



DIDAK[®] ist ...

... ein didaktisch-handlungsorientiertes Primär- und Sekundärpräventionsprogramm für erwachsene Menschen mit einer geistigen Behinderung.

Vorbemerkung

Durch Normalisierung und Inklusion gewinnen Menschen mit geistiger Behinderung mehr Selbstständigkeit sowie Unabhängigkeit und in Folge dessen orientieren sie sich stärker an der sogenannten „Normalität“.

Eine Zunahme der Integration durch Deinstitutionalisierung und die damit einhergehende Zunahme an Unabhängigkeit und Selbstständigkeit können zu einer größeren Gefährdung durch Suchtmittel führen. Ein möglichst risikoarmer Umgang mit Suchtmitteln oder Abstinenz ist als gesundheitsförderndes Verhalten zu bewerten. Allerdings muss gesundheitsförderliches Verhalten erlernt werden. Oft haben Menschen mit einer geistigen Behinderung dies nicht selbst erlernt, da sie häufig „versorgt“ wurden im Elternhaus oder in einer Einrichtung. Damit sie sich jedoch (auch in weniger betreuten Wohnformen) gesundheitsförderlich verhalten können, müssen sie darüber informiert sein, was sie selber dafür tun können. Danach können sie individuelle Handlungsstrategien, wie sie sich gesundheitsförderlich im Alltag verhalten können, entwickeln.

Die Ziele des DIDAK[®]-Präventionsprogramms sind:

1. Die Zielgruppe für gesundheitsförderliches Verhalten zu motivieren und sie bei der Entwicklung von gesundheitsförderlichen Verhaltensweisen sowie deren Umsetzung im Alltag zu unterstützen.
2. Die Zielgruppe zu sensibilisieren und zu befähigen für einen risikoarmen Umgang mit Alkohol oder Abstinenz.

DIDAK[®] setzt sich aus zwei Teilen zusammen:

DIDAK[®] Teil 1 „Gesund und fit - wie mache ich das?“ sowie

DIDAK[®] Teil 2 „Umgang mit Alkohol“.

DIDAK[®] Teil 1 „Gesund und fit – wie mache ich das?“

Inhalte der Einheiten sind:

Einheit 1: Gesundheitsförderndes Verhalten; Nahrungs- und Genussmittel.

Einheit 2: Gesundheitsförderndes Verhalten; „Risiko“ **„RISIKO“**

Einheit 3: Gesundheitsförderndes Verhalten; „Gefahr“ **Gefahr**

Gesundheitsförderndes Verhalten; „Gefahr“; Rauchen ist eine Gefahr für die Gesundheit; kein Alkoholkonsum (Abstinenz): kein Risiko und keine Gefahr für die Gesundheit durch Alkohol; Alkoholkonsum geht immer mit einem Risiko für die Gesundheit einher; „Risikoarmer Alkoholkonsum“.

Einheit 4: Alkoholische Getränke enthalten unterschiedliche Mengen an Alkohol. Beachtung von Alkohol- und Getränkemengen kann helfen, gesundheitliche Risiken gering zu halten und Gefahren zu vermeiden; Vorsätze kann man besser einhalten wenn man vorher einen Plan überlegt.

Einheit 5: Vorsätze; Risikosituationen; Handlungsstrategien (vorher einen Plan machen), um Risikosituationen zu bewältigen; Ansprechpartner bei Fragen zu oder Probleme mit der Gesundheit; man kann selbst etwas für die Gesundheit tun.

Durch die Konzeption des Programms ist es möglich nur am ersten Teil des DIDAK[®] - Programms teilzunehmen.

DIDAK[®] Teil 2 „Umgang mit Alkohol“

„Umgang mit Alkohol“ befasst sich ausschließlich mit dem Thema Alkohol. Es umfasst vier Einheiten. Die Konzeption sieht vor, dass eine obligatorische Teilnahme an Teil 1 erfolgt sein muss, bevor Teilnehmer mit dem 2. Teil beginnen.

Inhalte der Einheiten sind:

Einheit 6: Alkoholkonsumgründe und Wirkung von Alkohol; mögliche Folgeprobleme durch Alkoholkonsum; Alkoholismus ist eine Krankheit - Krankheitsmerkmale; Ansprechpartner, wenn man Hilfe braucht bei Alkoholproblematik.

