



druckfrisch



Jahre teenex e. V.

Jubiläumsausgabe

← Rückblicke & Ausblicke →



Herausgeber:

teenex e. V.
Thulestraße 4, 13189 Berlin
Telefon: 030 / 47 03 33 52
Funk: 0172 / 936 08 38

druckfrisch@teenex.de
<http://www.teenex.de>

Lektorat:

Anna Kerkel

Gestaltung:

Katharina Hamann

V.i.S.d.P. Corinna Unser –
Geschäftsführerin teenex e. V.

teenex e. V. ist Mitglied im Deutschen
Paritätischen Wohlfahrtsverband
und beteiligt sich an der Initiative
Transparente Zivilgesellschaft.



teenex ist die Abkürzung für: teenager experience – d.h. soviel wie, Jugendliche erfahren, erleben. teenex will Jugendliche unter dem Slogan »It's cool to be clean« zu einem drogenfreien Leben ermutigen und ihnen Lebenskompetenzen vermitteln.

teenex wurde von der britischen Organisation »Positive Prevention Plus« entwickelt. Es ist das Ergebnis jahrelanger Praxiserfahrung in der Drogenhilfe und -prävention. Seit 1993 läuft das Programm auch in Deutschland. Im Rahmen eines 3½-jährigen Bundesmodellprojektes wurden teenex-Camps in fünf verschiedenen Bundesländern durchgeführt.

Seit dem 12. Juni 1999 ist der teenex e. V. ein selbständiger Verein. teenex e. V. ist als gemeinnützig anerkannter Verein, der fast ausschließlich vom Engagement ehrenamtlich tätiger Jugendlicher und Erwachsener lebt, für jede Art der Unterstützung dankbar.

Bank für Sozialwirtschaft
BIC BFSWDE33BER
IBAN DE36 1002 0500 0003 3075 00

Hier arbeiten wir, hier findet Ihr uns!



Liebe Leser,

15 Jahre teenex e. V. gibt es zu feiern – da darf eine Jubiläumsausgabe natürlich nicht fehlen!

Und wie bisher bin ich auch in dieser besonderen *druckfrisch* für ein paar einleitende Worte verantwortlich. Diesmal aber möchte ich meine eigene Geschichte mit teenex zum Thema machen, die wie bei vielen teenexern mit einem Camp begann. Dabei ist es aber nicht geblieben und so spielt der teenex-Verein nun schon sehr viele Jahre eine bedeutende Rolle in meinem Leben. Es wäre vielleicht etwas übertrieben zu sagen, er hat mich zu dem Menschen gemacht, der ich heute bin. Aber definitiv haben mich die Erfahrungen, die ich mit dem Verein machen durfte, geprägt. Begonnen hat alles mit einem Camp-Flyer, der an meine Klassenkameraden und mich von einer Lehrerin verteilt wurde. Das war vor zehn Jahren. Der Flyer klang sehr vielversprechend. Ich meldete mich an und landete im Oktober 2004 in meinem ersten teenex-Camp. Es war eine überraschende Woche – überhaupt nicht wie erwartet. Aber unvergesslich!

Doch bevor ich aktives Vereinsmitglied wurde, vergingen zwei Jahre. Dann bekam ich einen Anruf, dass noch Gruppenleiter für das nächste Camp gesucht wurden. Meine Antwort war ganz klar: „Auf gar keinen Fall!“ Ich war nicht der Typ dafür. Ich war still und schüchtern und habe es gehasst, vor Leuten zu stehen. Referate waren ein Graus. Aber manchmal muss man zu seinem Glück gezwungen werden – ich ließ mich überreden und bin damit über meinen eigenen Schatten gesprungen. Klar war das erste Mal sicher keine Glanzleistung, aber ich bin mit dem Gefühl nach Hause gefahren, etwas geschafft zu haben – mehr als ich mir vorher hätte vorstellen können. Ich bin danach noch das ein oder andere Mal als Gruppenleiter oder Assistent ins Camp gefahren – und mit jedem Mal bin ich ein kleines Stückchen mehr gewachsen.

Zu der Zeit habe ich auch das Angebot angenommen, an den Theaterauftritten teilzunehmen. Auf der Bühne zu stehen und Theater zu spielen war ganz sicher KEIN Kindheitstraum. Und ich habe in der Zeit auch ganz sicher nicht mein verborgenes Schauspielertalent gefunden. Aber ich habe wieder die Chance bekommen (und sie ergriffen), mich selbst herauszufordern. teenex wurde mit der Zeit eine feste Größe in meinem Leben:

Camps, dazu Multiplikatorenschulungen, Mitgliederversammlungen, teen-active-Aktionen, das teenex-Theater, die *druckfrisch*-Redaktion und schließlich der Vorstand, in den ich vor fast vier Jahren gewählt wurde. Der Verein hat mich all die Jahre begleitet, mich unterstützt und geprägt. Und die wichtigste Erkenntnis aus all den Jahren bleibt ein Leben lang: Mut zu haben, etwas zu wagen ... Es lohnt sich!

Im letzten Jahr bin ich aus Berlin weggezogen und damit musste ich viele Dinge aufgeben. Ich kann nicht mehr am Alltag des Vereins teilnehmen und habe aus persönlichen und beruflichen Gründen kaum noch Zeit, mich zu engagieren. Von daher wird dieses Vorwort leider mein letztes sein ... Seid gespannt, wer euch in der nächsten Ausgabe begrüßt!

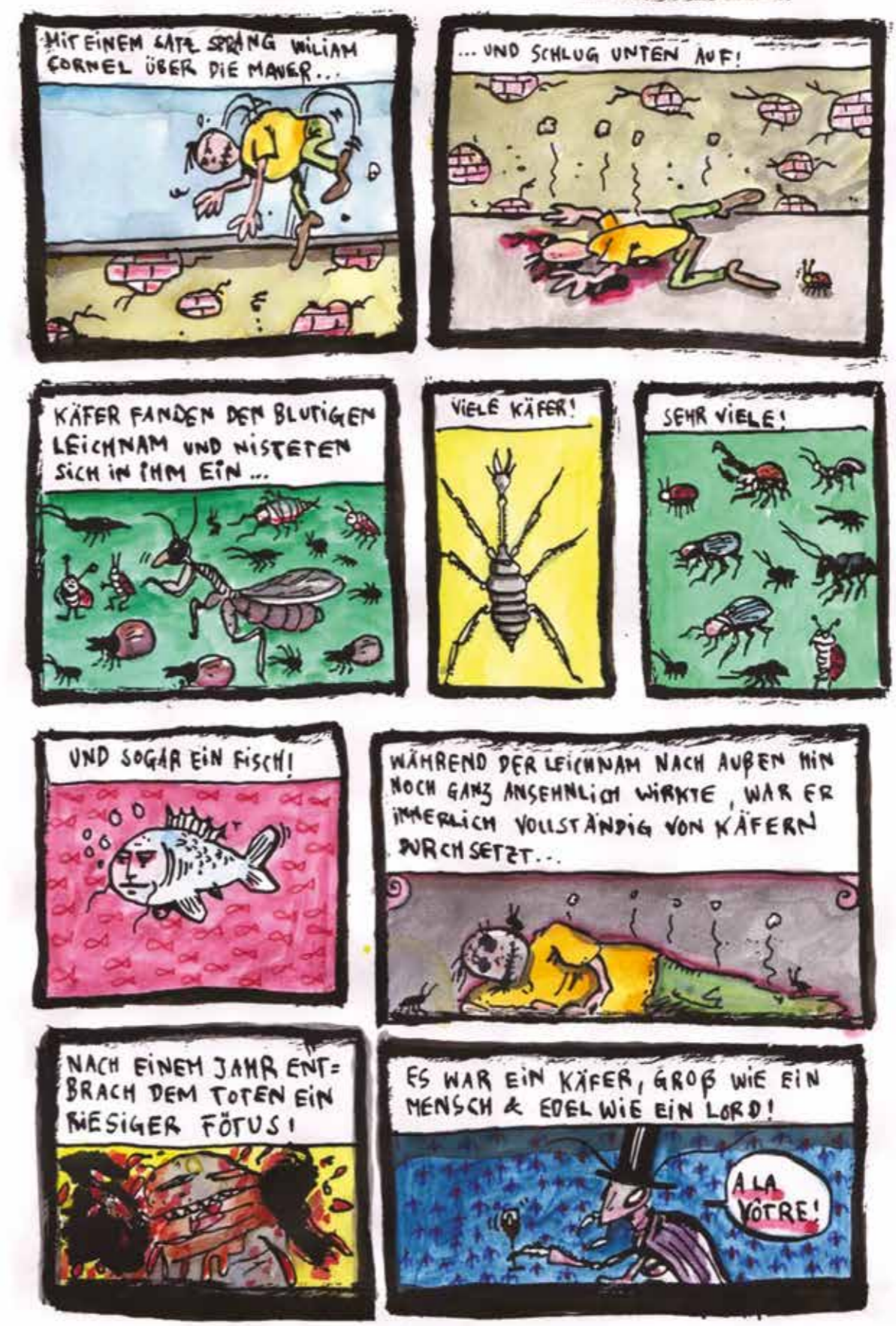
Wer meine bisherigen Vorworte kennt, weiß, dass ein kurzer Überblick über den Inhalt der Zeitung nicht fehlen darf. Drei Artikel möchte ich diesmal herausgreifen: Die Titelstory gibt eine schöne Zusammenfassung – nicht nur über die letzten 15 Jahre, sondern auch über die ganze Entstehungsgeschichte des Vereins viele Jahr zuvor. teen-active berichtet über die tollen Unternehmungen, die mit den Jugendlichen regelmäßig stattfinden. Und das sich ausbreitende Phänomen der Mediensucht sowie Erkennungszeichen und Hilfestellung zu einem verantwortungsbewussten Umgang mit PC, TV, Tablet und Smartphone werden in der Rubrik „Aus Theorie und Praxis“ beschrieben.

