



So lange bin ich vogelfrei  
sechs Jahre Kampf ums Überleben  
Arena verlag

Mini-Projekt Deutsch  
2023  
Kathrin Lüthi  
Giulia Santeli





## Einleitung

Ich habe mich für das Buch „So lange bin ich vogelfrei“ entschieden, weil mich das Thema Drogen und Obdachlosigkeit interessiert. Ich finde Bücher, die sich um eine echte Geschichte handeln, sehr spannend und da es sich in diesem Buch auch um eine echte Geschichte handelt, fand ich es noch spannender.

Am Buch „So lange bin ich vogelfrei“ gefällt mir die Handlung ganz gut, da es sich um eine echte Geschichte handelt.

Was mir nicht so gefallen hat, ist das ich den Inhalt nicht immer verstanden habe da, es manchmal einfach zu viel auf einmal war.

Ich finde, am Minibook ist mir das Schreiben der 2 A4 Seiten über mein Leihthema gut gelungen.

Was mir meine Meinung nach weniger gut gelungen ist, ist die Zeichnung von einem Ort die im Buch vorkam.

## Sabrina Tophofen



In Sabrinas Familie lief es nicht besonders gut. Ihr Vater hat sie und ihre ältere Schwester sexuell missbraucht. Ihre Mutter wusste davon, hat aber nichts dagegen getan. Als Sabrina 5 Jahre alt war starb ihre 12-jährige Schwester bei einem Hausbrand. Mit 10 Jahren hat Sabrina ihren Vater bei der Polizei angezeigt. Danach kam sie in ein Kinderheim. Im Kinderheim gab es Mädchen, die Sabrina gemobbt haben. Sie lief immer wieder vom Kinderheim davon um dem Mobbing zu entkommen. Das Heim nahm sie danach nicht wieder auf, ihre Mutter wollte Sabrina ebenfalls nicht aufnehmen. Sabrina kam dann in ein anderes Heim, sie entschied sich aber für ein Leben auf der Strasse, da ihr das Leben in einem Heim zu viel Angst machte. Sabrina lebte dann als Obdachlose auf der Domplatte in Köln. Als Sabrina 14 Jahre alt war wurden Streetworker auf sie aufmerksam. Sie wurde dann immer wieder in Hotels untergebracht, damit sie nicht auf der Strasse leben musste. Eines Tages lernte Sabrina Herbert kennen. Die zwei wurden ein Paar und durch seine Unterstützung konnte Sabrina das Strassenleben komplett hinter sich lassen. Sabrina und Herbet haben geheiratet und eine gesunde Tochter zur Welt gebracht. Sabrina hat auch ihren Schulabschluss nachgeholt. Sie machte eine Ausbildung als zahnarzttechnische Assistentin. Mit ihrem Geld erfüllte sie sich ihren Traum und machte ihren Führerschein. Mit psychologischer Hilfe versucht Sabrina ihre Kindheit und ihr Leben auf der Strasse zu verarbeiten. Sabrina lebt jetzt mit ihrem Ehemann Herbert und ihren Kindern in Köln.

## Was sind Drogen?

Drogen, oder auch Rauschmittel genannt, sind Substanzen, welche gewisse Abläufe im Inneren des Menschen verändern können. Meist sind das Denken, Fühlen und Wahrnehmen davon betroffen, jedoch können auch andere Körperfunktionen beeinträchtigt werden. Drogen wirken berauschend, betäubend oder auch aufputschend.

Auch alltägliche Dinge, wie zum Beispiel Koffein im Kaffee oder in gewissen Tees gehören zu der Gruppe der Rauschgifte. Alkohol und Nikotin, das im Tabak enthalten ist, sind ebenfalls verharmloste Drogen und sind somit ab einem gewissen Mindestalter legal. Abgesehen davon gibt es heutzutage zahlreiche illegale Rauschmittel, wie zum Beispiel Cannabis, Kokain, Ecstasy. Diese Drei gehören zu den meist illegal konsumierten Drogen der Schweiz. Darüber hinaus gibt es noch hunderte andere nicht legale Betäubungsmittel auf dem Markt. Illegal ist eine Substanz, deren Handeln, Besitz und zum Teil auch Konsum verboten ist. Je nach Stoff und Menge fällt die Strafe dafür anders aus.