Einheit 7: Ziel von Werbung; Vorsätze und Ambivalenz; Risikosituationen; Risikozeiten; „..... statt Alkohol“.

Einheit 8: Vorsätze und Ambivalenz; Vorsätze können dabei helfen, gesundheitliche Grenzen einzuhalten; Risikosituationen und Handlungsstrategien (Pläne) zur Bewältigung; Rollenspiel: Handlungsstrategien in Risikosituationen.

Einheit 9: Ressourcen und Stärken nutzen; eine Auswahl an Handlungsstrategien (Pläne) kann dazu beitragen, eine Risikosituation zu bewältigen; man kann sich ein Ziel immer wieder erneut vornehmen.

Modellprojekt "Menschen mit geistiger Behinderung und einer Alkoholproblematik"

Das DIDAK[®] - Präventionsprogramm wurde im Modellprojekt „Menschen mit geistiger Behinderung und einer Alkoholproblematik“ durch Marja Kretschmann-Weelink (Pädagogin und Sozialtherapeutin für CMA) entwickelt und erprobt. Das Modellprojekt wurde bei der Westfalenfleiß GmbH Arbeiten und Wohnen in Münster durch Marja Kretschmann-Weelink konzipiert und realisiert, dauerte drei Jahre (Oktober 2003 bis September 2006), wurde gefördert durch die Stiftung Wohlfahrtspflege NRW und wissenschaftlich begleitet durch die Katholische Fachhochschule NRW.

Ziel des Modellprojektes war es, eine Zunahme der Alkoholproblematik bei Menschen mit geistiger Behinderung durch die Entwicklung und Evaluation eines Primär- und Sekundärpräventionsprogramms zu begrenzen. Die Erprobung des Programms erfolgte im Wohnverbund und in der Werkstatt für behinderte Menschen der Westfalenfleiß GmbH Arbeiten und Wohnen in Münster.

Das DIDAK[®] - Programm berücksichtigt u.a.

1. Fähigkeiten und Bedarfe der Zielgruppe in Bezug auf u.a.:

Empowerment, Motivation und Entwicklung von intrinsische Motivation, Lernverhalten, Interne und externe Ressourcen, Entwicklung sowie Förderung von Kompetenzen und Fähigkeiten,- Entwicklung von individuellen, praxisorientierten Handlungs- und Bewältigungsstrategien.

2. aktuelle Sichtweisen bzw. Modelle von Gesundheitsförderung und Prävention*

u.a.: (*Vgl. BZgA 2003: Leitbegriffe der Gesundheitsförderung; siehe auch BZgA 2011: Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention)

SAR-Modell (Systemische Anforderungs-Ressourcen-Modell), Kompetenzförderung (Ressourcenaktivierung, Rückgriff auf Ressourcen, Verbesserung des gesundheitsbezogenen Wissens, Empowerment, Entwicklung von individuellen, praxisorientierten Handlungs- und Bewältigungsstrategien.

3. aus der Suchtprävention u.a.:

Annahmen zur Suchtentwicklung, Rückfallprophylaxe, Erkennen von Risikosituationen, Ambivalenz und Motivation zur Konsumveränderung, Entwicklung sowie Förderung von Kompetenzen und Fähigkeiten, Ressourcenaktivierung, Entwicklung von individuellen, praxisorientierten Bewältigungsstrategien sowie Entspannungstechniken.

Ergebnisse und Bewertung (Evaluation) des DIDAK[®] - Programms

Die Evaluation des DIDAK[®] - Programms erfolgte im Rahmen einer Diplomarbeit mit dem Titel „Alkoholmissbrauch bei Menschen mit geistiger Behinderung - Evaluation eines Primär- und Sekundärpräventionsprogramms“ (Bentrup-Falke 2006). Ergebnisse der Befragung zeigen u. a. auf, dass (vgl. Bentrup-Falke 2006):

- 28 von 30 befragten Teilnehmern im gesundheitlichen Bereich ihr Verhaltens positiv geändert hatten;
- positive Veränderungen im Ernährungsverhalten erfolgten;

- zwei Teilnehmer aufgehört hatten zu rauchen und vier Teilnehmer weniger rauchen;
- nach DIDAK[®] Teil 1 von 30 befragten Teilnehmern zehn weniger Alkohol konsumierten und ein Teilnehmer überhaupt keinen Alkohol mehr trinkt;
- nach DIDAK[®] Teil 2 von zwölf befragten Teilnehmern acht ihren Alkoholkonsum positiv verändert haben.