Noch ein letztes Mal von mir: „Viel Spaß beim Lesen!“ ■



Liebe Leser Anna Schmok	3
Comic Der Lord und die Geburt RR	5
Titelstory 15 Jahre teenex e. V. und wie alles begann Corinna Unser - Geschäftsführerin des teenex e. V.	6
teen-active Januar 2014 - Frostiger Spaß im Erika-Heß-Eisstadion Februar 2014 - Wir wollen ganz hoch hinaus ... Stephan Usung April 2014 - Osterbasteln April 2014 - Osterbrunch Natalie Renou Mai 2014 - Buttonherstellung Sylvia Momme-Göbel	14
In eigener Sache Große Freude bei der Spendenübergabe durch den Tagesspiegel am 17. April 2014 Natalie Renou	18
Die Nicht-Kolumne Über Drogen und Rausch Robert Reich	19
Aus Theorie und Praxis Internet- und PC-Spiel-Abhängigkeit Natalie Renou	20
Lifestyle Tiefe Wurzeln Holger Vowinkel	22
Junge Autoren Du läufst über den nassen Asphalt Marina Vowinkel	24
Leserbriefe Stimmen der Jugendlichen und Eltern zum teenex Camp	26

DER LORD UND DIE GEBURT



FINKI

15 Jahre teenex e. V. und wie alles begann

Am 12. Juni 2014 besteht unser Verein inzwischen seit 15 Jahren. Jahre, die nicht einfach am Tag X begannen, sondern einen langen Vorlauf hatten. Jahre, die von Höhepunkten und Niederlagen bzw. kritischen Situationen geprägt waren und sind. Den Verein zu gründen, war eine logische Schlussfolgerung aus vielen Jahren Ehrenamt – mit vielen Menschen, die etwas im Leben bewegen wollten. Jahre, die untrennbar mit meiner eigenen Entwicklung verknüpft sind. Jahre, die unser aller Leben entscheidend beeinflusst haben. Und davon will ich auszugsweise berichten.

Als im Jahr 1992 mein damaliger Arbeitgeber pad e. V. seine pad-europe-Touren durchführte und sich mit verschiedenen Konzepten der Prävention und Therapie in Europa vertraut machte, lernten wir in London Ann und Peter kennen, die den Mitarbeitern des pad e. V. ihr teenex-Programm vorstellten. Dieses Projekt weck-

setzt. Selbst unsere Arbeitsblätter bekamen wir damals handschriftlich, weil sie schnell noch übersetzt worden waren. Damit war aber auch klar, dass die Gruppenleiter (u. a. auch ich) keinerlei Vorbereitungszeit hatten und alles mal schnell aus dem Handgelenk schütteln mussten.

Trotz dieser mangelhaften Professionalität sind wir alle unglaublich gestärkt aus dem Camp nach Hause gegangen, und als wir uns nach sechs Wochen mit fast allen Teilnehmern noch einmal



trafen, war uns klar, dass das nicht das letzte Treffen war. Und so entstand die erste teenex-Initiativsitzung, die wir für viele Jahre beibehalten haben und die sich zu einem wichtigen Gremium von teenex entwickelte. Aber was noch wichtiger war, wir wollten ein nächstes Camp! Für uns war zu diesem Zeitpunkt die teenex-Idee unmittelbar an die Camps gebunden. Ann und Peter hatten zwar immer gesagt, dass damit noch mehr

ten Fällen verhalten sollten. Einerseits gab es sehr eindeutige Regeln, andererseits hatten wir überhaupt keine Erfahrung, wie wir mit Ausnahmesituationen und Regelverstößen umgehen sollten. Wir trafen damals konsequente Entscheidungen, die heute noch teenex-Camps begleiten.

Während wir uns am Anfang noch starr an den Programmablauf von teenex festhielten, wurden wir mit jedem Camp sicherer und konnten uns auf gruppendynamische Prozesse konzentrieren. Wir stellten fest, dass nicht alles, was in England funktionierte, einfach auf deutsche Verhältnisse übertragbar war. Einzelne Programmbestandteile, die nicht die Programminhalte betrafen, wurden von Camp zu Camp modifiziert und adaptiert bzw. verändert. Immer wieder gab es Situationen, die teilweise kleine, aber sehr intensive Veränderungen in ein Camp brachten, wie folgende Beispiele verdeutlichen sollen:

Die Jugendlichen bekommen während der Woche viele kleine, den Prozess unterstützende Requisiten. Unter anderem bekommen sie auch sogenannte „Hugs not drugs“-Buttons (Umarmungen statt Drogen), die im Verlauf der Woche aus-

den Tisch“ kamen, wurden die Sitzungen entsprechend erweitert und haben jetzt eher Supervisions-Charakter.

Die bereits ab dem dritten Camp eingeführte Talkrunde mit Süchtigen ist im englischen Programm nicht vorgesehen. Die authentischen Berichte Betroffener aus Therapieeinrichtungen und deren selbst vorgetragenen Lebensgeschichten berühren die Teilnehmer weitaus mehr. Da die Talkrunde von betroffenen Jugendlichen gestaltet wird, können sich die jugendlichen Teilnehmer viel eher damit identifizieren und somit kommt das Konzept von Jugendlichen für Jugendliche wesentlich besser zum Tragen.

Ann und Peter - Gründer des teenex-Programms



Die ersten zwei teenex-Camps in Deutschland - Strausberg März 1993

te unser Interesse, und so geschah es, dass ich bei dem ersten teenex-Camp in Deutschland teilnahm, welches im März 1993 in Strausberg stattfand.

Das erste Camp war von so vielen Schwierigkeiten und großer Unwissenheit geprägt, dass ich mich noch heute darüber wundere, dass es trotzdem erfolgreich endete. Da Ann und Peter das Camp leiteten, fand natürlich alles in englischer Sprache statt und wurde simultan über-

verknüpft werden müsste, wir konnten aber zu diesem Zeitpunkt noch nicht allzu viel damit anfangen.

Also ging's los. Anträge schreiben und überlegen, wo kommt das nötige Geld her? Zum Glück gab es damals das AFT-Programm zum Aus- und Aufbau freier Träger in den neuen Bundesländern. Dort beschafften wir anfangs die nötigen Mittel für teenex und schon bald fand unser erstes selbst organisiertes teenex-Camp statt.

Es war geprägt von viel Aufregung, Zwischenfällen, schlaflosen Nächten und immer wieder den Fragen, wie wir uns in bestimm-

gegeben werden. Anfangs war es so, dass ihnen die Buttons einfach angeheftet wurden. An einem Tag aber, an dem es richtig Stress und Frust gegeben hatte, beschlossen wir, diese Umarmung nicht nur symbolisch zu verteilen. Wir gingen also gezielt in die kleinen Gruppen (die sonst übrigens nie von den Teamern aufgesucht werden) und sagten den Jugendlichen, dass wir sie jetzt gern umarmen würden, um ihnen zu zeigen, wie viel besser man sich nach so einer Umarmung fühlen kann. Wir stellten fest, dass es einerseits hilft, Berührungängste abzubauen, und andererseits die Teilnehmer eine gewisse Geborgenheit und Nähe empfanden, die sie sehr gerne annahmen.

Unsere ersten Teamsitzungen beschränkten sich darauf, mit den Arbeitsgruppenleitern und Assistenten den nächsten Tag durchzugehen und nur die allergrößten Probleme abzufragen. Später, als immer mehr Probleme in den kleinen Gruppen „auf-

Irgendwann entschlossen wir uns, mit einem Vorwochenende zu beginnen, welches nicht nur den formalen Dingen genügen sollte (wie den Gruppen genügen sollte (wie den Gruppen genügen sollte, Zimmer verteilen, Jugendliche in Gruppen aufteilen); es sollte auch eine Auseinandersetzung mit dem Programm, seinen Inhalten und der Philosophie von teenex beinhalten. Damals begannen wir mit den ersten Schulungen unserer Multiplikatoren.

Nachdem einige Camps mit unterschiedlicher finanzieller Unterstützung verschiedener Stiftungen durchgeführt worden waren, wurde es immer schwerer,

Gelder für die Camps zu organisieren. Wir sahen, was wir mit den teenex-Camps erreichten, aber wir wussten noch nicht genau wie. So kamen wir auf die Idee, teenex als Modellprojekt fortzuführen. Wir hofften, zusammen mit einer wissenschaftlichen Begleitung, einerseits noch mehr Jugendliche zu erreichen, andererseits endlich mehr Wissen bezüglich „Ursache und Wirkung“ von teenex zu erhalten.

Jeder, der im Sozialbereich tätig ist, weiß, wie viele Vorgespräche, konzeptionelle Arbeit und Bürokratismus mit der Beantragung einer Modellförderung verbunden sind. Wir hatten das Glück im (damals noch) Bonner Ministerium für Jugend & Familie auf verständige Ohren zu stoßen und damit schafften wir alle weiteren Hürden. Ein weiterer Glücksfall für

An dieser Stelle möchte ich einige weitere Änderungen nennen:

Die Wuschelgeschichte und die IBLUKE-Geschichte, die bis dahin nur vorgelesen wurden, arbeiteten wir zu Hörspielen um und nahmen diese auf. Durch die Aufnahme als Hörspiel konnte die Wirkung dieser wichtigen Programmbausteine verstärkt werden.



Hörspielaufnahme Wuschelgeschichte

Hörspielaufnahme Wuschelgeschichte



Abschlussshow des 8. teenex-Camps - Lindow 1995

uns war, als das Deutsche Jugendinstitut den Zuschlag zur wissenschaftlichen Begleitung dieses Projektes bekam und so begann 1996 eine neue Ära für teenex.

Im Verlauf der Modellförderung wurden damals unzählige Gespräche und Telefonate geführt, viel Papier beschrieben, Tonbänder abgehört und es fanden viele Treffen zwischen Berlin und München statt. Die persönliche Teilnahme an den Camps (mit Teilnehmerstatus) und die überaus konstruktive Mitarbeit des DJI machte es uns möglich, uns noch intensiver mit dem Programm, seinen Zielen und Intentionen auseinanderzusetzen. Das Resultat dieser konstruktiven Zusammenarbeit schlug sich in einer kontinuierlichen Veränderung und Verbesserung des teenex-Programms nieder.