Drogen haben ein sehr grossen Suchtpotenzial und bei der Einnahme über längere Zeit auch gravierende Nebenwirkungen, wie zum Beispiel eine Veränderung der Psyche, das Absterben von Nerven- und Gehirnzellen sowie auch die Schädigung des Herzens. Schlussendlich kann eine Überdosis oder auch der verlängerte Konsum zum Tod führen. Eine Überdosis tritt dann ein, wenn man von einer Substanz mehr als die empfohlene Menge einnimmt. Sie zeigt sich in Form von Schüttelfrost, Herzrasen, Übelkeit und führen letztendlich meistens zu einem Herzstillstand.

Rauschgifte findet man in vielen verschiedenen Formen und Stärken vor. Die meisten Gifte kann man rauchen, dazu gehören grösstenteils Cannabis und Crack, oral oder nasal einnehmen, nämlich Kokain, Ecstasy, Amphetamine oder auch psychedelische Pilze etc., oder in Form von spritzen eingenommen, was dazu führt, dass der Rausch innerhalb von Sekunden zu spüren ist. Heroin und Fentanyl sind die zwei meist konsumierten dieser Art. Fentanyl, das 50-mal so stark ist wie Heroin, regiert momentan als die gefährlichste Droge der Welt und führt in den USA zu den meisten Drogentode der Geschichte.

Viele Jugendliche fangen im Alter von 12-17 an, Drogen zu konsumieren. Ursachen davon könnten sein: Falsche Freundesgruppen oder Gruppenzwang, da man schlichtweg einfach dazu gehören möchte und cool wirken will. Oftmals sind auch die Eltern der Auslöser für den Drogenmissbrauch, da sie in hohen Massen Alkohol trinken oder vor den Kindern rauchen und diese schon in Kleinkindalter prägen können. Eine weitere Ursache kann das Internet sein, worin Personen des öffentlichen Lebens ihren Konsum romantisieren und die Jugendlichen es somit auch ausprobieren möchten.

