



Stigma e.V.

**LERNEN**

**AUS**

**LEBENSERFAHRUNG**

**Medienpädagogisches Bildungskonzept  
zur Stärkung  
des sozialen und individuellen  
Problembewusstseins und der Identitätsbildung  
des Menschen.  
(Stigma e.V.)**

## A) Pädagogisches Konzept

Das Heranwachsen stellt den Menschen vor große emotionale, soziale und kulturelle Herausforderungen, die er in seiner Identitätsentwicklung bewältigen muss. Neue Gefühle, neue Menschen, neue Themen prasseln in der Pubertät auf den jungen Menschen ein und es ist oft nicht einfach den Überblick zu behalten. Gerade die Einordnung und der Ausdruck der Emotionen bereitet aus Scham häufig Schwierigkeiten und führt zu Kompensation und Verdrängungen durch z.B. Drogenkonsum. Gleichzeitig ist der Rausch und die Suche des Risikos auch natürlicher Teil des Erwachsen-Werdens in der Pubertät.

*Lernen aus Lebenserfahrung* soll jungen Menschen präventiv helfen, anhand der Lebenserfahrung anderer Menschen, die kommenden Herausforderungen selbstbewusst anzunehmen, Phänomene wie Drogenabhängigkeit oder psychische Krankheiten in ihren sozial-emotionalen, historischen und wissenschaftlichen Kontext einzuordnen, um sie mit diesem Rüstzeug vor selbst- und fremdgefährdenden Verhalten zu schützen. Gleichzeitig soll es Erwachsenen helfen, die Themen vernünftig einzuordnen und nicht in Dramatisierung oder Verherrlichung stecken zu bleiben.

### **Die Biographie (-Serie) als sinnstiftende Erzählung**

Der Mensch ist als soziales Wesen auf das Lernen durch die Erfahrung von Vorbildern angewiesen. Durch Beobachten, Fühlen und Zuhören lernen wir von unseren Bezugspersonen die Anforderungen des Lebens zu meistern. Dabei spielen auch die tradierten Geschichten unserer Vorfahren und die Erfahrungen von Zeitzeugen eine gewichtige gesellschaftliche Rolle, die inzwischen in Form der Oral History auch in der Geschichtsforschung ihren Platz gefunden hat. Durch den medialen Fortschritt ist es uns möglich die Erfahrungen in den Biographien in Schrift, Bild und Ton dauerhaft zu speichern und für die Nachwelt zu sichern. Das ermöglicht es uns von den Erfahrungen der Menschen über die direkte generationelle Kommunikation hinaus zu lernen. Biografien bieten seit jeher Inspiration und Sinnstiftung für den Rezipienten und eröffnen neue Handlungsoptionen.

Das Konzept "Lernen aus Lebenserfahrung" basiert zum Einen auf den Erfahrungen und positiven Reaktionen, die wir mit den Biographie-Serien "Shore, Stein, Papier" und "Komm, lieber Tod" auf youtube und den anderen sozialen Medienplattformen gemacht haben. Die Kommentarkultur unter den Videos ist mit überragender Mehrheit positiv und führt immer wieder zu ernsthaften Diskussionen und Problematisierungen der Themen unter den Zuschauern. Im Anhang haben wir ein paar Beispielhafte Kommentare eingefügt. Auch die Pressereaktionen im Feuilleton waren durchweg positiv und so wurde "Shore, Stein, Papier" im Jahr 2015 für den Grimme-Online-Award in der Kategorie Wissen und Bildung für "Aufklärung ohne moralischen Zeigefinger" nominiert und konnte schließlich den Publikumspreis gewinnen.

Zum anderen durften wir bereits einige Seminare mit Schüler\_Innen oder FSJ-Absolvent\_Innen geben, wo sich immer gezeigt hat, dass ein thematisch Betroffener als direkter persönlicher Ansprechpartner für die Heranwachsenden den inhaltlichen und emotionalen Zugang zur Lebenswelt der Menschen erleichtert. Dieser Erfahrungsaustausch von Mensch zu Mensch auf Augenhöhe hilft den Zuhörern sich selbst zu öffnen, die Probleme als menschliche zu begreifen, sie auf seine eigene Lebenswelt anzuwenden und mit diesem Selbstbewusstsein seine Identität zu stärken, sowie individuelle und soziale Probleme frühzeitig zu erkennen und Lösungsansätze parat zu haben.