Eine bedeutende Veränderung betrifft den Umgang mit dem Thema Rauchen. Neben einer intensivierte Auseinandersetzung auf verschiedenen Ebenen versuchen wir immer wieder, Teilnehmer zu motivieren, während der letzten Tage das Rauchen einzustellen und ihre „Unabhängigkeit“ zu demonstrieren.

Eine weitere Veränderung fand in der Modifizierung der Sexualitätsrunde statt, die heute Freundschaft, Liebe und Sexualität heißt und damit das ganze Spektrum der Fragen in der Pubertät umfassen kann.

Eine bedeutsame Veränderung im teenex-Programm war die Aufnahme eines völlig neuen Programmbausteins: der sekundärpräventive Bestandteil Risikokompetenz. Es ist auch heute noch davon auszugehen, dass im Sinne der Sekundärprävention auch Aspekte der Schadensbegrenzung, „harm reduction“ zu verfolgen sind. Damit geben wir den Jugendlichen die Chance, über relevante Themen zu reden und sich selbst damit auseinanderzusetzen. Das kann z. B. in Form von Rollenspielen, Talkrunden und Videofilmen geschehen. Wir sind immer wieder erstaunt, von welcher Seite das Thema angepackt wird und wie Jugendliche Risikokompetenz verstehen.

Eine weitere Verbesserung, an der wir heute noch arbeiten, sind die Multiplikatorenschulungen. Sie finden inzwischen übers Jahr verteilt statt, vermitteln spezielles Wissen und sollen die Multiplikatoren auf die Anforderungen im Camp vorbereiten.

Wir können heute sagen, dass sich im Laufe der Zeit zunehmend mehr Jugendliche an dem Projekt beteiligen, die darauf brennen, etwas für sich und andere zu tun. Viele Jugendliche berichten nach der Teilnahme an einem teenex-Camp, in dem sie eine Woche lang von der Außenwelt weitestgehend abgeschirmt waren, dass sie sich selten zuvor so wohlgefühlt hätten. Sie hätten Erfahrungen gemacht, die sie aus ihrem Alltag nicht kennen würden. Gegenseitige Achtung, Akzeptanz, Solidarität, Vertrauen, Offenheit, Ehrlichkeit, Toleranz, Gewaltlosigkeit und Liebe hätten sie im Alltag so noch nicht finden können. Sie fühlten sich zum ersten Mal ernst- und mit ihren Problemen angenommen. Wir haben in keinem der Camps erlebt, dass sich Teilnehmer

darüber beschwert hätten, dass es keine Fernsehabeende gäbe oder andere „Betäubungsmittel“ fehlen würden.

Ich möchte an dieser Stelle einen Ausschnitt aus unserem Hörspiel Die Wuschelgeschichte wiedergeben (zum besseren Verständnis: Wuschel symbolisieren Streicheleinheiten, die Menschen durch Lob, Achtung, Zuwendung, Aufmerksamkeit, Toleranz, Wahrhaftigkeit, Liebe usw. anderen von Herzen schenken): „... wir können nur hoffen, dass sich auch die Erwachsenen wieder an die Zeit erinnern, in der sich jeder wohl und lieb gehabt fühlte, weil es warme Wuschel in Hülle und Fülle gab. Wann werden wir endlich beginnen, so viele Wuschel zu verschenken, wie jeder braucht? Fangen wir doch heute schon damit an!“

Nach Beendigung des Bundesmodellprojektes sollte das teenex-Programm eigentlich in der Versenkung verschwinden – in Gesellschaft anderer „abgelegter“ Modellprojekte. Das wollten damals viele der Jugendlichen und Erwachsenen nicht hinnehmen und gründeten darum am 12. Juni 1999 den „teenex e. V. – Jugendliche für ein selbstbestimmtes Leben ohne Drogen“ auf einem Dampfer der Weißen Flotte während einer fünfstündigen Fahrt.

Von 1999 bis zum Ende des Jahres 2002 arbeiteten wir rein ehrenamtlich. Wir hatten mehrfach die Möglichkeit, in Zusammen-

arbeit mit dem Jugendamt Landkreis Dahme-Spreewald und dem Kinderschutzbund in Bonn, mehrere teenex-Camps durchzuführen. Leider schlugen auch hier die Einsparungen im Präventionsbereich zu, sodass wir gezwungen waren, umzudenken.

Weiterhin machten wir uns immer wieder Gedanken, wie wir die Philosophie unseres Vereins bewahren und im Alltag umsetzen konnten. Welche Möglichkeiten hatten wir, unsere Mitglieder zu erreichen, die inzwischen älter waren und sich in allen möglichen Ecken des In- und Auslandes aufhielten? Was können wir außer den Camps noch anbieten? Eine

Wuschel aus einem teenex-Camp



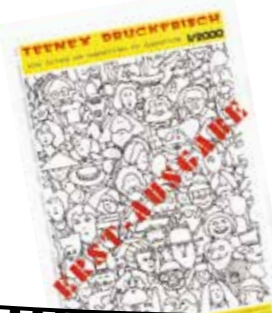
von vielen Antworten war auf jeden Fall die Initiierung unserer Vereinszeitung *druckfrisch*.

Trotzdem uns der Senat immer wieder sein Interesse an dem teenex-Programm signalisierte, kam keine Förderung zustande. Also fingen wir an, das zu machen, was einzelne Mitglieder von „Berufswegen“ bei anderen Trägern machten – wir bündelten unsere Kompetenzen und begannen am 1. Januar 2003 mit den ambulanten Hilfen und mieteten dafür erstmals ein Büro in Pankow an. Die Qualität unserer Arbeit gab uns recht, und so konnten wir wachsen, neue Mitarbeiter einstellen und bereits zwei Jahre später weitere Räumlichkeiten anmieten.

Ab jetzt begann die eigentliche Arbeit. Die Räumlichkeiten versetzten uns in die Lage, neben der Betreuung von Jugendlichen und deren Familien auch originäre Vereinsarbeit zu leisten. Endlich konnten wir Themenabende, Theaterworkshops und vieles mehr anbieten. Schließlich hatten wir nun die Möglichkeit, in eigenen Räumlichkeiten Mitgliederversammlungen und Vorstandssitzungen durchzuführen.

Im Verlauf der letzten 15 Jahre haben wir viele Höhepunkte erlebt, aber auch Kritisches durchstehen müssen, wovon ich hier nur einiges exemplarisch in Erinnerung bringen möchte.

Q 1/2000 – Unsere erste Vereinszeitung entstand und berichtete gleich über eine verlorene Raucher-Wette und einen Fallschirmsprung



Q 2/2000 – Wir hatten eine Einladung zum damaligen Bundespräsidenten Johannes Rau im Schloss Bellevue

Q 3/2000 – Unser erster richtiger Theaterauftritt mit dem selbst geschriebenen Stück: EinBlick in den Augenblick



Theaterauftritt im Bezirksamt Marzahn/ Hellersdorf - 2000

Q 4/2000 – Unsere erste Homepage entsteht und geht ins Netz

Q 2/2001 – Ghanaischer Trommelworkshop mit großer Beteiligung; Durchführung unseres ersten Open Space

Q 3/2001 – Besuch von zwei teenex-Mitgliedern an einem Wochenende bei Ann und Peter in London

Q 1/2002 – Mitbegründen der Gesellschaft Synergie GmbH (zusammen mit dem Kietz für Kids e. V.) zum Zwecke gegenseitiger Synergie-Effekte; Beginn der Multiplikatorenschulungen

Q 2/2002 – Teilnahme am Kino-Talk zum Thema Drogen (CDU, Bündnis 90 die Grünen, BND und teenex e. V.)

Q 3/2002 – Teilnahme von deutschen teenexern an einem britischen teenex-Camp; gemeinsame Feier zum 15. Geburtstag von TEENEX in Großbritannien

Q 4/2002 – Anmietung des ersten eigenen Büros (bis dahin haben wir die Vorstandssitzungen in den unterschiedlichsten Wohnzimmern abgehalten und die Mitgliederversammlungen oder andere Projekte/Aktivitäten in den Räumlichkeiten des damaligen Vorstandsmitgliedes Karsten Heyer und des Kietz für Kids e. V.)

Q 1/2003 – Durchführung von teenCel – zehn Jahre teenex in Deutschland, wozu auch unsere englischen Freunde eingeladen sind

Q 3/2003 – Wir nehmen teil an einer großen SpreeDemo gegen Kürzungen im Kinder- und Jugendbereich

Q 1/2004 – Einladung zu einer Anhörung im Abgeordnetenhaus Berlin zum Thema Freigabe von Cannabis

Q 2/2004 – Unseren fünften Vereinsgeburtstag begehen wir wieder auf einem Dampfer; wir dürfen im Lions Club Wuhletal teenex und unsere Camps vorstellen; wir treten mit unserem Theaterstück bei der Abschlussveranstaltung Be smart – don't start in der Viadrina in Frankfurt/Oder auf

Q 4/2004 – Treffen zu einem Kreativwochenende in Ducherow

Q 1/2005 – Wir mieten unser nächstes Büro an, damit wir unser Engagement erweitern können

Q 2/2005 – Wir führen für Mitglieder und Klienten ein erstes kleines Mini-Ferien-Camp in Roddan durch; eine teenexerin fliegt zu einem Auslandspraktikum nach Chile, von dem sie uns regelmäßig berichtet

Ferien-Camp in Roddan - 2006



Q 3/2005 – Erstmals fahren unsere Mitarbeiter zu einem Team-Wochenende auf die Insel Usedom, um die Zusammenarbeit zu fördern und sich auch außerhalb der Arbeit besser kennenzulernen



Q 1/2006 – Zwei teenexer überqueren den Ozean, um sich eine Therapieeinrichtung auf Kuba anzuschauen und zu sehen, was wir von den Kubanern lernen können; unsere chilenische Praktikantin vertritt uns auf der PRIDE-Konferenz in Orlando/Florida (von dieser Konferenz, die jährlich stattfindet, stammt unser Pride-Song Love in any language)