### **Alkohol- und Tabakkonsum:**

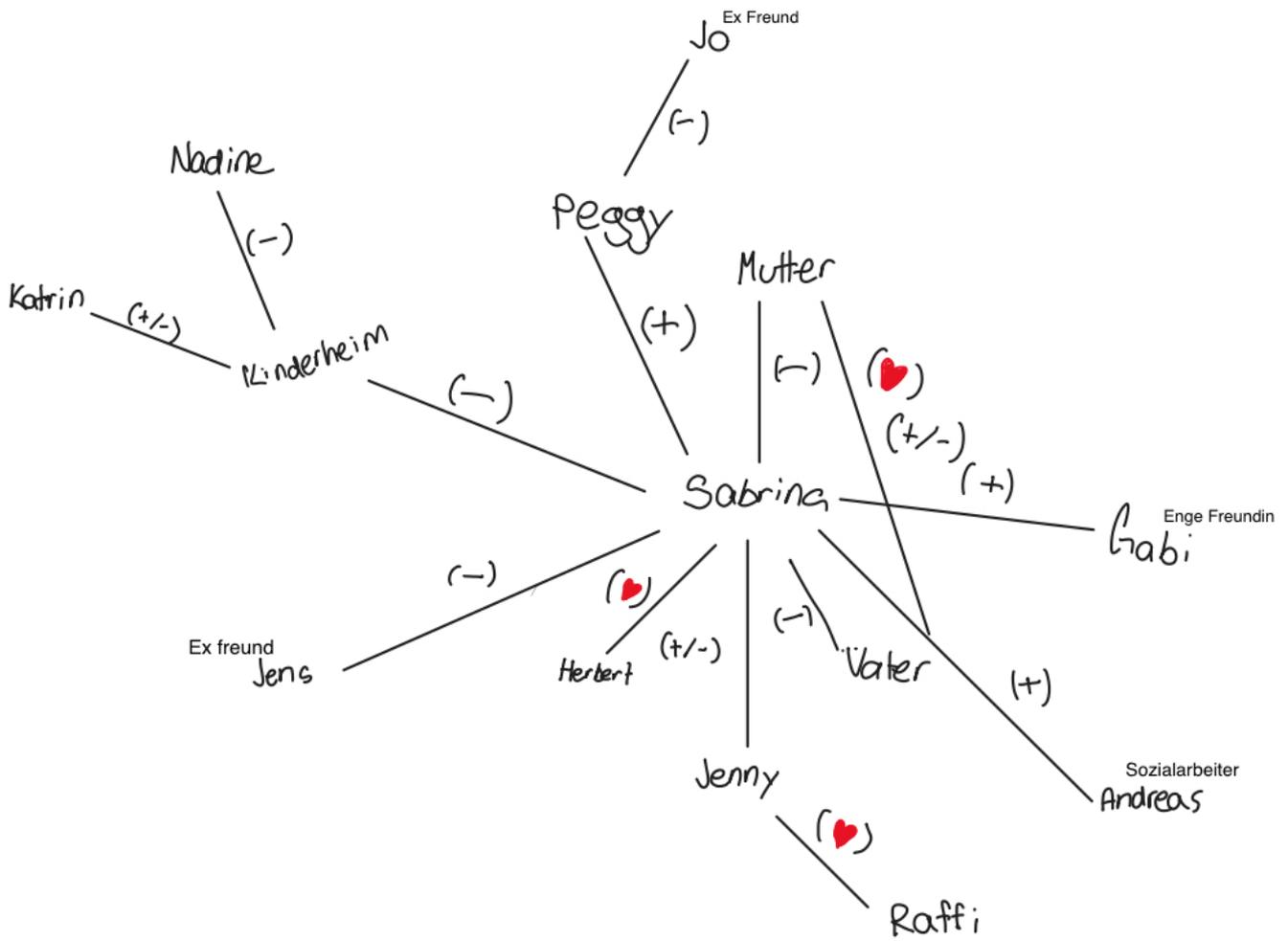
Alkohol ist eine der meist eingenommenen Drogen global. 87% aller Männer und 77% aller Frauen trinken Spirituosen. Weltweit sind es 2,4 Milliarden Erwachsene, also ein Drittel der Weltbevölkerung, die Alkohol trinken. In der Schweiz zum Beispiel wird Alkohol von 300'000 Menschen der 18- bis 64- jährigen Personen missbraucht. Davon sind 20,7 Prozent männlich und 11,1 Prozent weiblich. Zwischen dem 19. Und 26. Lebensjahr wird der meiste Alkohol konsumiert. Tatsächlich trinkt jeder vierte Jugendliche im Alter von 15 bis 19 Jahren mindestens einmal im Monat zu viele alkoholische Getränke.

Weltweit konsumieren 1,7 Milliarden Menschen Tabak in Form von Zigaretten, Vapes oder Shishas. Jährlich sterben in der Schweiz 9'500 Menschen durch das Rauchen. Eine Studie zeigte, dass im Jahre 2017 31,0 Prozent aller Männer und 23,2 Prozent der Frauen schon über 15 Jahre Tabakprodukte einnehmen. Das Rauchen schädigt auf Dauer die Lungen, Blutgefässe und auch das Herz, und fördert dazu noch die Chance auf eine Krebserkrankung. In den meisten Fällen führt jahrzehntelanges Rauchen zum Tod.



Abbildung 1, verschiedene Arten von Drogen

# Personenübersicht



## Charakterisierung

### „Jens“

Der Roman „So lange bin ich Vogelfrei“ von Sabrina Tophofen der im Jahr 2010 erschienen ist, handelt sich um eine wahre Geschichte von einem Mädchen, das aus einem Kinderheim geflohen ist und obdachlos wurde. In diesem Buch kommen viele Personen vor. Charakterisiert wird die Nebenfigur Jens.

Jens in eine männliche Figur. Er ist gross, braun gebrannt, breite Schultern und trägt eine kleine runde Brille. Von seinem Aussehen wurde nicht viel geschrieben.

Am Anfang des Buches ist Jens neunzehn Jahre alt und hat einen Job und ein Auto. Er lebt in Stammheim, da wohnt er mit seinen Eltern. Am Anfang vom Buch mir der Hauptfigur zusammen. Er ihr ist skeptisch gegenüber ihr und ist recht gemein zu ihr. Jens hat die Hauptfigur oft verlassen, hat ihr aber auch wieder Chancen gegeben. In der Mitte des Buches wurde Jens gewalttätig gegenüber der Hauptfigur. Jens trinkt in der Mitte vom Buch viel Alkohol. Jens ist eine aggressive Person. Ihm gefällt es nicht das die Hauptfigur obdachlos ist.

