

# Übersicht Beratungsangebote für Schüler

## **Persönlichkeitsentwicklung**

- 5. Klasse (Morgenkreis Klassenrat)
- 6. Klasse (Morgenkreis Klassenrat)
- 7. Klasse (Morgenkreis Klassenrat)
- 8. Klasse (Zeit für uns)
- 9. Klasse (Zeit für uns, Erlebnispädagogik)

## **Suchtprävention**

### **(Alkohol, Rauchen, Drogen, Medikamente)**

- 8. Klasse (Drogen, Präventionstag)
- 9. Klasse (Fazenda, Präventionstag, Alkohol macht Birne hohl)
- 10. Klasse (Drogen- u. Alkoholkonsum)
- 11. Klasse (Fazenda, Elterninfo Sloup, "Rauschfest")

### **5.-12. Klasse (Elternabend zum Thema Drogen aus medizinischer Sicht)**

## **Medienerziehung**

- 5. Klasse (**Morgenkreis Handy, Internet & Co.**)
- 6. Klasse (**Cybergrooming**)
- 6. Klasse (**Projekt „MobbingMops“**)
- 8. Klasse (**Social Media und Psyche**)
- 5.-12. Klasse (**Elternabend zum Thema Medienrecht**)

## **Familien- und Sexualerziehung**

### **(Beziehungsgestaltung, Aufklärung, Missbrauch/sexualisierte Gewalt)**

- 5. Klasse (KESS-Kurse, MfM, Shukura)
- 6. Klasse (KESS-Kurse)
- 7. Klasse (KESS-Kurse)
- 8. Klasse (KESS-Kurse)
- 9. Klasse (KESS-Kurse)

## **Gesundheitserziehung**

### **(Hygiene, Körper- und Zahngesundheit, Gesunde Ernährung, Stressbewältigung, Essstörungen, Sport und Bewegung, Mental Health)**

- 5. Klasse (**Schularzt, Zahnarzt / Entspannungstraining / bewegte Pause / Achtung Auto!-ADAC als Projekttag**)
  - 8. Klasse (**Is(s) was ... Umgang mit Essstörungen**)
  - 8.-11. Klasse (**Suizidprävention und Umgang mit Selbstverletzung**)
  - 9. Klasse (**Umgang mit Angst und Angststörungen**)
  - 11. Klasse (**Umgang mit Stress**)
-

## Morgenkreis / Zeit für uns / Klassenrat

- Klassenstufe: 5 - 9
- Veranstalter: Schule - Klassenlehrer

Zum Grundkonzept unserer Schule gehört auch die Ausbildung von Kompetenzen im sozialen Bereich, das Kommunikationstraining, die Werteerziehung und der Umgang mit Formen zur Konfliktbewältigung. Dazu steht dem Klassenlehrer in der Unterstufe (Klasse 5 – 7) jeweils die erste Unterrichtsstunde am Montag (Morgenkreis) zur Verfügung, in Klasse 8/9 jeweils eine Stunde im Wochenplan (Zeit für uns). Diese Stunde kann der Klassenlehrer inhaltlich frei gestalten, sollte dabei aber Themen der oben genannten Schwerpunkte altersgerecht einbinden. In Klasse 8/9 kann die Gestaltung dieser „Zeit für uns“-Stunde in wesentlichen Zügen die Klasse selbst übernehmen.

Ein wichtiger Aspekt in Klasse 5 ist die Einführung des Klassenrates, einem Prozedere, das geeignet ist, Konflikte in der Klasse zu lösen und gemeinsam nach einer geeigneten Lösung zu suchen. Dabei übernimmt anfangs der Klassenlehrer die Anleitung, später leiten Schüler die Aussprache und Ergebnisfindung selbst. Es geht im Wesentlichen darum, für Probleme Lösungen zu finden, die von allen Mitgliedern der Klassengemeinschaft mitgetragen werden können, zu hinterfragen, ob sich jeder Schüler in der Klasse wohl fühlt und Bedingungen gemeinsam zu überlegen und zu schaffen, dass dies gewährleistet. Kritik und Selbstreflexion werden altersgerecht eingeübt und die Fähigkeit, Gefühle und Gedanken zu formulieren trainiert.

