

## 4.1: RAUSCH UND RISIKO

### METHODE 1: SUCHTAMPEL

#### Kurzbeschreibung

Die Suchtampel ist eine gute Möglichkeit, das (eigene) Verhalten bezüglich des Alkohol- oder Drogenkonsums zu reflektieren. Hierbei ist es wichtig, spielerisch die verschiedenen Suchtstadien kennenzulernen. Anschließend werden Beispielkarten ausgeteilt, die die Schüler\*innen mit einer Begründung zu der jeweiligen Suchtphase zuordnen sollen.

#### Dauer

45–60 Minuten

#### Materialien

„Suchtampel“ auf Seite 72.

„Fallbeispiele Suchtampel“ auf Seite 75

#### Ablauf

Zuerst werden die drei laminierten Suchtphasen-Karten auf den Boden gelegt. Welchen Zusammenhang können die Schüler\*innen zwischen der grünen Karte „unbedenkliches Verhalten“, der gelben Karte „problematisches Verhalten“ und der roten Karte „Suchtverhalten“ erkennen? Hierfür sollen einige Schüler\*innen gefragt werden, ob die ausgelegten Karten in Zusammenhang stehen und wie sie eventuell angeordnet werden sollen.

- Erklärung Suchtampel mit Vergleich zur Verkehrsampel
- Grün signalisiert bei beiden „alles okay, im grünen Bereich; du kannst so weitermachen/weiterfahren wie bisher“; unbedenkliches Verhalten: der Konsum ist risikoarm
- Gelb: im Straßenverkehr heißt das runter vom Gas, ähnlich wie bei der Suchtampel, denn hier gilt: es gibt Probleme (problematisches Verhalten)
- Rot: heißt STOP! Sowohl im Straßenverkehr als auch bei der Suchtampel; meint, dass man nun nicht mehr leichtfertig „abbremsen“ kann. Ab jetzt muss stärker interveniert und geholfen werden. Im Vergleich zu gelb „problematisches Verhalten“, kann man bei rot nicht mehr zurück gehen/gelangen; bei gelb hat man die Möglichkeit, wieder zu grün zu gelangen, aber auch zu rot

Nach dieser Abklärung werden Fallkarten ausgeteilt, auf diesen stehen Sätze wie zum Beispiel „Sebastian raucht eine Zigarette, um vor den anderen nicht als Loser dazustehen“ oder „Annikas Eltern müssen sie zum dritten Mal nach einer Alkoholvergiftung aus dem Krankenhaus abholen“. Abhängig von der Schüler\*innenanzahl bekommen bis zu drei Schüler\*innen gemeinsam eine Fallkarte. Die Kleingruppen sollen nun gruppenintern überlegen, wo die Fallkarte auf der Suchtampel ihren Platz finden soll. Die erste Gruppe beginnt, legt ihr Kärtchen an und begründet es, wenn Diskussionsbedarf aufkommt, darf gerne diskutiert werden. Dies geht reihum, bis die letzte Kleingruppe ihre Karte mit dem jeweiligen Ergebnis genannt hat.

Anschließend soll auf weitere Gefahren und Risiken bei Partys hingewiesen werden – zum Beispiel Schlägereien, Autounfall, etc.

#### Ziel der Methode

Diese Methode ist vor allem für Schüler\*innen geeignet, die noch nicht aktiv im Partyleben unterwegs sind, allerdings kurz davorstehen. Denn somit ist das Interesse der Schüler\*innen geweckt und deren Teilnahme ist weitaus produktiver. Es können auch diverse Beispiele hinzugefügt oder weggenommen werden, je nach Bedürfnis der Schule. Hilfreich ist es, wenn die Schüler\*innen bereits ein Vorwissen haben, aber noch nicht aktiv mit Alkohol, Zigaretten oder anderen Substanzen in Berührung gekommen sind. Denn somit haben die Schüler\*innen meist noch eine objektive Sichtweise und sind nicht voreingenommen.

Das Ziel der „Suchtampel“ ist, die Jugendlichen präventiv auf verschiedene Rausch- und Risikoarten vorzubereiten. Dies meint, dass die Schüler\*innen bestenfalls vor einer Party oder einer anderen Konsumsituation bereits wissen, wie sie eine solche Situation einordnen und mit dieser umgehen sollen. Außerdem lernen die Schüler\*innen die Kontextabhängigkeit verschiedener Konsumsituationen und können diese besser einordnen und reflektieren.

# Unbebedenkliches Verhalten

# Problemlernatisches Verhalten

# Suchtverhalten

**MODUL 1 – RAUSCH UND RISIKO: FALLBEISPIELE SUCHTAMPEL**

Nico und seine Freunde nutzen das gute Wetter aus und grillen gemeinsam. Dabei werden ein paar Flaschen Bier geleert.

Jonas Eltern haben mal wieder Stress, er trifft sich mit seinen Freunden und kauft sich eine Flasche Wodka.

Miriam und Sophie trinken auf dem Geburtstag einer Freundin Sekt.

Sebastian raucht eine Zigarette, um vor den anderen nicht als Loser dazustehen.

Franziska kauft sich nach der Arbeit zwei Flaschen Wein.

**MODUL 1 – RAUSCH UND RISIKO: FALLBEISPIELE SUCHTAMPEL**

---

Die nächste Prüfung steht an. Um besser schlafen zu können, raucht Marinus einen Joint.

---

Julia wird von ihren Freundinnen nach Hause getragen, nachdem sie auf der Party zu viel Schnaps getrunken hat.

---

Maxi bekommt die dritte Anzeige wegen Körperverletzung. Er hat sich einfach nicht unter Kontrolle, wenn er Alkohol trinkt.

---

Letzte Woche hat Martina jeden Tag Alkohol getrunken.

---

Wenn Sabine keine Zigaretten mehr hat, wird sie richtig wütend.

**MODUL 1 – RAUSCH UND RISIKO: FALLBEISPIELE SUCHTAMPEL**

---

Beim Maibaumaufstellen trinkt Xaver ein paar Bier.

---

Um nach einem anstrengenden Tag in der Schule entspannen zu können, trinkt Lisa gerne mal ein paar Mixgetränke.

---

Annikas Eltern müssen sie zum dritten Mal nach einer Alkoholvergiftung aus dem Krankenhaus abholen.

---

Obwohl er schon zwei Anzeigen wegen Cannabisbesitz hat, kann Anton nicht aufhören, ans Kiffen zu denken.

---

Um gemeinsam mit ihren Freundinnen auf den Schulabschluss anzustoßen, kauft Paula mehrere Flaschen Sekt.

**MODUL 1 – RAUSCH UND RISIKO: FALLBEISPIELE SUCHTAMPEL**

---

Markus versteckt unter seinem Bett verschiedene Flaschen Alkohol.

---

Bettina hat ihre zweite Zigarette geraucht. Nun macht sie sich Sorgen, ob sie bereits abhängig ist.

---

Tim bekommt Besuch von seinen Freunden. Diese haben alkoholische Getränke dabei.

---

Leo wurde von seiner Freundin verlassen. Er geht zur Tankstelle und kauft sich eine Flasche Schnaps.

---