Am Schluss vom Buch machen sie Schluss und man weiss nichts mehr von Jens.

Die Bedeutung von Jens ist, dass er der erste Freund der Hauptfigur ist.

Meine Meinung zu Jens ist nicht besonders gut. Ich mag Jens nicht.

## **Brief**

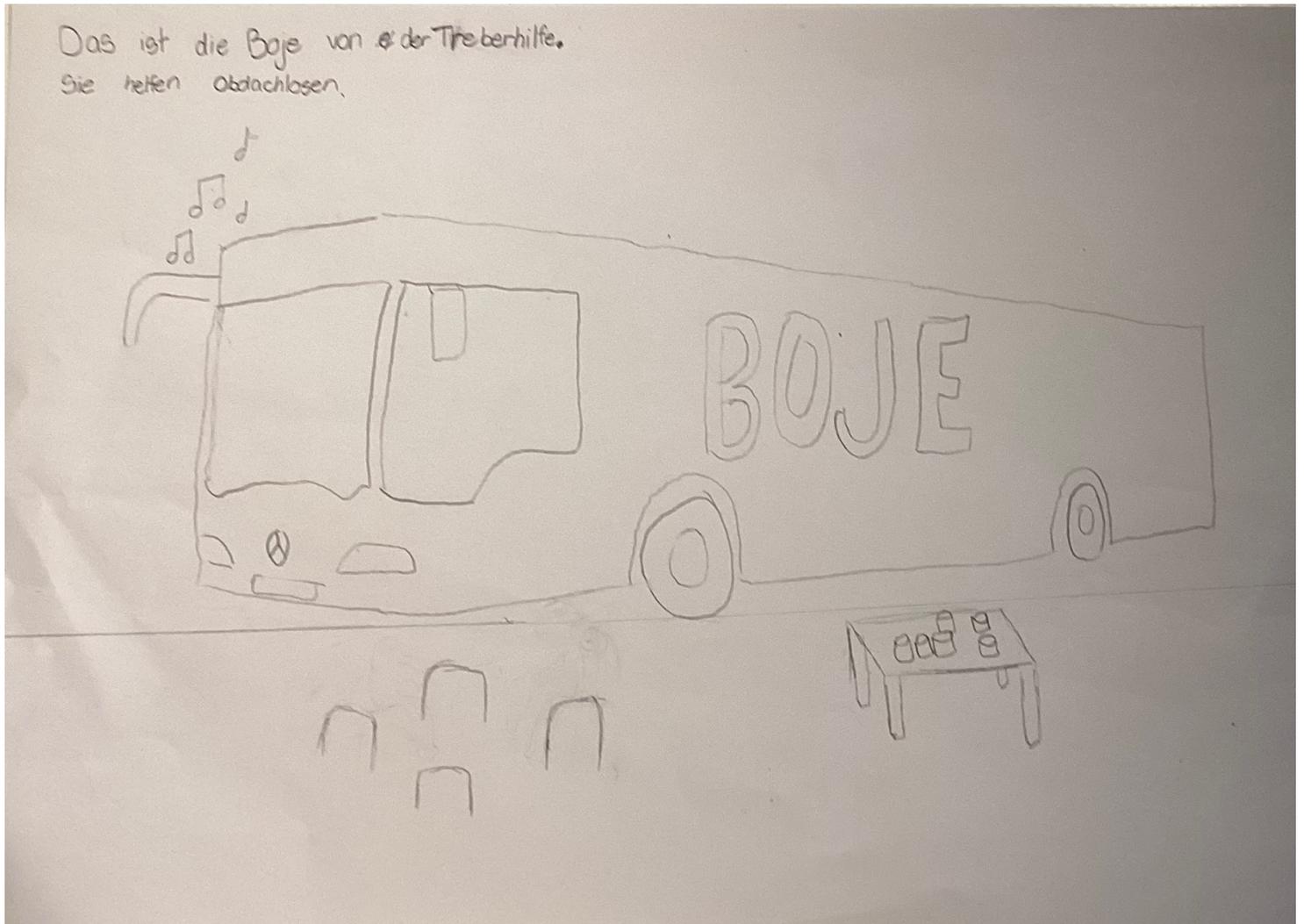
Liebe Peggy

Ich finde, du hast in der Situation mit Sabrina falsch gehandelt. Sie hat dir gesagt, dass Jo nicht der Richtige ist, doch du hast nicht auf sie gehört. Du hast Sabrina für Jo verlassen und am Ende wurdest du von Jo gezwungen anschaffen zu gehen und du bist dann am Schluss von eurer Beziehung geflohen. Es wäre am besten gewesen, wenn du auf Sabrina gehört hättest. Da du auch selber wusstest, dass er nicht der Richtige ist, da er dir gesagt hat, er verlässt dich, wenn du nicht arbeiten gehst. Wäre ich in deiner Situation gewesen, hätte ich auf Sabrina gehört, da ihr es sehr gut miteinander hattet und auch wenn ich Jo geliebt hätte, hätte ich Sabrina nicht verlassen. Und wenn ich doch mit Jo gegangen wäre, so wie du es getan hast, hätte ich weiterhin mit Sabrina Kontakt gehabt. Ich wäre nicht von der Beziehung geflohen, ich hätte Jo meine Meinung gesagt und hätte ihn dann verlassen. Meine Ausbildung hätte ich trotzdem beendet.

Freundliche Grüsse

Giulia

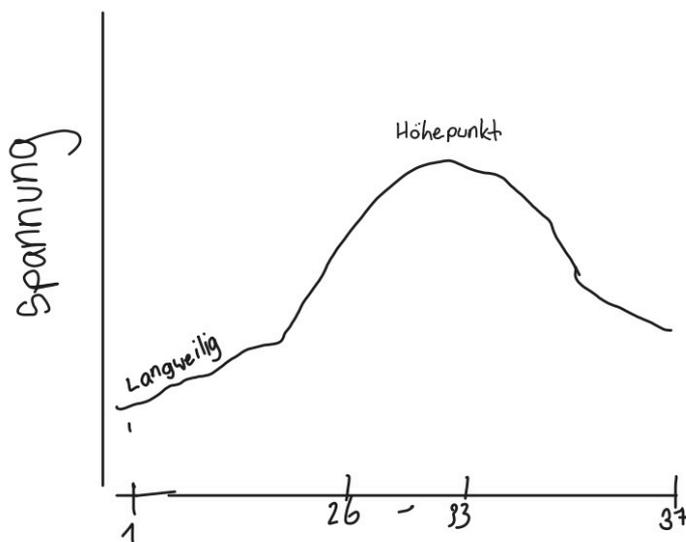