Zwei teenexer auf Kuba - 2006



erster Open Space - 2001

Kino-Talk - 2002

Mitgliederversammlung im Kietz für Kids - 2002

Q 2/2006 – Auf der Mitgliederversammlung wird erstmals eine Änderung des Vorstandes vorgenommen und die ehemalige Vorstandsvorsitzende zur Geschäftsführerin berufen; unser teen-aid-Team erprobt auf der Kieler Woche, wie es ist, auf engstem Raum (Segelschiff) zusammen zu sein

Q 3/2006 – Wir fahren erneut mit Mitgliedern und Klienten in unser kleines Mini-Ferien-Camp nach Roddan

Q 1/2007 – Wir nehmen mit unserem teenex-Musiktheater am Fachtag der Suchtprävention im Rathaus Pankow teil, erhalten dort Standing Ovationen und außerdem die Auszeichnung Ausgewählter Ort 2007, die uns im Rahmen der Kampagne Deutschland – Land der Ideen verliehen wird

teen-sail - 2007

Q 2/2007 – Durchführung der Fachtagung Entwöhnung unter Palmen mit unseren kubanischen Freunden; Feier des achten Vereinsgeburtstages im Zusammenhang mit der Auszeichnung Ausgewählter Ort 2007



Tour de Müritz mit Mitgliedern und Klienten - 2008

teenex-Musiktheater beim Fachtag der Suchtprävention im Rathaus Pankow - 2007



Q 3/2007 – Der Vorstand erhält in der Mitgliederversammlung die Erlaubnis, einen großen Kredit aufzunehmen und damit das Gutsschloss Blossin für den Verein zu erwerben; in diesem Schloss soll eine Therapieeinrichtung für Jugendliche entstehen (für diesen Kredit haften drei teenexer mit ihrem persönlichen Besitz)

Q 1/2008 – Eine Spenderin aus Bonn (Angelika Stollfuß von Korff) und Fan von teenex lobt für unseren Verein einen Kreativpreis aus und bringt damit etwas Geld in unsere Kasse

Q 2/2008 – Erscheint unsere letzte druckfrisch in diesem Jahr, da sich unsere Ehrenamtler mittlerweile vor Arbeit nicht retten können; wir unternehmen mit Mitgliedern und Klienten eine Sommerfahrt, die Tour de Müritz; das teen-aid-Team befasst sich auf seiner jährlichen Teamfahrt in den Harz mit dem Leitbild und der Philosophie des Vereins und unserer Arbeit

Q 2/2009 – Mit dieser Ausgabe ändern wir auf Wunsch der Mitglieder das Format unserer Zeitung von DIN A4 auf DIN A5, damit es besser in die Tasche passt; wir begehen unseren zehnten Vereinsgeburtstag mit einer Fachtagung und der Auszeichnung unserer Vorstandsvorsitzenden mit der Silbernen Ehrennadel des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes; unsere langjährige teenexerin Anne H. wirbt mit vielen anderen jungen Menschen auf einer großen Plakatwand des Tagesspiegels für ein Ehrenamt



Q 3/2009 – Unsere jährliche Sommerfahrt mit Mitgliedern und Klienten führt uns in die Autostadt Wolfsburg

Q 4/2009 – Der Vorstand zieht sich zu Klausurtagen zurück, um neue Visionen für die nächsten zehn Jahre zu entwickeln; wir bekommen zwei Tage vor Weihnachten Besuch von sechs Jugendlichen aus einem der ärmsten Stadtviertel von Carcassonne (Frankreich), in dem Drogen zum Alltag gehören, und die unsere Arbeit besser kennenlernen möchten – die Verknüpfung von ambulanten Hilfen und Suchtprävention

Q 1/2010 – Preisverleihung des ausgelobten Kreativpreises; Mitgliederversammlung und Vorstandswahl

Q 2/2010 – Durchführung einer teenex-Super-Challenge; Besuch des KZ Sachsenhausen; außerdem führen wir unter dem Motto: Ohne Zaster übers Pflaster durchs Festival of Lights

Q 2/2013 – Und wieder findet eine gemeinsame Fahrradtour ins Grüne statt, um der Hitze der Stadt zu entrinnen

Q 3/2013 – Wir verbringen die Ferien mit einigen unserer Familien in der Technikausstellung im FEZ

Wie man sieht, ist hier nur einiges genannt. Wir führen jeden Monat Themenachmittage/-abende mit unterschiedlichsten Inhalten durch, der Vorstand tagt im Abstand von vier bis sechs Wochen und ein- bis zweimal im Jahr laden wir zur Mitgliederversammlung ein. Wir feiern jedes Jahr mit allen Ostern und



Teamfahrt in den Harz - 2008

Q 3/2010 – Im September findet eine gut besuchte Vorstandssitzung statt ...

Q 4/2010 – ... die zu einer außerordentlichen Mitgliederversammlung im November führt; ein neuer Vorstand wird gewählt, was uns wieder zu unseren Wurzeln zurückführt

Q 1/2011 – Zum elften Jahrestag unseres Vereins wird eine nostalgische Sonderausgabe veröffentlicht; wir haben erstmals ein neues und sehr engagiertes Redaktionsteam und einen Grafiker, der sich um das Layout kümmert

Q 2/2011 – Wir erschaffen eine neue druckfrisch und berichten über interessante Projekte in unserer Therapieeinrichtung Gutsschloss Blossin

Q 3/2011 – Unser Redaktionsteam und andere Interessierte besuchen die Axel Springer Druckerei in Spandau und lernen viel über die Herstellung einer professionellen Zeitung

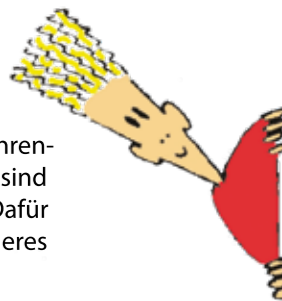
Q 4/2011 – Wir besuchen mit Mitgliedern und unseren betreuten Familien die Spiele-Messe in Dresden

Q 2/2012 – Am 13. Mai beteiligen wir uns am Heldenrennen und Katharina H. gewinnt den 1. Preis, weil sie Spenden in Höhe von 1.270 € gesammelt hat; zu einem unserer Themenabende haben wir den Schriftsteller Rulo Melchert zu Gast, der uns zahlreiche seiner Gedichte präsentiert

Pokal vom Heldenrennen - 2012

Weihnachten, führen weiterhin unsere Camps und die Multiplikatorenschulungen durch und verschicken jedes Jahr an jedes Mitglied eine Geburtstagskarte.

Unser Vereinsmaskottchen Fido hat lange Zeit unsere Vereinszeitung begleitet. Hierfür hat uns Madeleine R. vor vielen Jahren Fidors in allen Variationen gemalt.



Nicht zu vergessen sind unsere Ehrenamtler, die uns seit Jahren treu sind und bei der druckfrisch mithelfen. Dafür möchte ich hier ein ganz besonderes Dankeschön aussprechen!

Wie es weitergehen wird, werden wir sehen. Prognosen kann man in heutiger Zeit schlecht stellen. Leider sind wir in unserer Arbeit von unserem zuständigen Jugendamt in Pankow abhängig und das hat beschlossen, intensiv zu sparen. Wir werden also auch im 16. Jahr weiter kämpfen müssen und haben darum beschlossen, dieses Jahr ganz still zu feiern. ■

teen-active

Januar 2014 - Frostiger Spaß im Erika-Heß-Eisstadion

Unseren jungen Klienten und Klientinnen und auch ihren Eltern ermöglichen wir unter dem Namen teen-active die Teinnahme an einem bunten Programm alternativer Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung. Dabei werden Eintrittsgelder und andere Kosten vom Verein getragen.

Auf den nächsten Seiten findet Ihr eine kleine Auswahl an Texten – geschrieben von unseren Mitarbeitern – über einige unserer Unternehmungen in diesem Jahr.

Termine für unsere nächsten Aktionen findet Ihr auf der Rückseite dieser Ausgabe sowie auf unserer Webseite: www.teenex.de.



Neben Skifahren, Snowboarden und Schneeballschlächten ist Schlittschuhlaufen eine der beliebtesten Freizeitbeschäftigungen in der eisigen Jahreszeit. Berlin bietet hierfür an über zehn Standorten gute Möglichkeiten, dem rutschigen Hobby nachzugehen.

Auch wir wollten uns diese Möglichkeit der sportlich-spaßigen Freizeitbeschäftigung nicht entgehen lassen und besuchten am 16. Januar 2014 das Erika-Heß-Eisstadion in Berlin-Wedding. Nach einer kurzen Fahrt mit der Tram 50 und der U6 erreichten wir das Eisstadion in der Müllerstraße 185. Das Eisstadion ist das drittgrößte seiner Art in Berlin und trägt den Namen der früheren Bezirksbürgermeisterin des Stadtteils Wedding – Erika Heß. Diese hatte wegen ihrer Volkstümlichkeit und ihres Engagements für benachteiligte Kinder auch den Titel: Mutter vom Wedding. Vor Ort stellten wir überrascht fest, dass es zwei Eisbahnen gibt, eine Hallenbahn und eine unter freiem Himmel. Wie sich herausstellte, durften wir „Amateure“ die Freiluftbahn benutzen. Die nächste Herausforderung, die es zu bewältigen gab, war die Klärung der Frage: Wem passt welcher Schuh (Schlittschuh natürlich)? Dank des freundlichen und geduldigen Personals hatten wir bereits nach kurzer Zeit passendes Schuhwerk sowohl für die großen und die kleinen, als auch für die langen und die kurzen Füße gefunden.

