botschaften zweifellos besser behalten, als wenn sie die Information in eher passiver Weise vermittelt bekämen.

Event-Prävention

Der originelle Event-Präventionsansatz basiert eher auf kurzfristigen Zielen aus dem Alltagsleben der Jugendlichen als auf der Kenntnis der Risiken oder der Krankheiten, die in der Zukunft auftreten können. Die Intervention basiert auf dem, was sie im Alltag erleben oder erleben werden und erleichtert eine langfristige emotionale Verankerung der präventiven Botschaften.

PERSPEKTIVEN

Chancengleichheit

Ziel dieses zweisprachigen Projekts ist es, alle jungen Walliser ein Mal im Lauf ihrer obligatorischen Schulzeit zu erreichen. Die 10. HarmoS-Klasse (13-14 Jahre) ist der passende Zeitpunkt, um das Thema Sucht zu behandeln.

Gamification scheint das ideale Medium zu sein, um bei den Schülern über die Mechanismen des Spiels Emotionen und Belohnungsgefühle zu wecken und sie zu gemeinsamem Handeln anzuregen. Sowohl Jugendliche, die an dieser Prävention interessiert sind, als auch sehr zurückhaltende Jugendliche, Mädchen wie Jungen usw. werden von der Dynamik des Spiels ergriffen und sind nach dieser Erfahrung mit den vermittelten Botschaften « imprägniert ». Durch die Spielform und im Hinblick auf die Chancengleichheit öffnet *Escape addict* die Türen zu den Sonderschulen, den Migrant-Klassen und verschiedenen Einrichtungen.

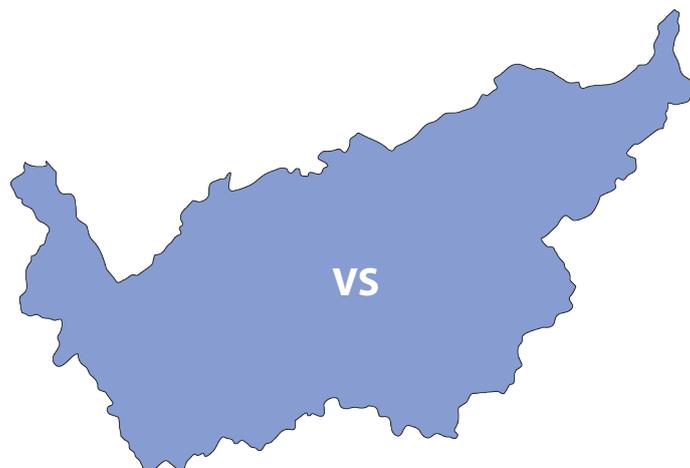
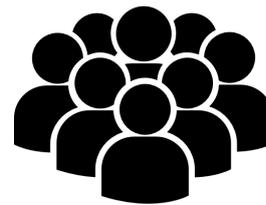
Langfristigkeit

Um die Intervention während des ganzen Schuljahres weiterzuführen, erhalten die Lehrer ein didaktisches Dossier, das Aktivitäten in Zusammenhang mit *Escape addict* enthält, die in das Jahresprogramm des Lehrplans (« Lehrplan 21 ») integriert sind. Damit haben die Lehrpersonen schlüsselfertige Tools, um im Lauf des Jahres die Themen des Projekts im Rahmen des Unterrichts noch einmal aufzugreifen.

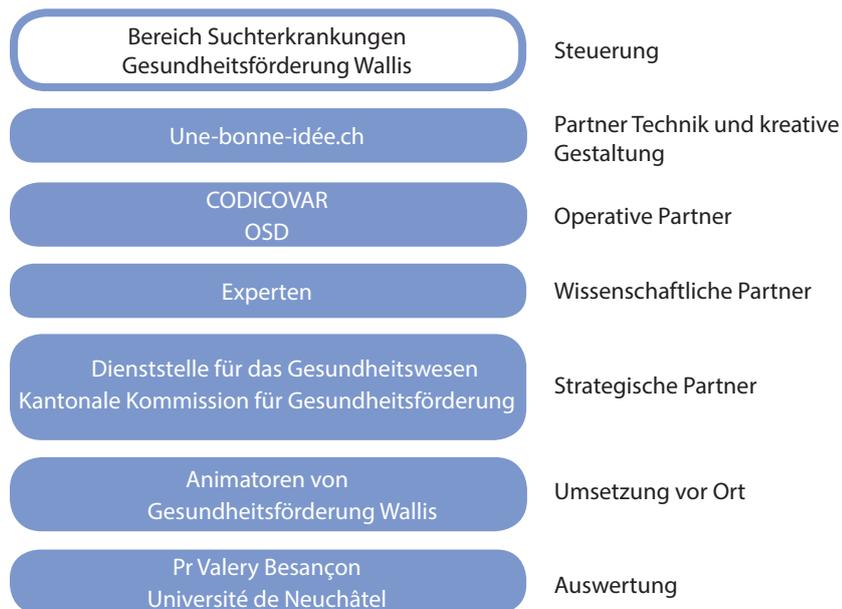
Durch das eindrucksvolle und aussergewöhnliche Erlebnis der Schüler wird die Thematik sicherlich in die Familien getragen, was den Eltern die Gelegenheit gibt, über diese Themen zu sprechen.