Diese hier genannten Bereiche unserer pädagogischen Arbeit verstehen wir als wesentliche Grundlage der Präventionsarbeit, da sie der Stärkung des Selbstwertgefühls dienen und die Kinder erleben lassen, dass sie angenommen und wertgeschätzt sind. Das christliche Menschenbild, das sich auch im Leitbild der Schule widerspiegelt, ist dabei unsere Handlungsgrundlage.

Zurück zur Übersicht

---

## Erlebnispädagogik

- Klassenstufe: 9
- Veranstalter: Schule, Lehrerteam mit der Qualifikation „Erlebnispädagogik“

Die Erlebnispädagogik ist ein Element der Erziehungsarbeit an der Schule. Die Schüler der 9. Klassen können sich für dieses Projekt bewerben. Ihr Antrag umfasst eine Beschreibung der Wünsche, Erwartungen und gestellten Ziele der Klasse, sowie einen Beitrag eines jeden einzelnen Schülers.

Die Erlebnispädagogik verfolgt mehrere Hauptziele. In Bezug auf den einzelnen Schüler geht es um die Stärkung des positiven Selbstkonzeptes, d.h. die Entwicklung von Wahrnehmung und Wissen um die eigene Person, den Ausbau der Reflexionsfähigkeit und die Verbesserung der Gruppensituation in der Klasse. In einzelnen Modulen werden im Wechsel Gesprächsrunden mit Übungseinheiten gekoppelt, wo es darum geht, sich selbst einzuschätzen, zu reflektieren und das Vertrauen der Gruppe zur Erreichung eigener Ziele zu

nutzen. Weitere Module dienen der Stärkung des „Wir-Gefühls“ durch gemeinsames Bewältigen von Herausforderungen.

Die Schüler lernen sich in ganz neuen Situationen und unter völlig anderen Bedingungen kennen. Dieses Projekt dient im Wesentlichen der Stärkung der eigenen Persönlichkeit und der Gruppe in ihrem Zusammenhalt.

[Zurück zur Übersicht](#)

---

---

## Suchtprävention / Fazenda „Gut Neuhof“ bei Berlin

- Klassenstufe: 9 und 11
- Veranstalter: Mitarbeiter und Bewohner der Fazenda

Unsere Schule praktiziert seit vielen Jahren eine Kooperation mit der Fazenda „Gut Neuhof“ bei Berlin. Auf der Homepage der Fazenda ist deren Anliegen wie folgt formuliert: „Die Fazenda da Esperança ist eine Lebensgemeinschaft, die vor über 25 Jahren in Brasilien aus dem Leben einiger engagierter Mitglieder einer katholischen Kirchengemeinde entstand. Sie nahmen sich die Worte der Bibel als Leitlinie für ihr Leben und erfuhren, wie dadurch ihr Denken und Handeln erneuert wurde. Ausgeschlossene und vernachlässigte Menschen, wie Drogen- und Alkoholabhängige lernten das Leben dieser Gruppe kennen, begannen deren Leben zu teilen und erfuhren so einen Neuanfang in ihrem Leben. Im Laufe der Zeit sind weltweit über 100 Fazenda-Gemeinschaften entstanden, wo aktuell über 2500 junge Menschen leben, die einen Neuanfang wagen, von ihren Abhängigkeiten frei werden und ein neues, selbstverantwortliches Leben lernen.“

Wir laden aus dieser Gemeinschaft Männer bzw. Frauen zu einer Gesprächsrunde ein, in der sie über ihr Leben und ihre Erfahrungen mit Drogen, Alkohol, Abhängigkeit berichten. In Klasse 11 ist der zeitliche Rahmen geteilt in einen 2-stündigen Bericht und eine Gesprächsrunde mit den Stufensprechern, wo Fragen stellvertretend für alle gestellt werden können. In den Klassen 9 sind die Bewohner der Fazenda zu Gast in einer „Zeit-für-uns-Stunde“

Das Projekt ist für alle Beteiligten ein sehr emotionales Zeugnis der Gäste, das sehr viele Aspekte des Problems „Abhängigkeit“ in unserer Gesellschaft widerspiegelt, da unmittelbar „Betroffene“ zu Wort kommen.