Nun hieß es endlich: Ab aufs Eis! Vorsichtig tasteten wir (zumindest diejenigen ohne große Vorerfahrung) uns vor, auf den spiegelglatten Bodenbelag. Ein erster Versuch ohne Festhalten und ZACK – die ersten beiden lagen alle Viere von sich streckend auf dem Boden. Nach weiteren Versuchen stellte sich zunehmend Sicherheit im Umgang mit dem rutschigen Untergrund ein und erste Runden konnten gelaufen werden. Es ist überraschend, wie schnell es allen Beteiligten gelang, eine sichere Figur zu machen. Und schon bald war es möglich, Fangen zu spielen, ohne ständig auf dem Hintern zu landen. Als Belohnung für unsere wagemutige Abenteuerlust und zur Aufwärmung gönnten wir uns abschließend eine heiße Schokolade. Nachdem wir unsere Schlittschuhe wieder gegen unsere Straßenschuhe eingetauscht hatten (sonst wäre der Weg sicherlich schwierig geworden), machten wir uns erschöpft, aber glücklich auf den Heimweg und beschlossen, diese Aktion im nächsten Winter zu wiederholen. (Hoffentlich vergessen wir bis dahin nicht unsere zuvor erlernten Fähigkeiten wieder.) ■

Stephan Usung

Februar 2014 - Wir wollen ganz hoch hinaus ...

... aber wie und wo wir das erreichen, wussten wir nicht genau. Also setzten wir uns vor den PC und fütterten die Suchmaschine mit unsern Vorstellungen. Das Ergebnis: SportJugendZentrum Lychi. Die Lösung lag so nah, quasi direkt bei uns um die Ecke (na ja, 10 bis 15 Minuten Fußweg waren es dann doch). In der Lychener Straße 75 bietet das SportJugendZentrum seit 2004 eine Indoor-Variante eines Dachseilgartens.

Für uns war sofort klar: Da müssen wir hin. Also trommelten wir alle abenteuerlustigen Kinder zusammen und machten uns an einem Dienstag (dann ist nämlich Kinderklettertag) auf den Weg zur Lychi. Dort angekommen, staunten wir nicht schlecht. Vor unseren Augen erhob sich eine sieben Meter hohe Wand aus Holz mit Kunststoffgriffen, an der mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden über 16 verschiedene Routen geklettert werden können. Das war für uns Neulinge erst mal zu viel und so holten wir uns professionelle Unterstützung. Zwei nette Frauen statteten uns (eigentlich nur die Kinder, wir Erwachsene durften heute nicht) mit dem nötigen Equipment aus (Schuhe, Sicherungsgurte) und gaben eine kurze theoretische Einführung. Dann durfte jeder selbst probieren. Nach etwas zögerlichen Anfängen wurden alle mutiger. Es war gar nicht so einfach, senkrecht hochzuklettern und immer den richtigen Halt zu finden. Aber mit viel Kraft und Willen und dank der Unterstützung der Mitarbeiterinnen, die die Kinder nicht nur sicherten, sondern ihnen auch Mut zusprachen und sie anfeuerten, schafften es alle bis an die Decke.

Etwas ermüdet, aber stolz und glücklich machten wir uns auf den Rückweg und überlegten schon, wann wir diesen Ausflug wiederholen können.

Wer also hoch hinaus will, ist im SportJugendZentrum Lychi genau richtig. Da sich der Kletterbereich im Haus befindet, ist er auch ganzjährig nutzbar. Das Programm richtet sich übrigens sowohl an die Kleinen als auch an die Großen.

Wer mehr darüber wissen möchte, findet die Infos hier: www.sjzlychi.de, www.dachseilgarten.de. ■

Stephan Usung



April 2014 - Osterbasteln

Zur Einstimmung auf die Osterfeiertage lud der teenex e. V. auch dieses Jahr wieder zum Osterbasteln ein. Wir haben unseren drei Teilnehmern im Alter zwischen sieben und elf Jahren verschiedene Möglichkeiten geboten, die noch weißen Eier nach Lust und Laune zu gestalten und in österlichem Glanz erstrahlen zu lassen.

Ob einfaches Färben, bei dem das Ei einfach einige Minuten in der Tasse quasi von alleine Farbe annimmt, ob sich querbeet durch den Malkasten gepinselt wird oder ob mit besonderen Metallglanzfarben und ausgestattet mit Handschutz die Eier in den eigenen Händen in der bunten Flüssigkeit gewälzt und anschließend mit einem Stift bemalt wurden. Der Kreativität konnte freien Lauf gelassen werden.

Gewählt werden konnte zwischen ausgepusteten Eiern, die zu Hause als Dekoration genutzt werden können, oder hart gekochten Eiern, die auch zum Verzehr geeignet waren. Das Auspusten der Eier gestaltete sich zu Beginn ganz schön schwierig. Einige gingen dabei zu Bruch, was zu traurigen Kinderaugen führte. Doch alle eifrig und schön gestalteten Kunstwerke überlebten und konnten zu den Eltern nach Hause gebracht werden.

Natalie Renou



April 2014 - Osterbrunch

Der Osterbrunch fand diesmal in der Woche nach Ostern statt, damit so viele Kollegen wie möglich dabei sein und ihre Familien in Empfang nehmen konnten. Das sorgte zunächst bei einigen für Verwirrung: „Wie? Ist da Ostern nicht schon vorbei?“ „Nö, bei uns noch nicht. Wir feiern noch!“

Der große, für Feiern genutzte Raum wurde richtig hübsch geschmückt und der Osterschmaus in akribischer und liebevoller Kleinarbeit schön hergerichtet. Pünktlich um elf Uhr war alles fertig und bereit für unsere Gäste. Die ersten bestanden aus Mitgliedern des teenex e. V., dem Vorsitzenden, einigen Mitarbeitern der druckfrisch-Redaktion und natürlich den bereits hungrigen Kollegen. Belegte Brötchen in aller Vielfalt lockten zum Verzehr und füllten alsbald die Mägen der Anwesenden, während wir noch auf „unsere Familien“ warteten.

Leider kamen nicht so viele, wie sich angekündigt hatten. Doch dadurch blieb es bei einer gemütlichen Runde. Besonderes Highlight für die Erwachsenen war der Besuch der sechsmo-natigen Zwillingbrüder, die mit ihrer guten Laune Herzen erwärmten und Gesichter zum Strahlen brachten.

Für die jüngeren Gäste bot die Spiele- und Malecke den größten Anreiz. Unsere Roswitha scharte die gesamten Kinder um sich und kümmerte sich spielend um alle gleichzeitig. Die obligatorische Suche durfte natürlich nicht fehlen. Gesucht und natürlich auch gefunden wurden Schokohasen – keine Eier.

Es wurde nett geplauscht, sich ausgetauscht und die Teller immer mal wieder am reichhaltigen Buffet aufgefüllt. Gegen 13 Uhr verließen dann alle zufrieden und gesättigt den teenex e. V. Richtung zu Hause.

Natalie Renou



Mai 2014 - Buttonherstellung

Buttons haben eine lange Tradition bei teenex. Im Camp nutzen wir sie mit der Aufschrift IBLUKE (Ich Bin Liebenswert Und Kann Etwas) oder HUGS NOT DRUGS als Verstärker nach den einzelnen Sessions. Und nicht selten dienen die Buttons auch noch lange nach dem Camp zur Erinnerung an die schöne gemeinsame Zeit und den wertschätzenden Umgang miteinander. Bei der Vorbereitung für unser nächstes Camp kamen wir auf die Idee, die Buttonmaschine kreativ gemeinsam mit den Kindern der von uns betreuten Familien zu nutzen.

Und so malten, schnitten, klebten, schrieben und stanzen wir, was das Zeug hält.

Am Ende unseres bunten Kreativnachmittages gab es jede Menge neue Ideen (wie die Gestaltung der Buttons mit Stoff oder eigenen Fotos), die wir bei einem nächsten Treffen umsetzen wollen. Also sammelt schon fleißig Material, das ihr verarbeiten wollt, und lest regelmäßig die teen-active-Termine, damit ihr es nicht verpasst! ■

Sylvia Momme-Göbel

Große Freude

am 07. April 2014
bei der Spendenübergabe durch den Tagesspiegel



Auch im Jahr 2013 versuchte der teenex e.V. zum zweiten Mal in Folge „sein Glück“ bei der weihnachtlichen Spendenaktion Menschen helfen! des Tagesspiegels, für die sich Träger aus Berlin und Brandenburg bewerben können. In diesem Jahr galt das Augenmerk der Flüchtlingshilfe.

Der teenex e.V. hat sich mit seinem „teenex-Camp“ und dem Projekt „ClearMind compact“ (Suchtpräventionsmodul für Schulklassen gemeinsam mit Selbsthilfe, Polizei und Streetwork/aufsuchender Straßensozialarbeit) eingebracht und ist in diesem Jahr mit einer Freudentaumel-auslösenden Summe bedacht worden.

Corinna Unser und Natalie Renou – die auf die Spendenaktion aufmerksam wurde und die Bewerbung initiierte – besuchten die Spendenübergabe, die am Askanischen Platz im Gebäude der Tagesspiegelredaktion stattfand. Eingeläutet wurde die Feierlichkeit vom Geschäftsführer, Florian Kranefuß, und dem Tagesspiegelchor – bestehend aus Mitarbeitern – der fröhlich zwei Lieder zum Besten gab.



Im Jahr 2013 wurde von den Tagesspiegellesern insgesamt die Rekordsumme von einer halben Million gespendet. Bereits im Vorfeld der tatsächlichen Aktion wollten die Leser den Menschen auf den Philippinen, die durch den Wirbelsturm und die Folgen Not leiden mussten, finanziell unter die Arme greifen. 256.981,63 € kamen so zusammen, die dem Bündnis Entwicklung hilft – Gemeinsam für Menschen in Not e.V. von der Botschafterin der Philippinen, Maria Cleofe Natividad, persönlich überreicht wurden. Die Summe soll drei Organisationen zugute kommen, die vor Ort in verschiedenen Bereichen Hilfe anbieten. Die Botschafterin bedankte sich in ihrer Rede ganz herzlich für die deutsche Unterstützung. Der Senator für Soziales und Gesundheit, Mario Czaja, lobte das Engagement des Tagesspiegels und der Berliner, die diese Rekordsumme erst möglich gemacht haben. Lorenz Maroldt, Chefredakteur und Vorsitzender des Tagesspiegel-Spendenvereins, schloss sich den Worten seines Vorredners an, kritisierte aber die Berliner Politik in Flüchtlingsangelegenheiten scharf. Hier sehe er einen Nachholbedarf und vermisste Klarheit in der Flüchtlingspolitik.