## Zeichnung



## Schlussteil

Ich finde das Buch „So lange bin ich Vogelfrei“ recht spannend. Für mich wurde das Buch nie langweilig, denn es hatte immer wieder spannende Momente. Ich finde es auch spannend, dass es sich um eine echte Geschichte handelt. Das macht das Buch für mich noch einmal spannender.

Spannungskurve



## Empfehlung

Ich würde das Buch „So lange bin ich Vogelfrei“ an 13-16 jährige Mädchen und Jungs empfehlen, aber doch eher Mädchen. In diesem Buch handelt es sich um eine wahre Geschichte, was es spannender macht. Das Buch ist spannend und wird fast nie langweilig. Ich empfehle dieses Buch an Jugendliche, die das Thema Drogen und Obdachlosigkeit spannend finden.

## Quellen

### Einleitung

- Wurde selber geschrieben

### Autor

- Buch
- [https://de.wikipedia.org/wiki/Sabrina\\_Tophofen](https://de.wikipedia.org/wiki/Sabrina_Tophofen)

### Leihthema

- <https://www.netdokter.ch/drogen/>
- <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/zahlen-und-statistiken/zahlen-fakten-zu-sucht/zahlen-fakten-zu-alkohol.html>
- <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/zahlen-und-statistiken/zahlen-fakten-zu-sucht/zahlen-fakten-zu-tabak.html#:~:text=Tabak%20verursacht%20jährlich%209500%20Todesfälle,Allgemeinheit%20entstehen%20Kosten%20in%20Milliardenhöhe.>
- <https://de.wikipedia.org/wiki/Droge>

### Bild

- <https://www.maennersache.de/drogen-freigabe-vancouver-34879.html>

### Personenübersicht

- Wurde selber geschrieben

### Brief

- Wurde selber geschrieben

### Charakterisierung

- Wurde selber geschrieben