[Zurück zur Übersicht](#)

---

---

## Suchtprävention - Drogen, Medikamente, Alkohol

Thema: Mein Kind macht das nicht ... oder?

Klassenstufe: 5-12 (Elternabend)

**Thema 1: Alkohol und Nikotin**

Schwerpunkt: Alkohol; Suchtgedächtnis; Hirnentwicklung in der Pubertät; Energy Drinks  
Referentin: Frau Dr. Theresa Glöckler, FÄ f. Neurologie, FÄ f. Psychiatrie u. Psychotherapie,  
Suchtmedizinische Grundversorgung; Oberärztin am Städtischen Klinikum Dresden Neustadt  
in der Psychiatrie

## **Thema 2: illegale Drogen**

Schwerpunkt: Crystal, aber auch THC und Heroin  
Referentin: Frau Dr. Meinhardt, FÄ für Allgemeinmedizin, Suchtmedizinische  
Grundversorgung, Schwerpunktpraxis für Suchtkranke

Die Eltern werden aus der Sicht von Fachärzten, die selbst auch Eltern von Schülern unserer Schule sind, über Wirkungsweisen und Gefahren der o.g. Inhaltsstoffe informiert. Diese Wissensvermittlung wird eindrucksvoll kombiniert mit Erfahrungsberichten aus der Praxis der beiden Referenten und dem Eingehen auf die erzieherische Verantwortung der Eltern im Umgang mit diesen Themen. Die o.g. Inhaltsstoffe werden vorgestellt, Wirkungen auf den Körper erläutert und Suchtpotentiale hinterfragt. Fallbeispiele sind dabei von großer Bedeutung, da sie den Praxisbezug herstellen und eindrucksvoll beleuchten. Ein wesentlicher Aspekt der Darstellungen ist auch der Umgang mit Energy-Drinks. Nachfragen der Eltern haben gezeigt, dass dort im Umgang und in der Einschätzung ein großes Wissens-Defizit besteht. Betont wird dabei der Erziehungsauftrag der Eltern, insbesondere der Umgang mit einem „NEIN“ in der Familie.

Der Elternabend wurde wegen seiner Komplexität der Themen erstmalig in diesem Schuljahr auch für Eltern der Klassenstufe 7 angeboten.

Zurück zur Übersicht

---

---

## **„Alkohol macht Birne hohl...“ Gesundheitserziehung**

- Klassenstufe: 8 - 12, SAW-Angebot
- Referent/Veranstalter: Verschiedenes Fachpersonal aus dem Bereich Suchtmedizin

Herr Prof. Dr. med. Donix ist Arzt mit langjähriger Erfahrung im Bereich Suchtmedizin und war selbst Schüler des St. Benno-Gymnasiums.

Er verweist auf Grund seiner praktischen Erfahrungen auf Wirkungen von Alkohol auf den Körper, Gefahren der Suchtentwicklung und Vorgänge im Gehirn bei Alkoholkonsum und Sucht. Eindrucksvoll illustriert werden seine Darstellungen von Fallbeispielen aus der Klinikpraxis.

Ziel dieses Angebotes ist es, Informationen zu diesen Themen klassenstufenübergreifend zweimal im Schuljahr an interessierte Schüler zu vermitteln, ohne dass sich eventuell „Betroffene“ outen müssen.

Das Angebot umfasst 2 Stunden und ist in einen Vortragsteil und einen Gesprächsteil gegliedert.

Die Schülerarbeitswoche (SAW) findet zweimal im Jahr statt. Ziel dieser Woche ist es, durch vielfältige Angebote von Lehrern, Eltern, Schülern und außerschulischen Partnern

- Wissen in einzelnen Fächern zu vertiefen
- Wissenslücken in einzelnen Fächern zu schließen bzw. Fähigkeiten weiter zu entwickeln
- Angebote für Themen des Alltags zu machen, um Interesse zu wecken bzw. Wissen zu vermitteln, das so im Unterricht keinen oder nicht ausreichend Platz findet

Das SAW-Angebot wird von weiteren Kollegen aus dem Fachbereich begleitet

Zurück zur Übersicht

---

### **Informationse Elternabend zum Umgang mit Alkohol auf der Stufenfahrt 11 nach Sloup**

- Klassenstufe 11
- Referent/Veranstalter: Schulleitung : Herr Ahlfeld - Oberstufenberater

Die Eltern werden über den Ablauf der Stufenfahrt informiert und über das strikte Verbot von Alkohol auf dieser Fahrt. Sie werden gemeinsam mit ihren Kindern per Unterschrift zur Einhaltung dieser Regelung verpflichtet.