Einundfünfzig Berliner sowie Brandenburger Vereine und Träger wurden mit einer Summe von insgesamt 249.667,95 € bedacht und kurz vorgestellt. Die Bedürfnisse waren dabei ganz unterschiedlich. Ein Träger wünschte sich eine Versicherung für den Vereinsbus, ein anderer eine Industriespülmaschine, während anderen Orts eine Spallampe benötigt wurde.

Eva Herlitz, Initiatorin und Gründerin des Buddy Bear help e.V., nahm als prominenter Gast an der Spendenübergabe teil und erfreute die übrigen Gäste durch die Ankündigung, dass sie auch Gelder zu verteilen habe. Der Verein setzt sich für Kinder ein und unterstützt Kinderhilfsorganisationen. Corinna Unser nutzte die Gelegenheit, Frau Herlitz das Konzept der teenex-Camps vorzustellen.

Durch die großzügige Spende des Tagesspiegels sind wir in der Lage, unser diesjähriges „teenex-Camp“ in der Woche vom 30. Juni bis zum 5. Juli 2014 im Finkenwerder Hof in Wendisch Waren größtenteils zu finanzieren, und danken den Mitarbeiterinnen des Tagesspiegel-Spendenvereins, Stefanie Dujardin-Sommer und Annette Kögel, sowie den Lesern, die dies erst möglich gemacht haben, von ganzem Herzen.

Dieser Tag hat uns sehr glücklich gemacht und es war uns eine große Freude, den Scheck direkt im Anschluss an die gelungene Feier zur Bank zu tragen. ■

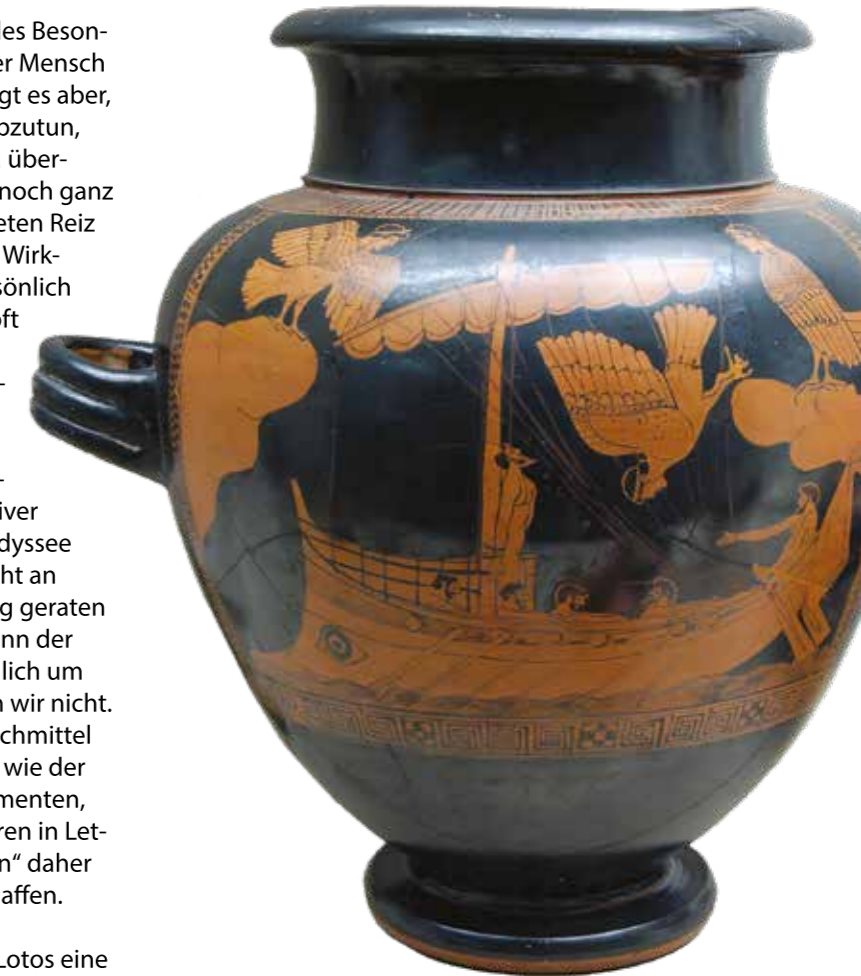
über Drogen und Rausch

Seit jeher ist die Droge von der Aura des Besonderen umgeben – und seit jeher ist der Mensch ihrer Anziehungskraft verfallen. Genügt es aber, dies mit der psychologischen These abzutun, das liege am ewigen Reiz, das Tabu zu überschreiten? Ich vermute, dass es einen noch ganz eigenen, in der Sache selbst begründeten Reiz gibt. Den Reiz, die Wahrnehmung der Wirklichkeit zu verändern – wobei die persönlich erfahrene Bewusstseinsweiterung oft gerade aus dem Gegenteil, nämlich der Zusammenziehung der Sinneseindrücke resultiert.

Diesen Doppelcharakter von individuell erfahrener Beglückung und objektiver Einschränkung schildert bereits die Odyssee Homers (und wir wollen jetzt bitte nicht an Homer Simpson denken). Im 9. Gesang geraten die Gefährten des Odysseus in den Bann der „Lotosesser“. Ob es sich hierbei tatsächlich um die Lotosblume gehandelt hat, wissen wir nicht. Wesentlich aber ist, dass hier ein Rauschmittel konsumiert wird, das ähnliche Effekte wie der Genuss von Opium zeitigt: Die Konsumenten, die sich selber beglückt fühlen, erstarren in Letzhargie. Odysseus muss die „Beglückten“ daher mit Gewalt wieder zurück an Bord schaffen.

In gewisser Weise ist der homerische Lotos eine Vorform der Droge Soma aus Huxleys Roman *Schöne neue Welt*. Trotz allem hat es berühmte Persönlichkeiten wie Edgar Allan Poe, Walter Benjamin, Sigmund Freud oder Ernst Jünger nicht davon abgehalten, in die Welt des Rauschs einzutauchen. Vielleicht liegt es an dem, was Baudelaire in seinen *Künstlichen Paradiesen* wie folgt beschreibt: „Seit Langem bist du nicht mehr dein eigener Herr, aber es stimmt dich nicht mehr traurig“.

Woher aber kommt diese Traurigkeit, die den Menschen immer wieder veranlasst, einer von ihm offenkundig als ungenügend erfahrenen Realität zu entfliehen? Und ist es ein Gegenargument, wenn man auf den zuweilen kultischen, ja religiösen Gebrauch bewusstseinsverändernder Substanzen verweist? Marx' Ausspruch, Religion sei Opium fürs Volk, kann an dieser Stelle wieder einmal aus der Mottenkiste der abgegriffenen Zitate gezogen werden. Heutzutage sind allerdings die leeren Berausungen unserer Kulturindustrie von höherer Relevanz. In jedem Fall sollte deshalb vor einer einseitigen Verurteilung des Drogengebrauchs eine Betrachtung der gesellschaftlichen Verhältnisse stehen.



Quelle: www.wikimedia.org
Fotograf: Marie-Lan Nguyen / Benutzernamen: Jastrow
© Marie-Lan Nguyen / Wikimedia Commons
public domain unter freier Lizenz
Odysseus und die Sirenen, attische rot gemusterte Stamnos, um 480-470 v. Chr., British Museum

Ein Wort zum Schluss: Neben den als angenehm empfundenen Alltagsfluchten – den künstlichen Paradiesen – dürfen natürlich die negativen Auswüchse nicht unerwähnt bleiben. Cronenbergs Film *Naked Lunch* (1991), in dem sich eine Schreibmaschine in eine insektenhafte Etwas verwandelt, bietet hier ein schönes Beispiel. Und ähnlich psychedelisch muss wohl auch die in dieser Ausgabe abgedruckte Studie *Der Lord* und die Geburt begriffen werden. ■

Internet- und PC-Spiel-Abhängigkeit

In unserer Arbeit mit Jugendlichen (im Rahmen der Hilfen zur Erziehung und der Suchtpräventionsarbeit) erleben wir immer häufiger, dass nicht nur die tägliche Nutzung von Handy, PC, Tablet und Co nicht mehr wegzudenken ist, sondern ein gesunder Umgang damit vielen Jugendlichen schwerfällt. Auch die Drogenbeauftragte der Bundesregierung stellte in ihrem Drogen- und Suchtbericht im Mai 2012 fest, dass seit zehn Jahren eine mit einer Abhängigkeitserkrankung vergleichbare exzessive Internetnutzung zu beobachten sei. Internetspiele (z. B. World of Warcraft) und Social Media (z. B. Facebook, Twitter, WhatsApp) bedeuten für eine Vielzahl nicht nur kurzfristige Ablenkung und Spaß, sondern sind Ersatz für fehlende soziale Kontakte und Hobbys in der „realen Welt“. Ein angemessener Umgang mit der medialen Verführung will gelernt werden. Junge Menschen brauchen Anleitung von ihren Eltern. Für Eltern ist aber die virtuelle Welt ihrer Kinder oft eine große Unbekannte.

Sollten Sie sich Sorgen machen, dass Ihr Kind zu viel Zeit am PC und Co verbringt, möchten wir nachfolgend ein paar Tipps und Informationen an die Hand geben.

Folgend finden Sie eine Checkliste, um eine erste Einschätzung über eine mögliche Abhängigkeit treffen zu können. Werden drei oder mehr Fragen mit JA beantwortet und treten diese Merkmale längerfristig auf, sollten Sie sich professionelle Hilfe (z. B. in einer Beratungsstelle) suchen.

