



ALKOHOL

## „Saufen“

Mutig – oder einfach nur  
zum Kotzen?

### Unterrichtsmaterial ab der 7. Schulstufe

Mit dem Unterrichtsvorschlag sollen die Jugendlichen angeregt werden, Spaß und Risiko einer Berausung für sich selbst abzuwägen, um schlussendlich das eigene Verhalten danach auszurichten.

Für viele Jugendliche scheint der Alkoholkonsum zum Freizeitverhalten am Wochenende dazugehören, auch wenn das Jugendschutzgesetz das eigentlich verbietet und vielerorts Vorkehrungen getroffen werden, um den Erwerb von Alkohol durch Minderjährige zu verhindern.

So lange der Reiz der Berausung durch Alkohol aber für einen Teil der Jugendlichen derart verlockend ist, werden strukturelle Maßnahmen und Strafandrohung allein nicht verhindern können, dass Alkohol über ein verträgliches Maß hinaus konsumiert wird und in einzelnen Fällen auch eine äußerst ungünstige Entwicklung in Richtung Abhängigkeit angebahnt wird.

## Unterrichtsvorschlag 1

### Was gehört unbedingt zu einer guten Party?

#### Hintergrund

Die enthemmende Wirkung von Alkohol wird gerade in Zusammenhang mit ausgelassenem Feiern auch gezielt eingesetzt: Nicht nur für Jugendliche, auch für viele Erwachsene ist Alkohol wie selbstverständlich Bestandteil eines Festes, auch weil sie denken, vor allem dank Alkohol lockerer zu werden und in gute Stimmung zu kommen. Diese Haltung zu hinterfragen ist wichtig.

#### Ziel der Einheit

Die Schüler/-innen gehen der Frage nach, was zu einem Fest gehört und was dazu beiträgt, dass sie sich auf einem Fest wohlfühlen.

#### Arbeitsauftrag

Jede/-r Schüler/-in notiert mehrere Dinge, die es seiner/ihrer Meinung nach braucht, um ein gutes Fest feiern zu können (z.B. Freunde, Musik, Tanzen, Alkohol, Flirten, Lachen, Spiele etc., aber auch vorurteilsfreie Freunde, Toleranz, respektvolles Verhalten, gleiche Wellenlänge haben etc.). Jedes „Ding“, das es braucht, wird auf einen Zettel notiert.

Anschließend werden diese Zettel gesammelt und an eine Pinwand geheftet. Nun muss sich die Klasse auf fünf Dinge einigen, die es unbedingt braucht und ohne die ein Fest ein Flop wird.

#### Diskussion

Warum sind diese fünf Dinge unerlässlich? Welche Bedürfnisse erfüllen sie?

Auf welche der übrig gebliebenen Elemente kann man gut verzichten? Bei welchen war es schwieriger, sie auszuschließen?

- Wenn der Alkohol als eines der fünf unerlässlichen Dinge in die Klassenliste aufgenommen wird, sollte man das aufgreifen und eine Diskussion anregen: Wie wirkt der Alkohol? Was will man mit dem Konsum bezwecken? Welche Vorteile sehen die Schüler/-innen, wenn Alkohol zu einem Fest gehört? Welche Nachteile sehen sie? Wie ist es für Leute, die keinen Alkohol trinken, auf einem Fest zu sein, auf dem Leute alkoholisiert sind? Wer wäre nach der Diskussion bereit, diese Zutat zu einem Fest wieder aus der Liste zu streichen?
- Wenn der Alkohol nicht in die Liste aufgenommen wird, sollte man auch das aufgreifen und eine Diskussion dazu anregen: Welche Gründe haben dazu geführt, dass der Alkohol nicht aufgenommen wird? Welche Nachteile haben die Schüler/-innen darin gesehen, diesen auf der Liste zu haben?

## Unterrichtsvorschlag 2

### Mutig oder nicht?

#### Ziel der Einheit

Eine kritische Haltung zu Alkoholkonsum auf Partys/ bei Feiern entwickeln.

#### Ablauf

Die Schüler/-innen bilden 3er-Gruppen und füllen gemeinsam das Arbeitsblatt „Was ist mutig?“ aus. Für jede Situation stellen sie sich folgende Fragen:

- Braucht es dazu Mut? Warum braucht das Mut (oder keinen Mut)?
- Welches Risiko geht man ein?
- Würde ich das tun?