Anzahl der betroffenen Klassen	
Unterwallis	61
Mittelwallis	62
Oberwallis	36

3'000 erreichte Schüler pro Jahr



TRÄGER DES PROJEKTS



Steuerung des Projekts

Das Projekt wird getragen von Fachleuten aus den Bereichen Prävention und Sucht, die für Gesundheitsförderung Wallis und Sucht Wallis arbeiten. Sie steuern die strategischen, kreativen und technischen, operativen und wissenschaftlichen Aspekte sowie die Auswertung, und sie bringen ihr fachliches Know-how in Bezug auf Prävention und Animation ein.

Partner Technik und kreative Gestaltung

Die Agentur *Une-bonne-idée.ch* ist Spezialist für die Gestaltung von serious games und escape games. Sie verbindet die innovative und kreative Seite des Projekts mit der Technik des Spiels.

Wissenschaftliche Partner

Zwei externe Experten wurden aufgrund ihrer Kompetenz und ihrer Fachkenntnis mit der Beratung, Ausrichtung und Auswertung des Projekts beauftragt:

- Herr Jean-Claude Aymon, 11 Jahre lang Rektor der Schulen in Ayent und zurzeit Inspektor der obligatorischen Schulzeit bei der Walliser Dienststelle für Unterrichtswesen
- Dr. Daniel Cordonier, Psychologe, hat eine Doktorarbeit über die Wahrnehmung von Ereignissen im Zusammenhang mit dem Wohlbefinden bei Jugendlichen verfasst, er ist Autor mehrerer Romane und zurzeit Direktor der Studien- und Berufsberatung des französischen Wallis.

Operative Partner

Um die Durchführbarkeit des Projekts sicherzustellen,

die Schulen in den Prozess zu integrieren und Pilotschulen für die Entwicklungsphase zu finden, sind die CODICOVAR (Rektorenkonferenz der Sekundarstufe I im französischen Wallis) und die OSD (das Äquivalent für das Oberwallis) in das Projekt integriert.

Strategische Partner

Das Projekt gäbe es nicht ohne die grosszügige Unterstützung durch die Dienststelle für das Gesundheitswesen des Staates Wallis und die kantonale Kommission für die Gesundheitsförderung.

Umsetzung vor Ort

Ein speziell für das Projekt und das Thema Sucht durch die Gesundheitsförderung Wallis ausgebildetes Team von Animatoren lässt *Escape addict* in den Klassen zum Erlebnis werden, es sorgt für den richtigen Ablauf und dafür, dass die Präventionsbotschaften bei den Jugendlichen ankommen.

Auswertung

Eine externe Auswertung, die auf einem Social marketing-Ansatz beruht, wird von Prof. Valery Besançon, Professor an der Universität Neuenburg, nach einem Jahr durchgeführt. Die Auswertung erfolgt in Bezug auf drei verschiedene Zielgruppen/ Settings: die Animatoren, die Schüler (direkt und 1 Monat nach der Intervention) und die Schulen. Verschiedene Aspekte werden ausgewertet: die Relevanz der Methode, die Wahrnehmung der Botschaften sowie die Handhabbarkeit und die Attraktivität des Tools. Darüber hinaus wird das Tool selbst Informationen zur Anzahl der Schüler, der verbrachten Zeit pro Thema usw. geben.

KONKRETES FÜR DIE SCHULEN

Escape addict findet in 2 aufeinanderfolgenden Unterrichtsstunden statt, angeleitet von Fachleuten, die in der Animationstechnik und den Themen von *Escape addict* ausgebildet sind. Der Ablauf des Spiels ist an Klassenzimmer angepasst, aus denen das Mobiliar entfernt werden kann, neben der von den Animatoren mitgebrachten Ausrüstung ist keine weitere technische Ausrüstung erforderlich.