Grund dieses Elternabends waren immer wiederkehrende Probleme mit dem Alkoholverbot. Ausflüge und Exkursionen wurden genutzt, um sich mit Alkohol zu versorgen und diesen dann auch in mehr oder weniger starker Konzentration zu konsumieren. Das betraf in der Regel nicht nur einzelne Schüler, sondern eine größere Gruppe.

Ziel des Elternabends ist es, die Erziehungsverantwortung der Eltern als unterstützende Maßnahme zu aktivieren und die Schüler und Eltern als Erziehungsgemeinschaft zu diesem Thema in die Verantwortung zu nehmen.

Ein Nichteinhalten der Regelung zum Alkoholverbot hat zur Folge, dass die gesamte Jahrgangsstufe keine Kursfahrten in Klasse 12 machen darf.

Diesen Elternabend gibt es seit zwei Jahren, bisher mit entsprechendem Erfolg.

Zurück zur Übersicht

---

### **Suchtprävention**

- Thema: Suchtprävention insbesondere Drogenprävention
- Klassenstufe: 8 & 11/12 (u.a. SAW)
- Referent/Veranstalter: (apo)THEKE – Diakonie Dresden

Die Diakonie führt an unserer Schule die „klassische“ Drogenprävention in Klasse 8 durch. Hierzu zählt die grundlegende Wissensvermittlung zum Wirken von verschiedenen Substanzen. In Klasse 11/12 geht es dann verstärkt um den bewussten Umgang.

Nähere Informationen dazu sind hier zu finden: <https://www.diakonie-dresden.de/einrichtungen/freizeitangebote-fuer-kinder-jugendliche/apotheke-fachstelle-fuer-suchtpraevention-und-konsumkompetenz.htm>

---

## **Internet, Spielsucht, Cybermobbing - Suchtprävention**

- Thema: Was macht mein Kind im Internet?
- Klassenstufe: 5
- Referent/Veranstalter: Herr Golinski, Medienbeauftragter der Schule, Leiter des Studios GO4MEDIA

Die Eltern werden über rechtliche Hintergründe und Gefahren im Umgang mit Internet und Handy an Hand von Beispielen aus dem Chat-bzw. Spielebereich informiert.

Ein wesentlicher Aspekt ist dabei die Verantwortung der Eltern gegenüber ihren Kindern im Nachmittagsbereich, insbesondere im Umgang mit Chats. Eingegangen wird auch auf Sicherheitsrisiken im Netz und einem möglichen Umgang damit.

Viele Eltern beklagen ihre fehlenden Kompetenzen und Kenntnisse und die Tatsache, dass sie oft nicht wissen, ob ihre Kinder ihnen richtige und vollständige Informationen zu Spielen und Chats vermitteln. Sie kennen oft auch nicht die rechtlichen Zugangsbedingungen für Chats, wie z.B. WhatsApp. Andererseits wird mangelhafte Kontrolle mit dem nicht gewünschten Eingriff in die Privatsphäre des Kindes begründet.

In diesem Elternabend wird versucht, Wissen zu vermitteln, zu sensibilisieren und Verantwortung aus Sicht des Schutzes zum Kindeswohl zu thematisieren. Dieser Elternabend findet seit zwei Jahren statt.

Parallel dazu findet ein Morgenkreis zum Thema statt, der von Herrn Golinski gestaltet wird und außer kindgerechten Informationen auch Zeit für alle Fragen bietet.

---

## **Cybergrooming**

- Thema: Pädophilie im Netz
- Klassenstufe: 6
- Referent/Veranstalter: Polizei

In diesem Vortrag sollen Schülerinnen und Schüler der Klasse 6 sensibilisiert werden für die Gefahren, die durch Anbahnung auf Social Media entstehen können. Nähere Informationen sind hier zu finden:

<https://www.polizei.sachsen.de/de/40248.htm>

## **Social Media und Psyche**

- Thema: Gesunder Umgang mit Social Media
- Klassenstufe: 8
- Referent/Veranstalter: Aufeinander Achten e.V.