In einer Klassendiskussion wird darüber debattiert, was die Schüler/-innen an den beschriebenen Verhaltensweisen mutig finden – und was nicht. Die Risiken, die man eingeht, werden gesammelt und besprochen: Wie schätzen die Schüler/-innen diese Risiken ein? Welche finden sie besonders wichtig? Wie stehen sie selbst zu diesen Risiken? Würden sie selbst die beschriebenen Dinge tun?

#### Abschluss

Als Abschluss der Diskussion bietet sich ein Brainstorming an: Was würden die Schüler/-innen tun, um mutiger zu werden für etwas, das ihnen besonders wichtig ist? Was könnte helfen?

Vielleicht kommt die Sprache darauf, dass man großes Selbstbewusstsein braucht, um sich mutig zu verhalten.

Selbstbewusstsein kann man bis zu einem gewissen Grad auch trainieren! Wenn man sich in seiner Rolle sicher fühlt (weil man schon viele Erfahrungen darin gemacht hat), kann man selbstsicherer und entspannter auftreten und auch mit Ablehnung besser umgehen.

Ein kleines Rollenspiel könnte als „Trockentraining“ dienen. Wichtig dabei ist, dass der Übungscharakter unterstrichen wird und alle Beteiligten respektvoll miteinander umgehen:

#### „Ich kann ja und nein sagen!“

Die Schüler/-innen gehen in der Klasse herum und treten mit möglichst vielen Mitschüler/-innen in selbstbewusster Haltung in Kontakt (deutliches Sprechen, Blickkontakt, klar formulierter Wunsch).

- Erste Runde (z.B. Burschen fragen Mädchen): „Hallo ..., ich möchte dich gerne zu meiner Geburtstagsparty einladen!“ Das Gegenüber antwortet höflich aber bestimmt: „Danke, das ist nett von dir, aber ich kann an diesem Wochenende leider nicht!“
- Zweite Runde (z.B. Mädchen fragen Burschen): „Hallo, gibst du mir bitte deine Handy-Nummer?“ – „Klar, gerne!“

Die Jugendlichen sollten es richtig auskosten, möglichst viele Mitschüler/-innen anzusprechen, auch „Absagen“ ganz locker wegzustecken oder keck auf eine Bitte zu reagieren!

In einer kurzen Reflexion könnten einige Blitzlichter gesammelt werden: Wird es mit der Zeit einfacher, dem Gegenüber ins Gesicht zu schauen? Welche Rolle liegt dir mehr, die offensive oder die reagierende?

Die Unterrichtsvorschläge sind übernommen aus „Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung“/ Heft 4; sfa – Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme

## Weitere Angebote

### plus – das österreichische Präventionsprogramm für die 10-14-Jährigen

Wenn Sie daran interessiert sind, kontinuierlich und nachhaltig mit Ihrer Klasse zu Themen wie Kommunikation, Konflikte lösen, Stress bewältigen und Klassenklima zu arbeiten, bietet sich das Präventionsprogramm plus von kontakt+co an.

#### plus beinhaltet:

- Eine qualifizierte LehrerInneneinschulung mit einem Schwerpunkt auf Entwicklungsaufgaben und Präventionsansätzen
- Ein detailliertes Materialienpaket mit jeweils 10 Unterrichtseinheiten pro Schuljahr plus Ergänzungs-module für den fächerübergreifenden Unterricht
- professionelle Begleitung durch das Team von kontakt+co

#### Interesse?

Dann wenden Sie sich an kontakt+co (0512/585730) oder verschaffen sich auf unserer Homepage einen ersten Überblick über die nächsten Termine: <https://www.kontaktco.at/plus/>



## Arbeitsblatt: Was ist mutig?

Wie mutig findest du die beschriebenen Handlungsweisen? Was kann dabei passieren?

	Braucht es Mut dazu?	Warum braucht das Mut – oder eben keinen?	Welches Risiko geht man ein? Was kann da passieren?	Würde ich das tun?
Jemanden ansprechen, der einem gefällt.				
Sich antrinken, um lockerer zu werden.				
Keinen Alkohol trinken, obwohl die anderen es tun.				
Alkohol trinken, um dazu zu gehören.				
Bei einem „schlüpfrigen“ Partyspiel mitmachen.				
Zu Alkoholisierten ins Auto steigen.				
Jemand anderen zum Trinken ermutigen/verführen.				