### **Gesellschaftliche Prozesse**

Als Individuen haben wir unterschiedliche Voraussetzungen und können verschiedene Wege gehen. Die einhergehenden unterschiedlichen soziokulturellen Bindungen bringen eigene Lebenswelten hervor, die bestimmte Merkmale, Konflikte, Vorurteile und Wertevorstellungen vereinen. In der Entwicklung dieser geistigen Grundhaltung sind wir gleich und es ist immer auch ein Verhältnis zu anderen mit inbegriffen, was unser Urteil über Andere maßgeblich bestimmt. Der Mensch muss in Schubladen Vorurteilen, um sich zu orientieren, bleibt dann aber häufig in diesen Vorurteilen stecken. So werden bestimmte gesellschaftliche Gruppen, wegen ihres Verhaltens (Drogenabhängige, Kriminelle), ihrer körperlichen oder psychischen Beeinträchtigungen, ihrer Herkunft oder Hautfarbe, ihrem Geschlecht, ihrem Glauben oder ihrer Sexualität stigmatisiert und der Blick und das Verständnis für die tatsächliche Situation des Menschen gar nicht erst möglich. Zwischen Individuen und Gruppen entstehen dabei häufig soziale Konflikte, die auf fehlendem Wissen und Verständnis basieren. Lernen aus Lebenserfahrung soll das Verständnis für die sozialpsychologischen Prozesse schärfen und über die Geschichten der Menschen ein besseres Verständnis fördern.

## **2. Lebenswelten verstehen, Problembewusstsein entwickeln & Identität stärken**

Themen wie z.B. Behinderung, Kriminalität, Drogenabhängigkeit, psychische Krankheiten oder Depression bringen einerseits eigene Begriffe, sowie phänomentypische soziale und psychologische Prozesse und Dynamiken mit sich, die sich erst bei intensiver Betrachtung erschließen.

Andererseits gibt es entwicklungspsychologisch natürlich die gleichen Herausforderungen zu bewältigen, die gleichen Sozialisations- und Kulturationsprozesse zu durchleben und gleiche Biochemischen Lernen aus Lebenserfahrung verknüpft beide inhaltlichen Stränge miteinander und versucht ein möglichst vollständiges, nachvollziehbares Bild vom Menschen in seinen Zusammenhängen zu zeigen und soll damit unterstützend durch Prävention, Begleitung, Verständnis oder Solidarität für die Zuhörer sein, und so gesellschaftlichen Mythenbildungen entgegen wirken und eine aufrichtige Aufklärung ermöglichen. Selbstverständlich sind die Biographien dabei nur Beispiele und bieten kein Patentrezept.

### **Lebenswelten verstehen**

Anhand der biographischen Erzählungen, unterstützt durch Videos und Bilder und den persönlichen Austausch, lernen die Zuhörer die Protagonisten und ihren Lebensweg kennen. Allgemein liegt dabei der Schwerpunkt auf dem Verständnis der biografischen Brüche und der Bedeutung der Emotionen für die Entscheidungen des Menschen, die Bearbeitung von persönlichen und sozialen Konflikten und damit seine Identitätsentwicklung haben.

Typische Begriffe und soziale Systeme wie z.B. Substitution, Therapeutische Betreuung, Vollzugsanstalten, Drogen, Wirkung & Entzug werden vermittelt und ihre Bedeutung für die Lebenswelt anhand der Erfahrungen verdeutlicht.

### **Problembewusstsein entwickeln**

Es entwickelt sich ein Verständnis für die psychischen und sozialen Problemlagen der fremden Lebenswelt und regt zur persönlichen und gesellschaftlichen Einordnung der Phänomene an. Dieses Wissen hilft eigene Problemlagen oder Probleme im direkten Umfeld der eigenen Lebenswelt zu erkennen und die Situation unaufgeregt einzuordnen. Die Erzählungen regen z.B. die Selbstreflexion über das eigene Konsumverhalten und die psychische Verfasstheit an und wollen ein realistisches Vertrauen in die sozialpsychologischen Hilfesysteme vermitteln, und dabei verdeutlichen, dass der Wille zur Veränderung vom Individuum abhängt und auch Rückschläge dazu gehören. Es gibt kein Patentrezept, aber es gibt Mechanismen die sich wiederholen und wesentlich für die Bewältigung sind die eigenen Emotionen.