In diesem Workshop geht es um die Auswirkungen von (zu hohem) Konsum oder Gebrauch von Social Media und Auswirkungen auf die mentale Gesundheit. Nähere Informationen sind hier zu finden:

<https://aufeinanderachten.de/kurse/>

## „Die Mission Mobbing Mops“

- Thema: Cybermobbing
- Klassenstufe: 6
- Referent/Veranstalter: Social Web macht Schule e.V.

In diesem Workshop geht es um die Sensibilisierung und Schaffung zum Umgang mit insbesondere Klassenchats. Nähere Informationen sind hier zu finden:

<https://www.social-web-macht-schule.de/medienbildung-schule>

---

---

## Kess erziehen – Abenteuer Pubertät

- Klassenstufe: 6 - 10
- Referent/Veranstalter: Frau Claudia Leide, Familienreferentin Bistum Dresden-Meißen, Katholisches Schulwerk St. Benno e.V.

### KESS bedeutet

K....kooperativ

E....ermutigend

S....sozial

S....situationsorientiert

Es ist ein Erziehungskurs für Väter und Mütter, deren Kinder in der Pubertät sind oder sich dieser nähern.

In fünf aufeinander aufbauenden Kursabenden (jeweils von 19.30 – 22.30 Uhr) wird methodisch abwechslungsreich mit Inputs, Rollenübungen, Anregungen zur Selbstreflexion und Austauschgeboten das Thema aus verschiedenen Blickwinkeln beleuchtet.

In einer gelassenen Haltung, die darauf vertraut, dass Jugendliche wie Eltern bereichert aus der Phase der Pubertät herausgehen, werden deren anstrengenden wie schönen Seiten in den Blick genommen. Der Kurs unterstützt Väter und Mütter in diese rZeit des Umbruchs und zeigt Wege, wie sie Jugendlichen in ihrem Selbstwertgefühl stärken, Grenzen respektvoll setzen und Kooperationen entwickeln können.

### Die Themen der fünf Kurseinheiten

- Veränderungen wahrnehmen - soziale Grundbedürfnisse achten
- Achtsamkeit entwickeln - Position beziehen
- Dem Jugendlichen das Leben zutrauen - Halt geben
- Das positive Lebensgefühl stärken - Konflikte entschärfen
- Kompetenzen sehen - das Leben gestalten

Zurück zur Übersicht

---

## **„My fertility matters“ (MfM) - Projekttag zur Familien- und Sexualerziehung/Aufklärung**

- Klassenstufe: 5
- Referent/Veranstalter: Kaleb Dresden

Das MfM-Projekt - die Abkürzung bedeutet entschlüsselt „My fertility matters“ – ist eine wertorientiertes, sexualpädagogisches Präventionsprojekt.

[www.mfm-programm.de](http://www.mfm-programm.de)

An jeweils einem Vormittag im Frühjahr findet seit vielen Jahren in allen 5. Klassen das MfM-Projekt statt. In den Workshops werden die körperlichen Veränderungen durch die Pubertät thematisiert. Während die Mädchen in einer „Zyklus-Show“ mit den Vorgängen, die Monat für Monat in ihrem Körper stattfinden, vertraut gemacht werden, sind bei den Jungen zum selben Zweck „Agenten auf dem Weg“.

Das Projekt basiert im Wesentlichen auf dem Grundgedanken, dass der Mensch das, was er schätzt und als wertvoll empfindet, auch schützen will. Deshalb sollen den Mädchen und Jungen in den Workshops spielerisch, liebevoll und anschaulich in wertschätzender Sprache verdeutlicht werden, was in ihrem Körper vor sich geht. Damit soll die Wertschätzung des eigenen Körpers unterstützt und aufgebaut werden. Gleichzeitig kann damit eine neue Haltung zur Fruchtbarkeit entwickelt werden: Es gilt nicht, sich vor ihr schützen, sondern, sie zu „beschützen“. In der Mischung von fachgerechter Informationsvermittlung und aktivem Mitmachen im geschützten Raum finden sich auch viele Gelegenheiten für die Mädchen und Jungen, Fragen an die Referenten zu stellen.

