

## Klarkommen und Orientierung

Sie erhalten heute diese Einladung zum Programm KLAR-O, da Ihnen mitgeteilt wurde, dass Ihr Alkoholkonsum als problematisch angesehen wird.

Dies ist die Empfehlung und/oder Entscheidung der Agentur für Arbeit oder einer anderen Stelle, die mit dem Ziel getroffen wurde, (vermeintliche) Hindernisse aktiv anzugehen bzw. auszuräumen.

In diesem Programm geht es nicht darum, Ihnen Vorwürfe oder Vorschriften zu machen. Wir möchten Sie vielmehr unterstützen, Ihre Situation einzuschätzen und herauszufinden, was Sie für sich selbst (auch im Hinblick auf Alkohol) als notwendig und wünschenswert erachten.

Zwei Dinge sind dabei ganz wichtig:

1. *Es gibt keine Rückmeldung an die Stelle, die Sie zur Programmteilnahme aufgefordert hat, ohne Absprache mit Ihnen*

*und*

2. *alles, was im Programm passiert, ist freiwillig. Sie können zu einzelnen Bestandteilen jederzeit Nein sagen.*

Die Beratungsstelle hat den Auftrag, Sie bei dieser Klärung zu begleiten. Dazu bieten wir Ihnen das Programm KLAR-O an. KLAR-O ist ein strukturiertes Gruppenprogramm, das nach neuesten Erkenntnissen erarbeitet wurde.

Im Gruppenprogramm erhalten Sie Grundinformationen über Alkohol, nehmen eine Bestandsaufnahme ihres Alkoholkonsums vor und verschaffen sich Klarheit über ihre persönlichen Ziele und Prioritäten im Leben. Zum Ende des Programms können Sie für sich selbst konkrete Schritte zur Umsetzung erarbeiten. Die Gruppe und die GruppenleiterInnen werden Sie dabei unterstützen und anregen.



Sie erhalten ein Handbuch mit Arbeits- und Informationsblättern, das die Grundlage für den Kurs darstellt.

## Programmübersicht

KLAR-O besteht aus 5 Gruppensitzungen und individuellen Vor- und Nachgesprächen.

In einer Gruppe nehmen max. 12 Personen teil. Die Gruppensitzungen finden einmal wöchentlich statt und dauern 105 Minuten. Die Inhalte bauen aufeinander auf und jede Sitzung hat ein bestimmtes Thema:

- 1 **Bestandsaufnahme** –  
„Wo ich stehe.“
- 2 **Grundinformation über Alkohol** –  
„Was ich über Alkohol weiß.“
- 3 **Klärung** –  
„Was mir wichtig ist.“
- 4 **Orientierung** –  
„Was ich will.“
- 5 **Ziel, Weg und Plan** –  
„Was ich tun werde.“

Termine für das Vor- und das Abschlussgespräch werden individuell vereinbart.

Im Vorgespräch wird Ihnen das Programm ausführlich erläutert und Sie können genauer erfahren, wie die Gruppensitzungen ablaufen werden.

## Wie entscheiden Sie sich?

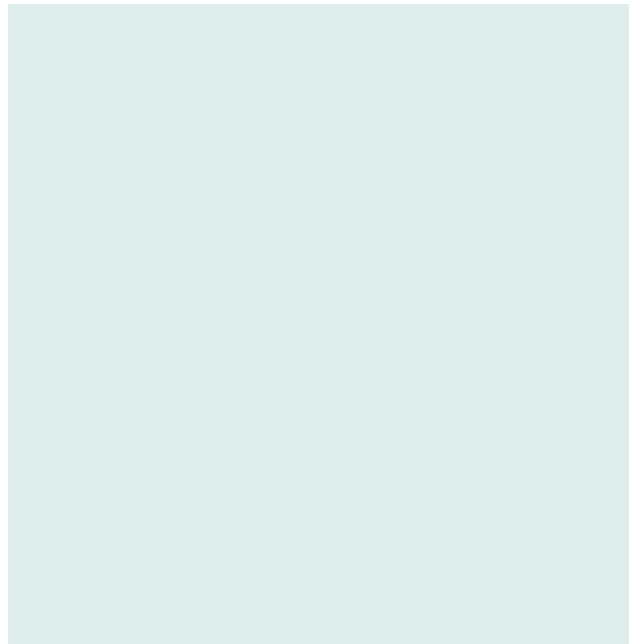
- Ich kann mir eine Teilnahme am Programm KLAR-O gut vorstellen. Ich werde mit der Beratungsstelle ein Vorgespräch vereinbaren.
  
- Ich benötige mehr Informationen über das Programm KLAR-O und werde deshalb mit der Beratungsstelle Kontakt aufnehmen.
  
- Eine Programmteilnahme kommt für mich überhaupt nicht in Frage. Lieber nehme ich negative Konsequenzen in Kauf.

## KLAR-O?

Das Programm KLAR-O wurde von der GK Quest Akademie, Heidelberg, mit Unterstützung der Jugend- und Drogenberatung im Vogelsbergkreis entwickelt. In einer Pilotphase wird dieses Programm in verschiedenen Städten und Regionen Deutschlands eingesetzt. Grundlage des Programms ist die motivierende Gesprächsführung. Informationen darüber finden Sie auch im Internet unter [www.motivational-interview.de](http://www.motivational-interview.de).

Erfahrene GruppenleiterInnen unterstützen Sie und wollen dazu beitragen, dass die Programmteilnahme für Sie persönlich ein Gewinn wird.

### Bitte nehmen Sie Kontakt auf:



**KLAR-O**

**Klarkommen  
und Orientierung**

Kurzinformation  
zum Gruppenprogramm