Verbringt Ihr Kind täglich 5 Stunden oder mehr an einem Medium (wie Computer, Internet oder Konsole)?	ja	nein
Kreisen die Gedanken Ihres Kindes stets um Computer, Konsole oder Internet - auch während anderer Beschäftigungen?	ja	nein
Hat ihr Kind die Kontrolle über die Zeit vor dem Bildschirm verloren? Spielt oder surft es teilweise bis spät in die Nacht?	ja	nein
Haben sich die Bildschirmzeiten stetig gesteigert?	ja	nein
Fällt es ihrem Kind häufig schwer, aufzuhören oder die Bildschirmzeiten zu begrenzen, sei es auch nur tageweise?	ja	nein
Wird Ihr Kind nervös, gereizt oder depressiv, wenn es auf Computer, Internet oder Konsole verzichten muss?	ja	nein
Zieht Ihr Kind sich zunehmend von Familie und Freunden zurück?	ja	nein
Verdrängt das Computerspielen frühere Interessen oder Hobbies, haben sich schulische Leistungen deutlich verschlechtert?	ja	nein
Verzichtet Ihr Kind auf Mahlzeiten, um am Computer zu bleiben?	ja	nein
Hat Ihr Kind stark ab- oder zugenommen? Ist es übermüdet?	ja	nein
Verbringt Ihr Kind trotz erkennbarer negativer Folgen immer mehr Zeit vor dem Bildschirm?	ja	nein
Nutzt Ihr Kind das Computerspielen vermehrt dazu, Gefühle wie Ärger oder Wut abzubauen?	ja	nein

Quelle Tabelle und Stichpunkt rechts: „Internet- und Computerspielabhängigkeit“, „Klicksafe-Broschüren und -Flyer für Eltern“, www.klicksafe.de

Was können Sie als Eltern tun, um Ihr Kind im Umgang mit Medien fit zu machen und einer Abhängigkeit vorzubeugen?

Meiden Sie generelle Verbote, da diese nicht hilfreich sind. Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind, welche Spiele zu welcher Tageszeit wie oft und wie lange gespielt werden dürfen. Beachten Sie hierbei den Entwicklungsstand Ihres Kindes und achten Sie auf altersgerechte Spiele (UKS – Unterhaltungssoftware Selbstkontrolle: Gibt jedoch keine Einschätzung auf pädagogischen Inhalt und zu einem Abhängigkeitspotenzial). Zeigen Sie Interesse an dem, womit sich Ihr Kind beschäftigt. Lassen Sie sich die Spiele, Internetplattformen etc. zeigen und probieren Sie diese selbst aus. So geben Sie Ihrem Kind das Gefühl, ernst genommen zu werden und Sie bekommen Einblick in diese Welt.

Unterhalten Sie sich mit Ihrem Kind über das Erfahrene und lassen sich erklären, was Ihr Kind daran so fasziniert und warum. Denken Sie daran, dass Ablehnung und Verteufelung Ihrerseits offene Gespräche verhindern! Durch das Wissen können Sie Ihr Kind im Umgang mit den Medien sinnvoller begleiten, unterstützen und auch Grenzen setzen. Sie selbst haben eine Vorbildfunktion! Überprüfen Sie also auch Ihren Umgang mit Medien (PC, TV, Internet) und achten Sie darauf, ihn maßvoll zu gestalten.

Durch ein respektvolles, wertschätzendes Miteinander innerhalb der Familie wird das Selbstvertrauen Ihres Kindes gestärkt.

Unterstützen Sie Ihr Kind dabei, alternative Freizeitaktivitäten wahrzunehmen, beispielsweise durch familiäre Aktivitäten oder Anregungen.

Als Eltern haben Sie das Recht, den Medienkonsum Ihres Kindes sinnvoll zu beschränken. Scheuen Sie also keine „fairen Konflikte“, in denen Sie die Beschränkungen begründen, damit Ihr Kind verstehen kann, warum Sie Grenzen setzen.

Halten Sie die getroffenen Regelungen und Beschränkungen konsequent ein. Ihre Klarheit und Konsequenz nutzt Ihrem Kind, um eine beginnende Abhängigkeit abwenden zu können. Hierfür können auch vorübergehende Verbote sinnvoll sein.

Mögliche Zeitangaben zur Orientierung im Umgang mit Medien:

4–6 Jahre: ca. 20 bis 30 Minuten pro Tag in Begleitung der Eltern

7–10 Jahre: ca. 45 Minuten pro Tag

11–13 Jahre: ca. 60 Minuten pro Tag

Ab 14 Jahre: ca. 90 Minuten pro Tag; allerdings empfiehlt es sich, ein Wochenzeitbudget zu vereinbaren

Kinder unter 12 Jahren sollten keinen eigenen Computer besitzen, so lässt sich auch das Einhalten der verabredeten Zeit besser überprüfen. ■

Quelle: www-de.scoyo.com/eltern/2012/07/medienzeit

Hier finden Sie Beratungsstellen und professionelle Hilfe in Berlin und Online:

Lost in Space – Beratungsstelle der Caritas für Internet- und Computerspielabhängige
Wartenburgstraße 8
10963 Berlin
Tel. 030-66633959
www.computersucht-berlin.de

ESCapade – ein familienorientiertes Interventionsprogramm bei problematischer Computernutzung.
www.escapade-projekt.de

Fachverband Medienabhängigkeit e.V.
E-Mail: info@fv-medienabhaengigkeit.de
www.fv-medienabhaengigkeit.de

Adressen von Einrichtungen in ganz Deutschland, die auf Beratung und Behandlung Medienabhängiger spezialisiert sind:
www.fv-medienabhaengigkeit.de/hilfe-finden.html

Literaturangaben und Tipps zum Weiterlesen:


www.klicksafe.de
www.internet-abc.de/eltern

Sabine M. Grüsser und Ralf Thalemann: „Computerspielsüchtig? Rat und Hilfe für Eltern. Huber 2008
Die Arbeitsbögen aus dem Buch gibt es kostenlos als PDF unter:
www.verlag-hanshuber.com/downloads/computerspielsucht

www.bundespruefstelle.de/bpjm/Jugendmedienschutz-Medienerziehung/Computer-Konsolenspiele/10-tipps-fuer-erziehende,did=107134.html

www.bundespruefstelle.de/bpjm/Jugendmedienschutz-Medienerziehung/computer-konsolenspiele,did=118310.html

www-de.scoyo.com/eltern/2012/07/medienzeit



Mit der Geburt in diese Welt treibt sie dich unablässig an: **die Sehn-Sucht nach Leben**. Wurzel ist dein Verlangen nach angenehmen Empfindungen, die sensitive Appetition, einer von zwei Reiz-Reaktions-Mechanismen. Auf der tiefsten unbewussten Ebene deiner Sinneswahrnehmungen finden fortwährend emotionale Entscheidungen statt, die dein Handeln lenken. Ein unangenehmer Reiz erzeugt Ablehnung und ein angenehmer Reiz erzeugt Verlangen. Man könnte es das Grundprinzip des Lebendigen in dieser Welt nennen, den Urantrieb, immerwährend Energien einzusetzen und umzuwandeln: ein Feuersturm wechselnder Empfindungen, von denen dir aber die meisten nicht bewusst werden. Es gibt durchaus lebens- und überlebensnotwendige Triebe, die sich auch des Lustprinzips bedienen. Aber die Getriebenheit wächst mit jeder neuen Reizantwort, der du nicht mit Gelassenheit begegnest, der du dich nicht mit Bewusstheit entledigst. Dabei können weder Verdrängen und Unterdrücken noch ungehemmtes Gehenlassen dich befreien. Die Macht deines Geistes liegt im Erkennen. Was ist Trieb, was wird Sucht – wie kannst du dich schützen?

Unser heutiges menschliches Leben ist so wunderbar angenehm und vielseitig geworden. Es ist reich an Erlebnissen und Genüssen, voller Angebote und Möglichkeiten. Für jeden Geldbeutel und jeden Geschmack gibt es etwas zu erwerben, auszuprobieren, zu verzehren oder auch zu benutzen, zu genießen oder einfach nur zu besitzen, herzuzeigen.

Über Geschmack soll man bekanntlich nicht streiten. Was brauchbar, nützlich oder sinnvoll ist, liegt im Auge des Betrachters, des Käufers, des „Users“, des Konsumenten, Kunden oder Klienten. Wow, was für eine Freiheit! Die unbegrenzte Freiheit der Marktwirtschaft. Aber: Wer ist in diesem System eigentlich wirklich und wie frei? **Was ist deine Droge?**

Zu den unendlich, unüberschaubar vielen Dingen und Erscheinungen, die man haben und die man benutzen könnte, gibt es noch einmal so viele, die es eigentlich nicht gibt: all das Unerreichbare, Unbekannte, Unerforschte. Auch hier ist die Freiheit gewaltig: Abenteuerlust und Risikobereitschaft vorausgesetzt. Selbst da, wo dies nicht offen zu Marketingzwecken genutzt wird, weil es beispielsweise gefährlich oder aus anderen gewichtigen Gründen verboten ist, gibt es illegale Märkte mit eigenen „Gesetzen“.

Die Aufgabe des Marketings ist, kurz gesagt, für das, was man anbieten will, ein Bedürfnis zu wecken oder ein vorhandenes so zu befriedigen, dass es sich möglichst oft wiederholt. Ist ein Be-

dürfnis befriedigt, entsteht nach kurzer Pause von Genuss und Ruhe ein neues Gefühl von Unruhe und Suche nach Ablenkung, Erregung der Sinne, Befriedigung ...

Ganz deutlich wird inzwischen, wie sehr alle gesellschaftlichen Bereiche, auch vieler Subkulturen, durch Marketingprinzipien bestimmt sind. Immer mehr werden die alltäglichen Verhaltensgewohnheiten aller, auch alternativer Menschen, vom unablässigen Konsumieren – welcher Reize auch immer – abhängig gehalten, immer neue „Drogen“ erfunden. Getriebensein an sich wird inzwischen als grundlegende Bedingung gesellschaftlicher Reproduktion akzeptiert und provoziert. **Wer ist hier frei?**

Gefährliche Entwicklungen entstehen durch unreflektierte, ungebremste Sensationslust, Manipulationen der Sinne, Lüsterheit: von Sich-gehen-Lassen bis etwas künstlich auf die Spitze treiben. Ein Rausch macht noch lange keine Sucht. Wie stark ist der Kater danach? Was und wer wird wie beeinträchtigt oder geschädigt? Aber auch ganz unauffällig und sanft mit selbstverständlichem, gewohnheitsmäßigem Genuss kannst du in die Falle gehen. Wie groß ist dein Verlangen, dein Drang nach Wiederholung?