In einem Elternabend kurz vor dem Projekttermin werden die Eltern genau über den Ablauf und die Zielorientierung informiert.

Zurück zur Übersicht

---

## **Shukura - Projekttag zur Familien- und Sexualerziehung, Missbrauch und sexualisierte Gewalt**

- Klassenstufe: 5
- Referent/Veranstalter: AWO

„Shukura ist ein Mädchenname arabischen Ursprungs. Er bedeutet „Du bist einzigartig“. Jeder Mensch ist besonders und hat das Recht, in seinem So-Sein wahrgenommen und akzeptiert zu werden. Diese Grundhaltung spiegelt sich in unserer täglichen Arbeit wider.

Unsere wichtigsten Arbeitsgrundlagen sind die in der UN-Kinderrechtskonvention 1989 formulierten Kinderrechte. Mädchen und Jungen haben das Recht, sich zu selbstbestimmten, selbstbewussten und eigenverantwortlichen Persönlichkeiten entwickeln zu können. Insbesondere die Rechte auf Schutz vor Gewalt und Misshandlung, auf Schutz vor sexuellem Missbrauch und auf freie Meinungsäußerung bestimmen die Inhalte unserer Arbeit. Diese vermitteln wir und orientieren uns dabei an den Präventionsgrundsätzen von Elisabeth Fey.“

[www.awo-shukura.de](http://www.awo-shukura.de)

Das Projekt geht in spielerischer Weise auf die Frage ein: Wie gehe ich als Kind mit Handlungen /Dingen um, die ich nicht möchte? Dabei geht es in erster Linie um den Umgang in der Klasse/Gruppe, das Recht „NEIN“ sagen zu dürfen, Vertrauenspartner und letztendlich auch um sexualisierte Gewalt, insbesondere im Vertrauensverhältnis von Familie, Sportgruppe o.ä. Es wird auch auf den Umgang mit Mobbing im Internet eingegangen. Dabei werden einzelne Szenen von den Erwachsenen gespielt und anschließend mit den Kindern besprochen.

Das Projekt wird begleitet von einem einführenden Elternabend, in dem die Inhalte des Projekttages den Eltern erklärt werden. Das Projekt findet in allen 5. Klassen statt.

[Zurück zur Übersicht](#)

---

### **Gesundheitserziehung - Stressbewältigung**

- Thema: Zusammenhang von Angst und Stress bis hin zu psychischen Störungen
- Klassenstufe: 9-12, SAW-Angebot
- Referent/Veranstalter: Aufeinander Achten e.V.

„Aufeinander Achten“ ist seit einiger Zeit unser Kooperationspartner. In den SAW-Wochen werden Workshops zu den Themenfeldern Angst und Stress durchgeführt. Nähere Infos sind hier zu finden:

<https://aufeinanderachten.de/kurse/>

[Zurück zur Übersicht](#)

---

### **Achtung Auto! - Unfallverhütung und Verkehrserziehung**

- Klassenstufe: 5
- Referent/Veranstalter: ADAC Dresden

Das Projekt findet außerhalb der Schule (in der Regel auf dem Gelände der Dinglingerschule) statt und geht auf Sicherheitsaspekte des Schulweges und der Einschätzung von Gefahrensituationen ein. Letzteres wird auch praktisch mit einem Auto trainiert. Dabei geht es um Wissensvermittlung bzw. Rekapitulieren von Wissen aus der Grundschule zu Verkehrszeichen, Verkehrsregeln und Verhaltensweisen in Gefahrensituationen.

Dies ist ein wesentlicher Sicherheitsaspekt, da unsere Schüler oft einen sehr weiten Schulweg haben, z.T. erstmalig auf öffentliche Verkehrsmittel angewiesen sind bzw. mit dem Fahrrad zur Schule kommen. Außerdem liegt unsere Schule an einer verkehrsreichen Straße mit erheblichem Gefahrenpotential. Dieser Projekttag findet im Rahmen der SAW (Schülerarbeitswoche) statt und umfasst 2 Stunden pro Klasse.

[Zurück zur Übersicht](#)

---

Hier gibt es Informationen der **Suchtberatungsstelle Dresden, Diakonie** zur Frühintervention bei erstauffälligen Drogenkonsumenten (**FreD**)