Am Ende von *Escape addict* findet eine gemeinsame Diskussion und ein Zusammenführen der Ergebnisse dieses lehrreichen Spiels statt, die vom Animator der Gesundheitsförderung Wallis angeleitet wird. Dieses Debriefing sichert ab, dass die Präventionsbotschaften bei den Schülern angekommen sind, Fragen können beantwortet werden und die Schüler werden über existierende Hilfsangebote informiert.

Auf Wunsch können auch Informationsabende organisiert werden, damit die Lehrer oder die Eltern der Schüler *Escape addict* testen können und so erfahren, was die Jugendlichen erleben werden.

ZUSAMMENGEFASST

Positionierung

- Innovatives Projekt, das der Schuldirektion genauso gefallen wird wie den Schülern
- Serious game, das die ernste, pädagogische und informative Absicht der Prävention mit den spielerischen Elementen des Escape Room kombiniert
- Spielerische, partizipative Aktivität, die auch sehr zurückhaltende Schüler gefangen nimmt, indem sie sie zu Akteuren dieses Präventionsspiels macht
- Spiel, das sich auf Technik stützt (Tablets): ein gutes Mittel, um die Aufmerksamkeit der Jugendlichen zu gewinnen
- Chancengleichheit für alle Schulniveaus, beide Geschlechter und für alle Schulen des Kantons
- Prävention, die auf der Alltagswirklichkeit der Jugendlichen und auf kurzfristigen Folgen basiert
- Durchhaltevermögen und über sich Hinauswachsen: Die Lösung erhält man durch Teamarbeit und durch die gemeinsame Auswertung der Hinweise, motiviert durch den Wettkampf zwischen den Klassen

Wissenschaftliche Grundlagen und Expertise

- Profitiert von den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen auf dem Gebiet der Prävention und des Konsums der Jugendlichen
- Basiert auf der Auswertung der vorhergehenden Projekte

HAUPTQUELLEN

Addiction Suisse, (2015). *Tout va bien ? Consommation de substances psychoactives et utilisation des nouveaux médias par les 13-15 ans.*

Archimi, A., Delgrande, M., Marmet, S., & Windlin, B., (2015). *Résumé détaillé du rapport de recherche No 75 : Consommation de substances par les écoliers en Suisse en 2014 et tendances depuis 1986.*

Cipolla, C., (2015). *La prévention scolaire à Addiction Valais : état des lieux pour le niveau cycle d'orientation* (Mémoire de Certificat en Promotion de la santé et santé communautaire). Université de Genève.

CIPRET-Vaud, (2014). *Observatoire des stratégies marketing pour les produits du tabac en suisse romande : Résultats de l'étude.*

Cottagnoud, S., Dubuis, A., Moulin Roh, C., & Tuyiragize, M.-H., (2017). *Concept théorique, planification de projet et revue de la littérature : Programme de sensibilisation aux addictions pour les élèves de secondaire I.* (59 pages)

Laventure, M., Boisvert, K., & Besnard, T., (2010). *Programmes de prévention universelle et ciblée de la toxicomanie à l'adolescence : recension des facteurs prédictifs de l'efficacité.* *Drogues, santé et société* 91: 121–164. DOI: 10.7202/044871ar

Office Fédérale de la Santé Publique (OFSP), 2015. *Stratégie nationale addictions 2017-2024.*

Office Fédérale de la Santé Publique (OFSP) et Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS), 2016. *Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles (stratégie MNT) 2017–2024.*

Peterson, R. (2014). *Meilleures pratiques de prévention des toxicomanies en milieu scolaire.* Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière.

Pommereau, X., (2016). *Le goût du risque à l'adolescence : le comprendre et l'accompagner.*

Waller, G., Willemse, I., Genner, S., Sutr, L., & Süss, D., (2016). *JAMES – Jeunes, activités, médias – enquête Suisse.* Zurich: Haute école des sciences appliquées de Zurich

www.HBSC.ch



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis

KONTAKT

Gesundheitsförderung Wallis, 027 329 04 29

Herr Jean-Bernard Moix
Direktor Gesundheitsförderung Wallis
direction@psvalais.ch

Frau Catherine Moulin-Roh
Leiterin Bereich Gesundheitsförderung
catherine.moulinroh@psvalais.ch

Dr. rer. soc. Alexandre Dubuis
Leiter Kommunikation & Sucht - CIPRET
alexandre.dubuis@psvalais.ch



FONDATION ISABELLE

Hafen