### **Identität stärken**

Durch die angeregte Selbstreflexion, kann ein besseres Verständnis der eigenen Identitätsbildung vermittelt werden und damit die eigene Identität gestärkt werden. Wichtig ist, einen Zugang zu seinen Emotionen zuzulassen. Dazu gehört, dass man lernt seine Emotionen auszudrücken und auf der anderen Seite lernt zuzuhören und die Emotionen anderer ernst zu nehmen. Durch die offene Kommunikation wird der Raum zu einer gemeinsamen Bewältigung der Probleme ermöglicht. Bereits Abhängige realisieren, dass sie nicht alleine mit dem Problem sind und Konsumierenden wird geholfen, ihren Konsum ohne Scham zu problematisieren.

Im folgenden werden die Biographien und der inhaltliche Ablauf der entsprechenden Konzepte von "Lernen aus Lebenserfahrung" kurz vorgestellt.

## 2.1 Shore, Stein Papier (Sick, \*1973)

### Drogen- und Kriminalitätsprävention – Aufklärung für Betroffene, Angehörige & Interessierte - Safer Use

Sick wird 1973 im Saarland geboren, von wo er mit 4 Jahren mit seiner Mutter nach Sindelfingen bei Stuttgart zieht. Nach einer relativ zufriedenen Kindheit, körperlich ausgelastet, geht normal in die Schule, zieht er schließlich, als 13-Jähriger, mit seiner Mutter zum ihrem neuen Freund nach Hannover. Der neue Freund bezeichnet ihn als unerwünschtes Mitbringsel, was ihm seine Mutter nicht glaubt und fortan finden sie emotional nicht mehr zueinander. 1988 raucht er als 15-Jähriger sein 1. Shore Blech und von nun an sollte das „wohlige, warme Gefühl“ sein Leben bestimmen. Beständig wächst der Konsum und mit ihm die notwendige Beschaffungskriminalität, und er beginnt sich mit seiner Clique im Einbruchsdiebstahl zu professionalisieren. Schließlich wird er als 18-Jähriger -inzwischen obdachlos und bei einem Tagesbedarf von 5 G Heroin angekommen- im November 1991 erstmalig verhaftet und verbirgt seine erste Haftstrafe von 2 Jahren (1991-1993) in der JA Hameln.

In den folgenden 5 Jahren wechseln die Schauplätze seines Lebens zwischen der Szene Hannover und den Justizanstalten Lingen, Meppen und Vechta, bis er sich 1998 erstmalig durch das Programm „Therapie statt Strafe“ in Osnabrück seiner Sucht stellt. Dort entlassen beginnt er unvermittelt mit Gras zu dealen und baut sich nach und nach ein lukratives Drogengeschäft auf, was ihm, nach einer halbjährigen Überwachung durch die Staatsanwaltschaft Osnabrück, im Jahr 2001 seine letzte Verhaftung wegen Handel mit Betäubungsmitteln im großen Stil einbringt.

Nach seiner letzten Entgiftung 2012 begannen die Dreharbeiten zur Biographie-Serie "Shore, Stein, Papier", mit der wir schließlich den Grimme-Online-Award 2015 gewinnen konnten. Im Jahr 2016 erschien das Buch zur Serie im Piper-Verlag und konnte sensationell auf Platz 11 der Bestseller-Liste einsteigen.

### Shore, Stein, Papier



#### Peter Kraus

Alter, dass ist ja mal wieder der Hit! Genau wie bei mir. Musste genauso wie Du mit 12 umziehen, nur die dummen Sprüche meines leiblichen Vaters waren wesentlich "aussagefähiger". Mir ist mal aufgefallen, dass bei über 90 % solcher Leute in der Beziehung zu mindestens einem Elternteil etwas gravierendes nicht stimmt! Bei den meisten ist es der Vater. Und später behandelt einen jeder so, als ob man blöd im Kopf ist, weil man sowas macht - dabei versucht man nur den Schmerz zu betäuben! □

#### Nadia

Es ist so viel näher an der Realität diese ganzen Erfahrungen mit Drogen von nem ehemaligen Konsumenten zu hören als in irgendeiner Doku von nem Wissenschaftler. □

#### Denny Denov

Meine Mam hat mir damals "Wir Kinder vom Bahnhof Zoo" gezeigt, damit ich sowas bloß nicht mache und keine Drogen anfasse. Ich würde meinen Kindern "Shore, Stein, Papier" zeigen!

