Prävention und Gesundheitsförderung mit DIDAK® in Einrichtungen der Sucht- und Behindertenhilfe

Fachtagung
„Sucht inklusive – geistige Behinderung und Sucht“

26. und 27. 09. 2016 Kassel

Marja Kretschmann-Weelink

Themen

DIDAK® – Präventionsprogramm
- DIDAK® - Konzept
- DIDAK® - Methodik und Inhalte
- DIDAK® - Beispiele für Prävention
- DIDAK® - Evaluation

- Organisation
- Durchführungsmodalitäten
- Prävention
- Einsatzmöglichkeiten
- Impulse

DIDAK®
ist ein didaktisch-handlungsorientiertes
Präventionsprogramm
für erwachsene Menschen
mit geistiger Behinderung.

Es kann als
Primär- und Sekundärpräventionsprogramm
eingesetzt werden.

DIDAK® - Konzept

Zielsetzung: erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung dafür zu sensibilisieren und zu befähigen, selbst etwas für ihre Gesundheit zu tun.

DIDAK® ist als didaktisch-handlungsorientiertes Programm konzipiert.

DIDAK® ist eine Abkürzung von „didaktisch“.
Handlungsorientiert:
a) unterschiedlich gestaltete Lernsituationen, in denen Teilnehmer etwas tun können und aktiv werden (handeln)
b) (Weiter)Entwicklung von Handlungsstrategien

DIDAK® - Konzept

Das DIDAK® - Programm berücksichtigt Fähigkeiten und Bedarfe der Zielgruppe in Bezug auf u.a.:

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

---

DIDAK® - Konzept

Das DIDAK® - Programm berücksichtigt 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)

- Kompetenzförderung
- Ressourcenaktivierung, Rückgriff auf Ressourcen
- Verbesserung des gesundheitsbezogenen Wissens
- Empowerment
- Risikofaktoren
- Entwicklung von individuellen, praxisorientierten Handlungs- und Bewältigungsstrategien

DIDAK® - Konzept

Das DIDAK® - Programm berücksichtigt aus der Suchtprävention u.a.:

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

DIDAK® - Konzept

Und nicht zuletzt ……

soll
- viel Spaß machen ☺ ☺
- in guter Erinnerung bleiben
- Bemühungen der Teilnehmer, sich gesundheitsförderlicher zu verhalten, anerkennen!

DIDAK® - Teil 1: „Gesund und fit – wie mache ich das?“

DIDAK® - Teil 2: „Umgang mit Alkohol“

DIDAK® - Methodik

Informationen über die Anwendung des DIDAK® - Programms

- Zielgruppe
- Einsatzbereich
- Teilnehmerzahl
- Referenten
- Organisation
- Einheiten
- Gespräche
- Pausen
- Entspannungsübungen
- Materialien

DIDAK® - Methodik

Einheit 1

Themen: **Gesundheitsförderndes Verhalten**
Nahrungs- und Genussmittel

Ziele:
Den Teilnehmern wird sichtbar und bewusst gemacht, dass es lebensnotwendige Nahrungsmittel gibt, die der Mensch zum Leben braucht und dass es Genussmittel gibt, die der Mensch nicht notwendig braucht.
[...]

Benötigte Materialien für die 1. Einheit:
Je Teilnehmer:
- ein Erinnerungsbuch (z.B. Aktenordner)
- Vordruck „Erinnerungsbuch“ DIDAK® Teil 1
- Vordruck mit Terminen für DIDAK® Teil 1
- Erinnerungsblatt grün 1,2,3

[…]

DIDAK® - Inhalte

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

Einheit 1: Gesundheitsförderndes Verhalten
Einheit 2: Gesundheitsförderndes Verhalten. „Risiko“
Einheit 3: „Gefahr“; Rauchen und Alkohol
Einheit 4: Alkohol: Handlungsstrategien zum „risikoarmen“ Konsum oder Abstinenz
Einheit 5: Vorsätze; Risikosituationen; Handlungsstrategien

DIDAK® - Inhalte

DIDAK® Teil 2: „Umgang mit Alkohol“

Einheit 6: Alkoholkonsumgründe; Folgeprobleme; Ansprechpartner
Einheit 7: Werbung; Vorsätze und Ambivalenz; Risikosituationen; Handlungsstrategien
Einheit 8: Vorsätze und Ambivalenz; Risikosituationen, Handlungsstrategien
Einheit 9: Stärken und Ressourcen

wurde im Wohnverbund als Fortbildung und in der WfbM im Rahmen der Arbeitsbegleitenden Maßnahmen angeboten und erprobt.

Die Teilnahme war freiwillig.

Einsatzmöglichkeiten von DIDAK®

DIDAK® kann in Wohnverbund und WfbM als Fortbildung angeboten werden, wobei der vorformulierte Text verwendet werden kann.

DIDAK® kann in Wohnverbund und WfbM als Fortbildung angeboten werden, wobei Schwerpunkte aus dem Programm ausgewählt werden.

DIDAK® kann in Einrichtungen der Suchthilfe als Präventionsprogramm (Primär- und Sekundärprävention) eingesetzt werden.

Informationen:

Marja Kretschmann-Weelink
kretschmann-weelink@gmx.de

DIDAK® - Präventionspogramm
www.westfalenfleiss.de
Wohnverbund - Projekte – DIDAK ®
0251-6180049

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!