



# Sicherheits- hinweise

Bei der Benutzung der Rauschbrillen hat die Sicherheit der teilnehmenden Jugendlichen und Erwachsenen absolute Priorität. Die Übungen sind freiwillig und zur Teilnahme soll nicht gedrängt werden. Besonders bei Jugendlichen sollte bei der Durchführung darauf geachtet werden, dass kein Gruppendruck entsteht und die Freiwilligkeit dadurch beeinträchtigt wird.

## **Sicherheitsgrundsätze für Rauschbrillen-Aktionen:**

- Rauschbrillen sollen nur kurze Zeit benutzt werden.
- Keine Übungen bei geschwächtem bzw. schlechtem Gesundheitszustand
- Bei bekannter Psychoseerkrankung, Epilepsie oder ähnlichen Erkrankungen dürfen die Rauschbrillen vorsichtshalber nicht benutzt werden.
- Brillenträger/innen setzen ihre Brillen nicht ab, die Rauschbrille wird über die Brille gesetzt.
- Keine Übungen im angetrunkenen oder berauschten Zustand oder unter Einfluss von Medikamenten.

Jugendliche sind oft in Versuchung, mit den Brillen zu toben oder ungeplante, schnelle Aktionen zu unternehmen. Dabei kann es zu Unfällen kommen. Die Übungen müssen daher immer angeleitet und beaufsichtigt werden. Der Übungsraum oder die gewählte Freifläche sollte so beschaffen sein, dass eine Verletzungsgefahr der Teilnehmer/innen ausgeschlossen werden kann.

Durch die Rauschbrillen wird die optische Wahrnehmung verändert und das Gehirn kurzfristig beeinflusst. Bei manchen Nutzerinnen und Nutzern kann es zu einer, über den unmittelbaren Test hinaus andauernden Beeinträchtigung durch die Brillen kommen. Die Augen benötigen dann einen Augenblick Ruhe, damit die Wirkung der Brille auf die Sehfähigkeit wieder ganz verschwindet. Falls solche Effekte auftreten, sollte die jeweilige Person sich hinsetzen und die Augen eine kurze Zeit schließen. Mit länger andauernden Schwierigkeiten ist aber nicht zu rechnen. Erwachsene versuchen oft, gegen die optische Irritation anzugehen und die Übungen zu kontrollieren. Dies kostet viel Anstrengung und einige reagieren dann mit unangenehmen Symptomen wie leichter Übelkeit, leichtem Schwindel oder Kopfschmerz. Bei Jugendlichen, die die Übungen eher neugierig und ohne Vorbehalte machen, sind solche Reaktionen ganz selten anzutreffen. Es sollte in jedem Fall im Verlauf der Übungen das Befinden der Teilnehmer/-innen abgefragt werden. Im Zweifelsfall sind die Übungen zu beenden.