## Themen

### 1. Einstieg in die Abhängigkeit

- Die Situation des 1. Konsums (Veränderung der Gefühlssituation)
- Die Gewöhnung an den Konsum (Bedürfnis nach Rausch)

### 2. Sucht & Beschaffung

- Beschaffungskriminalität
- Toleranzentwicklung & Dosissteigerung

### 3. Kriminelle Identität & Normales Leben

- Leben im Gefängnis
- Identifikation als Krimineller

### 4. Lebensdiagnose Sucht

- Problembewusstsein für die chronische Krankheit Sucht
- Substitution und die Suche nach der "richtigen" Therapie

### 5. Lebenssinn & Alltagsgestaltung

- Die Suche nach einem neuen Sinn
- Die großen Probleme der Alltagsgestaltung

### 6. Rauschstoffe & Wirkung

- Biochemische Wirkung der Drogen auf den Körper
- Gefahren des Konsums

## 2.2 Komm, lieber Tod (Stefan Lange, \*1965)

### Suizidprävention – Aufklärung über Depression, Bipolare Störung & Suizid

<p>Stefan Lange ist 1965 geboren und als Sohn eines Bundeswehroffiziers früh mit körperlichen und seelischen Verletzungen konfrontiert worden. Die Konflikte wurden in der Familie verdrängt und Stefan versuchte sein Leben unverarbeitet, mit der Hypothek des fehlenden Urvertrauens, zu bewältigen. Früh begleiteten ihn dabei Zerstörungs- und Selbsterstörungsphantasien und die Verdrängung mithilfe von Alkohol und/oder Tabletten. Bis er schließlich nach einer enttäuschten Liebe mit 29 Jahren der Lebenskrise nichts entgegen setzen kann und der Selbstmord als einziger Ausweg erschien. Er überlebt ihn und ist im Anschluss mit Selbstvorwürfen und den Vorwürfen seines Umfelds überfordert, die er mit Rohypnol-Tabletten wegschwimmt. Die akute Depression führt zur völligen Verwahrlosung, bis er schließlich eine ehemalige Studienkollegin trifft, die ihn emotional auffängt. Mit ihrer Hilfe schafft er es zum Therapeuten und beginnt erstmals seine inneren Konflikte zu bearbeiten. Als Teil der Therapie entsteht der biographische Roman <i>Suicide-3 Monate und 1 Tag</i>, der 1995 erschien. Im Jahr 2016 wurde die Biographie-Serie <i>Komm, lieber Tod</i> auf youtube ausgestrahlt. Inzwischen ist auch ein Theaterstück an der Lichtspielbühne München entstanden und Stefan liest regelmäßig aus seinem Buch.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Komm, lieber Tod</b></p>  <p><b>#Dominik Wendt</b> – „Großes Danke an euch, die Serie hat mir Selbstmordgedanken verständlicher gemacht und hilft mir zu helfen. Es ist sehr schwer jemanden der Suizidgedanken hat zu unterstützen wenn man überhaupt nicht versteht was in so einem Menschen vorgeht.“</p> <p><b>#Calciumchlorid</b> – „Danke für diese Serie ! Sie hat mich davor bewahrt mich dem Tod willentlich hinzugeben, weil ich mich selbst hier erkannt habe.“</p> <p><b>#DaRkNeSs</b> – „Endlich mal jemand, der mir aus der Seele spricht. Von einem Standpunkt, der mir jetzt schon hilft meine Verhaltensmuster anders zu interpretieren und verstehen :) Danke!“</p>
---	---

#### 1. Frühkindliche Prägung

- Häusliche Gewalt in der frühkindlichen Entwicklung
- Fehlendes Urvertrauen

#### 2. Verdrängung & Ohnmacht

- Der Mechanismus der Verdrängung
- Entladung der Ohnmacht in Gewaltfantasien

#### 3. Betäubung & Klassenclown

- Die Aneignung einer fröhlichen Fassade
- Die Tendenz zur Betäubung von Scham & Angst

#### 4. Große Liebe, Große Enttäuschung

- Die überwältigenden Gefühle der Liebe
- Die überwältigenden Gefühle der Trennung

#### 5. Depression, Manie & Suizid

- Formen der Depression
- Umgehen mit einer bipolaren Störung
- Die Entscheidung zum Suizid

#### 6. Lebenskraft & Alltagsgestaltung

- Das Leben nach einem gescheiterten Suizidversuch
- Neue Kraft durch Aufarbeitung

## **B) Programm**

### **1. Live-Vortrag (120-240 min.)**

Der Live-Vortrag eignet sich für alle Zielgruppen und ist sowohl Aufklärungsveranstaltung für Jugendliche und Heranwachsende, als auch Informationsveranstaltung für Interessierte.