Umfang des DIDAK[®] - Programms als Ordner-Handbuch und komplettes Arbeitspaket

Das DIDAK[®] - Programm umfasst 97 Seiten und wird als Handbuch und Arbeitsinstrument für MitarbeiterInnen aus Wohneinrichtungen und Werkstätten für Menschen mit Behinderungen herausgegeben. Alle neun Einheiten wurden vorformuliert, didaktische und organisatorische Hinweise wurden eingearbeitet. Eine Auflistung der benötigten Anschauungs- und Arbeitsmaterialien steht am Anfang der Einheiten; das Programm enthält Arbeitsblätter (Erinnerungsblätter) und Folien. Die Arbeitsblätter sind auf farbigen Bögen gedruckt: rot für „Gefahr“, gelb für „Risiko“ und grün für „gesundheitsfördernde Handlungsstrategien“; weiße Arbeitsblätter geben Informationen zur Meinungsfindung. Alle Arbeitsblätter und Folien sind farbig illustriert; bei der Gestaltung wurden Hinweise aus dem „Wörterbuch für leichte Sprache“ (Netzwerk People First 2004) berücksichtigt. Für Bezugspersonen der Teilnehmer wurden Informationsblätter konzipiert.

Das DIDAK[®] - Konzept sowie die Dokumentation ihrer Erprobung sind in der Projektdokumentation dargelegt.

Projektdokumentation

Die Projektdokumentation über das Modellprojekt „Menschen mit geistiger Behinderung und einer Alkoholproblematik“ dokumentiert Informationen über die Krankheit Alkoholismus sowie bestehende Therapiemöglichkeiten, Präventionsmöglichkeiten für Menschen mit geistiger Behinderung (und Alkoholproblematik) sowie Möglichkeiten der Modifizierung von bestehenden Interventionsmaßnahmen für diese Zielgruppe.

Des Weiteren werden Konzept, Entwicklung und Ergebnisse des Sekundärpräventionsangebotes „Freizeitgruppe Treff“ sowie das Konzept und

Erprobungsmodalitäten des Präventionsprogramms DIDAK[®] dargestellt. Außerdem werden Anforderungen an Bezugspersonen in Bezug auf Prävention bei der Begleitung von Menschen mit geistiger Behinderung in Folge von Normalisierung und Inklusion thematisiert. Die Dokumentation umfasst 140 Seiten.

Marja Kretschmann-Weelink

Pädagogin; Sozialtherapeutin für die Arbeit mit chronisch mehrfachbeeinträchtigte abhängige Menschen (CMA), Autorin des DIDAK[®]-Präventionsprogrammes.

Langjährige Erfahrung mit Menschen mit geistiger Behinderung in Wohn- und Werkstattbereich.

2003 – 2006: Projektleitung im Modellprojekt „Menschen mit geistiger Behinderung und einer Alkoholproblematik“ bei Westfalenfleiß GmbH Arbeiten und Wohnen in Münster.

2009 – 2013: Projektleitung im Modellprojekt „Vollerhebung Sucht und geistige Behinderung“ bei AWO Unterbezirk Ennepe-Ruhr in Gevelsberg.

Seminare zum Thema „Menschen mit geistiger Behinderung und Suchtproblematik“.

Informationsbroschüre

Des Weiteren wurde in Kooperation mit dem Modellprojekt eine Informationsbroschüre „Infos und Tipps zu Alkohol“ für erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung in einer weiteren Diplomarbeit entwickelt, erprobt und evaluiert (Tewes 2006).



Bestellen Sie hier Didak[®]- Präventionsprogramm und die dazugehörige Projektdokumentation zum Komplett-Preis von 95,- Euro (inkl. Versandkosten *)

Dokumentation ohne Didak[®]-Programm 15,- Euro (inkl. Versandkosten *)

Bestellung unter:

einkauf@westfalenfleiss.de

*** Versandkosten ins Ausland sind zu erfragen!**