

www.1-2-free.at
drugs-info-communication

Internetbasierte Suchtvorbeugung für den Unterricht
Manual für Lehrkräfte



INHALTSÜBERSICHT

- ▶ Erarbeitung von Substanzinfos
- ▶ Wissensquizmodule
- ▶ Gerüchte um Alkohol
- ▶ Rausch & Risiko
- ▶ Beratungseinrichtungen
- ▶ Gesetze
- ▶ Fotogalerien
- ▶ Projektpräsentationen

Die Internetseite www.1-2-free.at bietet Informationen zu den Themen Sucht, Substanzen und Prävention für Jugendliche zwischen 14 und 19 Jahren. Zusätzlich zur Sachinformation laden interaktive Elemente zur lustvollen Auseinandersetzung ein.

1. ERARBEITUNG VON SUBSTANZINFORMATIONEN

ZIEL: Wissenserweiterung zum Thema Substanzen

- ▶ Die SchülerInnen erarbeiten in Kleingruppen zu den einzelnen Substanzen Plakate und präsentieren diese in der Klasse. ➞ [Pfad auf der Internetseite: Infocorner | Drogen und Sucht](#)
- ▶ Zu den Themen Nikotin, Alkohol, Cannabis und Ecstasy können auch Referate als Informationsquelle herangezogen werden. ➞ [Pfad: Infocorner | Referatspackage](#)

Auf folgende Fragen soll eingegangen werden:

- ▶ Wie sieht die Substanz aus?
- ▶ Welche chemischen Eigenschaften besitzt die Substanz?
- ▶ Was bewirkt die Substanz im Körper?
- ▶ Welche Wirkung erzielt die Substanz?
- ▶ Welche schädlichen Auswirkungen hat die Substanz?
- ▶ Welche rechtlichen Aspekte gilt es zu beachten?



2. WISSENSQUIZMODULE ➞ [Pfad: Infocorner | Wissensquiz](#)

ZIEL: Wissensüberprüfung zu verschiedenen Themenbereichen auf spielerische Art

Unter dem Menüpunkt „Infocorner“ finden sich folgende Wissensquizmodule:

- | | | |
|--|-----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Suchtprävention allgemein | <input type="checkbox"/> Alkohol | <input type="checkbox"/> Ecstasy |
| <input type="checkbox"/> Nikotin | <input type="checkbox"/> Cannabis | <input type="checkbox"/> Biogene Substanzen |

Die Quizmodule bestehen aus 9 Fragen mit Multiple-Choice-Antworten.

Die Motivation der SchülerInnen kann durch kleine Preise für die SiegerInnen erhöht werden.

3. GERÜCHTE RUND UM ALKOHOL

ZIEL: SchülerInnen überprüfen ihr Wissen über Alkohol und können es gegebenenfalls korrigieren.

- 1) **Brainstorming zum Thema „Alkohol“:**
Die SchülerInnen werden aufgefordert sämtliche Gerüchte, die sie zum Thema Alkohol und Rausch kennen, zu nennen. Die Gerüchte werden auf der Tafel festgehalten.
- 2) **Diskussion und Austausch:** Die gesammelten Aussagen werden hinsichtlich ihrer Korrektheit diskutiert. Mit Jugendlichen über 16 Jahren kann auch diskutiert werden, ob sie aus dem persönlichen Erleben diese Gerüchte bestätigen bzw. widerlegen können.
- 3) **Zur Unterstützung kann die Homepage eingesetzt werden:**
 - ▶ witzige „Kater-Karten“ mit Infos zum Thema Alkohol ➞ [Pfad: Fun | Katerkarten](#)
 - ▶ Jugend-Infolyer zum Thema Alkohol ➞ [Pfad: Infocorner | Drogen und Sucht](#)
 - ▶ Referat zum Thema Alkohol ➞ [Pfad: Infocorner | Referatspackage](#)

4. RAUSCH & RISIKO

ZIELE: Reflexion des eigenen Konsumverhaltens, Erkennen von Risiken des Alkoholkonsums

- 1) Zum Einstieg: **Alko-Test auf 1-2-free** ➞ [Pfad: Fun | Alkotest](#)
- 2) Anschließend **Informationen** zu Auswirkungen und Gefahren unterschiedlicher Promillestufen. Siehe dazu Infolyer zum Thema Alkohol ➞ [Pfad: Infocorner | Drogen und Sucht | Alkohol](#) und Referat zum Thema Alkohol ➞ [Pfad: Infocorner | Referatspackage](#)
- 3) SchülerInnen erproben mit dem **Promillekalkulator** wie viel eine Person trinken darf, damit sie noch Auto fahren kann (0,5‰), wie viel sie nach dem alten Führerscheingesetz (0,8‰) trinken darf, etc. ➞ [Pfad: Infocorner | Promille-Kalkulator](#)

- 4) Gemeinsam mit den SchülerInnen erarbeiten, in welchen Situationen Nüchternheit (0,0‰) erforderlich ist und warum (z.B. Schwangerschaft, Arbeitsplatz, Straßenverkehr).
- 5) In Kleingruppen erarbeiten die SchülerInnen Trinkregeln – „Die 10 Gebote des Alkoholkonsums“ – und halten diese auf Plakaten fest. Im Anschluss werden die Plakate vorgestellt und die einzelnen Ergebnisse diskutiert.
- 6) Zum Abschluss kann die **Rauschbrille** (kostenlose Entlehnung am Institut möglich) eingesetzt werden. Die Brille simuliert durch speziell geschliffene Gläser eine Berausung von 0,8‰ bzw. 1,3‰. Dadurch können Effekte wie Doppelsichtigkeit, Schwindel, usw. sinnlich erlebt werden.