Dir alles versagen, strenge Enthaltsamkeit, mündet oft in Erstarung und Bitterkeit statt in Erlösung. **Doch eine endlose Spirale?** Es geht um echte Freiheit, deine Genusssucht zu erfüllen, den Reizhunger des Lebens zu stillen, ohne dir und der Welt zu schaden durch die ständige Erhöhung von Reizintensität und Reizdichte und den Wiederholungszwang. Stufe für Stufe kannst du einen verantwortungsbewussten Umgang mit dir und anderen pflegen. Es geht darum, deine Entscheidungen unabhängig zu machen vom überwältigenden Überangebot an allem und von den inneren Zwängen deiner Selbsttäuschung und durch deine verkümmerte, deformierte Bedürfnisregulation. **Loslassen bringt Gelöstheit!**

Du kannst eine entspannte Gelassenheit gegenüber deinen Empfindungen entwickeln, die Fähigkeit, die Dinge so zu sehen und zu fühlen, wie sie wirklich sind. Schicht um Schicht kannst du dich nur durch konsequente Bewusstmachung und Entkoppelung vom Getriebensein befreien. Dazu brauchst du eine wachsame Beobachtung aller deiner Gefühlsebenen, hohe Empfindbarkeit und deine entwickelte, unbetäubte Genussfähigkeit. Klingt anstrengend? Ist es vielleicht auch, aber auch sehr entspannend! Allein das ermöglicht eine ungeahnte Lebensqualität und Freiheit in einem berausenden Leben frei von Sucht und Missbrauch. ■

Tiefe Wurzeln



Holger Vowinkel

Du läufst über den nassen Asphalt.

Er ist noch warm, denn bis eben regierte die Sonne den Himmel.

Jetzt haben die Wolken sie gestürzt.

Du schwingst die Beine in die Luft, hoch in die Wolken und läufst auf Händen zum bunten Streif am Himmel.

Dem Glück entgegen.



Marina Vowinkel

Voll theaterinfiert! Daneben geht sie auch mal fremd mit den anderen Künsten, spielt Klarinette und schreibt ab und zu. Sie studiert inzwischen Kulturwissenschaften in Hildesheim. Widmet sich dort skurrilen Forschungsthemen wie Ekstase-Erfahrungen in der Musik. Sie geht anschließend nach Stockholm, um mal aus dem beschaulichen Hildesheim rauszukommen und die Welt zu sehen. ■





Stimmen der & Jugendlichen Eltern zum teenex-Camp

Ich finde es gut, wie ihr euch ... vor allem für Jugendliche einsetzt, die nicht so gut informiert sind. Vor allem, dass ihr sie über Sex, Gewalt, Drogen und Abhängigkeit aufklärt. ... Ich habe gelernt mich zu öffnen und über meine Probleme zu reden.

Willi

Ich war überrascht, was ich für verschiedene Menschen dort kennenlernte. Ich fühlte mich geborgen und spürte keinen Unterschied zwischen Jung und Alt. Wir haben geredet, Spiele gemacht und gelacht. Es war wunderschön und ich würde es jedem empfehlen, da es mir viel Selbstvertrauen und Mut zum weiteren Leben gab.

Josefine

Ich habe in diesem Camp viel nachgedacht und denke, dass sich in meinem Leben jetzt einiges ändert. Danke, dass ich euch kennengelernt habe. Ich hoffe, dass wir noch einige Camps zusammen machen.

Daniel

Ich habe hier reichlich Denkanstöße bekommen ... und ich habe hier die meiste Zeit genossen. Danke.

*Robert (Gast aus einer
Therapieeinrichtung)*

Als „betroffene“ Mutter einer seit fast eineinhalb Jahren kiffenden fünfzehnjährigen Tochter: T. hat in den acht Wochen, seit sie aus dem Camp zurück ist, so viel geschafft, dass ich sie dafür nur bewundern kann. Trotzdem sie immer noch mit der alten Clique zusammen ist, in der natürlich munter weitergekifft wird, schafft sie es offensichtlich, den Verlockungen zu widerstehen.

Wir beide haben endlich wieder zueinandergefunden ...

Andrea M.

Meine Tochter R. steckte in der Krise. Ihr Selbstwertgefühl war angeschlagen, ihr früherer Schwarm war ..., nach wie vor gab es Stress, die Kommunikation zwischen R. und ihrem Stiefvater brach völlig ab. Das Angebot der Vertrauenslehrerin war, R. solle in der letzten Schulwoche des Sommers an einem einwöchigen Camp für Jugendliche teilnehmen, an einem teenex-Camp.

Die erste angenehme Überraschung war die Abschlussveranstaltung. Das circa zweistündige Programm hat Zuschauern und Vortragenden sowohl Spaß gemacht, als (erstere) auch nachdenklich gestimmt. Die zweite Überraschung: R.s deutlich bemerkbare Verhaltensänderungen. Nach nur einer Woche ... verständnisvoller, umgänglicher, freundlicher, aber sie war auch selbstbewusster bzw. -sicherer.

Die Mauer, die sie um sich errichtet hatte, bröckelte. ... Entspannung für die gesamte Familienatmosphäre. R. hat gelernt, besser für sich und ihre Bedürfnisse einzustehen. R. hat bis heute nicht versucht, Drogen auszuprobieren. ...

Meine Tochter ist eine von ihnen: Darauf bin ich stolz.

R.'s Mutter



... Sie begann die Schule zu schwänzen, schlechte Noten zu schreiben, nicht nach Hause zu kommen, sich verleugnen zu lassen ... Wir waren total überrascht, dass sie wieder die „Alte“ aber auch eine „Neue“ war. Erst nach und nach haben wir erfahren, was in dieser Woche mit ihr passiert ist. ... Was wäre wohl ohne teenex geworden? Wir und A. haben teenex sehr viel zu verdanken und werden uns weiter dafür einsetzen.

Torsten & Birgit S.

teenex habe ich im Arbeitskreis „Suchtprävention“ in der Schule einer meiner Söhne kennengelernt. So genau konnte ich mir darunter nichts vorstellen. Eine Woche teenex sollte in der Lage sein, das Selbstwertgefühl derartig zu stärken, dass Drogen unattraktiv werden würden? Na ja, ich hatte da meine Zweifel. Ich war völlig verblüfft, dass diese Jungen voller Begeisterung, ja mit Freude von „ihrem“ Camp berichteten (schwärmten). Ich kam mir richtig schlecht vor, meinen Sohn von dort „wegzuholen“, wo er sichtbar glücklich war ... Das Ganze entbehrte völlig jeglicher „pädagogischer“ Attitüden, es wirkte nichts gespielt oder künstlich. ... Ich war und bin nach wie vor fasziniert von teenex, habe inzwischen die Studie darüber (teilweise) gelesen und bin froh, dass weitere Camps ermöglicht werden sollen.

Ange K.

Meine überaus ruhige und schüchterne Tochter: Als nach einer Woche die Abschlussshow stattfand, staunte ich nicht schlecht, als meine Tochter sogar auf der Bühne, bei einem von der Gruppe ausgedachten Spiel, teilnahm und sich sogar traute, Text zu sprechen. Erst bemerkte ich kaum eine Veränderung an meiner Tochter. Nach und nach wurde sie jedoch aufgeschlossener, hatte zu vielen Dingen plötzlich eine Meinung und vertrat sie auch selbstsicher. Diese Veränderung ist geblieben und ich finde es richtig toll.

Dagmar K.

... eine große Bereicherung. Viele Dinge, über die man vorher nicht nachgedacht hatte, wurden einem über Experimente, Filme und Rollenspiele nahegebracht. Robert L. brachte die Atmosphäre dieser Woche am besten auf den Punkt: „Man kommt sich hier drin viel wertvoller vor, als draußen in der Welt.“

Eure Marika

Ich kann all die Erlebnisse und Eindrücke, die ich in dieser Woche gewonnen habe, gar nicht in die paar Sätze hier packen. ... Ich habe viel gelernt, aber immer unheimlich viel Spaß dabei gehabt. Ich werde das Camp immer in guter Erinnerung behalten. Vielen, vielen, vielen Dank.

Matthias

... Vorurteile? ... Abgestempelt? ... Wahrscheinlich denkt man viel zu selten darüber nach! ... teenex zeigte uns, mit völlig verschiedenen Menschen zu kommunizieren und zu kooperieren. ... teenex ein guter Weg, Toleranz und Selbstvertrauen aufzubauen.

Esther und Cynthia

Dieses Camp geht mir nicht mehr aus dem Kopf. In den Bus setzen wollte ich mich und zurück zu all den wertvollen Menschen, die ich dort kennenlernen durfte. Ein großer Teil meines Herzens hängt an diesem Projekt, teenex ist wie eine zweite Familie, die mich immer wieder auffängt.

Anne

TEENEX

teen- active

Bei Aktionen außer Haus bitte immer eine Woche vorher anmelden! Eintrittsgelder werden vom teenex e. V. getragen. Treffpunkt ist bei teenex.

- 17. Juli 2014, ab 12 Uhr
Schwimmen im Orankesee
- 15. August 2014, ab 13 Uhr
Treetbootfahren im Treptower Park
- 18. September 2014, ab 15.30 Uhr
Drachen bauen
- 25. September 2014, ab 15.30 Uhr
Drachen steigen lassen

Redaktionssitzungen

- 08. Juli 2014, um 18.45 Uhr
- 05. August 2014, um 18.45 Uhr
- 02. September 2014, um 18.45 Uhr

Vorstandssitzungen

- 28. Juli 2014, um 19.00 Uhr
- 22. September 2014, um 19.00 Uhr

Kostenlose Beratung für Vereinsmitglieder

- Jeden Dienstag von 18:00 - 20:00 Uhr
Wir bitten um telefonische Voranmeldung.



Liebe Leser,
für Eure Vorschläge, Euren Lob und Eure Kritik an unserer Vereinszeitung haben wir druckfrisch@teenex.de als Mailadresse eingerichtet.

Bitte schreibt uns, denn Eure Meinung ist uns wichtig!