#### **Fragen & Antworten**

Jede Veranstaltung bietet natürlich die Möglichkeit für Fragen und Diskussionen zum Thema.

**2. Seminar/Workshop (2,5-4 Std.) (FSJ, Oberstufe, Studenten\_innen, Pädagogische Fachkräfte)** Das Seminar richtet sich an alle Interessierten, die in soziale, pädagogische oder psychologische Berufe gehen wollen. Hier werden anhand der Biografie die Themen der jeweiligen wissenschaftlichen Forschung (wie z.B. Suchtforschung, Depressionsforschung, Suizidforschung, Psychiatrie, Psychologie oder Soziale Arbeit) mit der Biographie-Forschung verknüpft und zu einem menschlichen Verständnis der Phänomene in der Gesellschaft motiviert. So soll sozialer Ausgrenzung entgegengetreten werden und die Möglichkeit zu einer aufgeklärten Debatte über die Phänomene in der Gesellschaft eröffnet werden.

### **3. Schulen: Prävention & Aufklärung**

Nach unseren Erfahrungen kann man in den Klassenstufen 06 und zu Beginn der 07 noch von tatsächlicher Prävention sprechen, da ein vergleichsweise geringer Teil in direkten Kontakt mit Drogen gekommen ist, aber im Laufe der 07. Klasse die Erfahrungen zunehmen. Ab Klasse 08 wird unser Programm deshalb leicht modifiziert und ein stärkerer Fokus auf die Erfahrungen der Jugendlichen und die Aufklärung und Einordnung des Erlebten gerichtet. Selbstverständlich entwickeln sich die Jugendlichen unterschiedlich schnell und werden auch aufgrund ihrer sozialen Umfeldern unterschiedlichen Altersstufen mit Drogen konfrontiert. Deshalb kann die Entscheidung, in welcher Jahrgangsstufe die Thematik sinnvoll ist, auch nur aufgrund der täglichen Beobachtung der Lehrkräfte vor Ort getroffen werden.

Innerhalb der Oberstufe versuchen wir, wieder ausgehend von der Biografie, gemeinsam mit den SchülerInnen auch wissenschaftliche und gesellschaftspolitische Aspekte zu erarbeiten.

Schreiben Sie uns für weitere Informationen gerne über [stigma.ev@gmail.com](mailto:stigma.ev@gmail.com) an.

## **C) Anregungen zur Mediennutzung**

### **Ausgewählte YT-Episoden:**

#### **Shore, Stein, Papier**

Intro  
Das erste Mal Shore  
Shore ist Heroin?  
Sucht & Beschaffung  
Suchtverlauf 1 & 2  
Therapie?  
Zuhause  
Normales Leben?  
18.Geburtstag  
Knastbriefe  
JVA Hannover – Kalter Entzug  
JA Hameln – Laufbahnbegleiter  
JA Hameln – Hinter Gittern 1&2  
1. Tag in Freiheit  
Resozialisierung  
Ecstasy Konsum  
Methadonprogramm  
Koks Basen #1  
Einmal ist keinmal  
Verhaftung  
Hilfestellung/Sozialer Bruch

#### **Komm, lieber Tod**

Einfach Einschlafen  
Ohnmacht & Verdrängung  
Tod des Vaters  
Der weinende Clown  
Programmcode Selbstzerstörung  
Bunte Pillen  
Die Liebe & Das Leiden  
Komm, lieber Mai  
Der Sog des Unbekannten  
Vorbei  
Schmerz, Scham, Saufen  
Endlich Frei #1  
Ein Leben im Bettkasten  
Die Methode  
Poesie des Todes  
Persönliches Ground Zero  
Scham, Unverständnis & Vorwürfe  
Ich brauch Pillen  
Lebendig Tot  
Selbstverantwortung  
Manisch-Depressiv