Einsatz der Rauschbrille: Rauschbrillen-Parcours

- ▶ Auf einer Tesakrepp-Linie entlanggehen. Dabei können Hindernisse eingebaut sein, die man überwinden muss.
- ▶ Dosenschießen mit der Rauschbrille
- ▶ einen Ball fangen oder in einen Eimer werfen
- ▶ einen Uhu-Stick, einen Spitzer und ein 1 Cent Stück übereinander aufbauen (Feinmotorik)
- ▶ kleine Gegenstände vom Boden aufheben

Anschließendes Klassengespräch:

- ▶ Wie wurde das Tragen der Brille erlebt? Welche Auswirkungen wurden spürbar?
- ▶ Was könnte das für meine eigenen Trinkgewohnheiten bedeuten?
- ▶ Wie wird das Gefahrenpotenzial von 0,8‰ eingeschätzt (wenn man bedenkt, dass es vor einigen Jahren noch gestattet war mit 0,8‰ ein Fahrzeug zu lenken)?

Oft entsteht der Eindruck, dass die Brille einen wesentlich höheren Alkoholspiegel simuliert. Eine mögliche Erklärung dafür ist, dass man mit der Brille den Zustand von 0,8‰ von einem Moment auf den anderen erlebt, während beim Trinken von Alkohol der Promillespiegel langsam anflutet. Würde man die Brille länger tragen, könnte sich das Gehirn daran gewöhnen und man würde sich besser zurechtfinden.

- 7) **Optional:** SchülerInnen führen zu Hause die **Konsumselbsttests „time for a check“** durch, welche zu den Substanzen Alkohol, Nikotin, Cannabis und Medikamente vorhanden sind. Die Ergebnisse sollen nicht in der Klasse diskutiert werden, sondern dienen der Selbstreflexion.
 ☞ Pfad: **Infocorner | time for a check**

Achtung: Die Ergebnisse der Selbsttests sind nicht geeignet für die Diagnose eines möglichen Konsumproblems.

5. ÜBERBLICK ÜBER BERATUNGSEINRICHTUNGEN

ZIEL: SchülerInnen sollen Beratungseinrichtungen kennen lernen.

Auf 1-2-free.at findet sich ein Überblick über Beratungseinrichtungen. ☞ Pfad: **help | Adressen**

- 1) **Klassengespräch:**
Welche Beratungseinrichtungen kennen die Schülerinnen?
Was wissen sie über Beratungsstellen?
- 2) **Recherche:** Welche Angebote gibt es im Bezirk?
- 3) **Exkursion in eine Beratungsstelle** bzw. Einladung eines Beraters in die Klasse.
Vorbereitung: Sammlung von Fragen
Oberstufen-SchülerInnen können die Exkursion selber organisieren.

6. GESETZE

ZIEL: Überblick zur aktuellen Rechtslage

Die SchülerInnen bearbeiten folgende Themen:

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Suchtmittelgesetz | <input type="checkbox"/> Illegale Substanzen und Straßenverkehr | <input type="checkbox"/> Alkohol und Straßenverkehr |
| <input type="checkbox"/> Jugendschutzgesetz | <input type="checkbox"/> Illegale Substanzen und Schule | |

Die entsprechenden Informationen sind unter folgenden Pfaden zu finden:

- ☞ [Infocorner | Drogen und Recht | Suchtmittelgesetz](#)
- ☞ [Infocorner | Drogen und Recht | Jugendschutzgesetz](#)
- ☞ [Infocorner | Drogen und Recht | Alkohol und Straßenverkehr](#)
- ☞ [Infocorner | Drogen und Recht | Illegale Substanzen und Straßenverkehr](#)
- ☞ [Infocorner | Drogen und Recht | Illegale Substanzen und Schule](#)
- ☞ [Infocorner | Drogen und Recht | FAQ](#)



7. FOTOGALERIEN

- 1) Unter dem  Pfad: **Fun | Galerie** sind verschiedene Fotogalerien zu finden. Sollten Sie in Ihrer Schule eine Aktion zum Thema Suchtprävention starten, dann können Sie uns gerne Fotos zusenden, die wir auf 1-2-free.at veröffentlichen.
- 2) Die SchülerInnen bekommen den Auftrag eine Fotostory zu einem suchtpreventiv relevanten Thema (Alkohol, Rausch, Freundschaften als wichtiger Schutzfaktor, Nikotin, etc.) zu erstellen. Wenn Sie uns die Fotostorys zusenden, werden wir auch diese gerne auf 1-2-free.at veröffentlichen. **Schicken Sie Ihre Fotos an: 1-2-free@praevention.at**

8. PROJEKTPRÄSENTATIONEN VERÖFFENTLICHEN

Wenn Sie im Rahmen schulischer Suchtpräventionsprojekte Powerpoint-Präsentationen oder andere elektronische Dokumente ihrer Klasse oder auch einer größeren Allgemeinheit zum Download oder zur Ansicht zur Verfügung stellen möchten, können diese ebenfalls auf 1-2-free.at veröffentlicht werden.

FACHBIBLIOTHEK DES INSTITUTS SUCHTPRÄVENTION: Wir bieten Ihnen ca. 3.000 Publikationen rund um die Themen Sucht, Drogen und Suchtprävention kostenlos zur Entlehnung an. Nähere Infos samt Online-Katalog finden Sie unter: www.praevention.at
Fernleihe ist möglich: 0732/77 89 36

