

Vorstellung von *klar bleiben* in der Klasse

Einführung: „Ich möchte euch einen Wettbewerb vorstellen, der extra für Klassen ab Stufe 10 entwickelt wurde. Wenn ihr Lust habt, daran teilzunehmen, melde ich euch gerne an ... zu gewinnen gibt es unterschiedliche Geldpreise, als Hauptgewinn sogar 1.000 Euro für unsere Klassenkasse. Worum geht's? Der Wettbewerb heißt „klar bleiben“ und ist eine „Challenge“ zum Thema Alkohol.“

Sammlung positiver Aspekte: „Wenn wir in der Schule über das Thema Alkohol sprechen, geht es oft um die negativen Seiten, die der Konsum mit sich bringen kann. Eigentlich merkwürdig, denn viele Jugendliche und Erwachsene trinken ja Alkohol. Im Vergleich zu anderen Ländern ist der Konsum in Deutschland sogar besonders hoch. Da muss es ja auch noch eine andere Seite geben. Lasst uns doch mal sammeln, was ihr oder andere in eurem Alter am Alkohol toll findet. Was denkt ihr?“

Sammeln Sie mündlich die Antworten der Schüler:innen. Fragen Sie ggf. nach, wenn es Verständnisfragen gibt, aber werten Sie die Antworten bitte nicht, sondern lassen Sie sie als subjektives Erleben kommentarlos stehen. Mögliche Antworten wären beispielweise: Spaß haben wollen, locker werden, Probleme vergessen, neugierig sein, Rausch, Kick, ...

Sammlung negativer Aspekte: „Ok, vielen Dank. Im Großen und Ganzen trinken junge Menschen übrigens aus den gleichen Gründen, aus denen auch Ältere trinken. Jetzt schauen wir uns mal die andere Seite an, was sind die negativen Seiten des Alkohols? Was habt ihr oder Freunde von euch vielleicht schon mal erlebt, von dem ihr sagt, das soll mir möglichst nicht passieren?“

Sammeln Sie erneut die Antworten, z. B. Filmriss, Kontrollverlust, Peinlichkeiten, Unfälle, Alkoholvergiftung, Gewalt, Streit, ...

Schutzfaktoren benennen/Selbstwirksamkeit: „Gut, vielen Dank. Und was könnt ihr konkret tun, um euch vor diesen negativen Seiten zu schützen?“

In den meisten Fällen werden die Schüler:innen von selbst auf die Antworten kommen: „Gar keinen Alkohol trinken.“ (=Abstinenz) oder „Nicht zu viel Alkohol trinken.“. Wenn nicht, können Sie die Antworten auch vorgeben.

Entscheidungsanbahnung: „Ein Teil der Jugendlichen in Deutschland lebt (nahezu) alkoholabstinent, z. B. aus religiösen Gründen oder um sportlich leistungsfähig zu bleiben. Der weitaus größere Teil hingegen entscheidet sich für ein Leben, in dem Alkohol eine mehr oder weniger bedeutende Rolle spielt. Die meisten der genannten Dinge, die ihr für euer Leben möglichst vermeiden möchtet, passieren durch das Trinken großer Mengen Alkohol in kurzer Zeit, also durch Rauschtrinken, wie z. B. beim „Vorglühen“ vor Partys. Alkohol ist auch riskant, wenn er mit verantwortungsvollen Situationen verbunden wird, z. B. im Straßenverkehr oder im Bereich der Sexualität. Und jetzt kommt die „Challenge“: Meint ihr, dass es 90 Prozent der Klasse schaffen, für 6 Wochen auf Rauschtrinken oder andere riskante Formen des Alkoholtrinkens zu verzichten? Für diejenigen unter euch, die keinen Alkohol trinken, bleibt alles unverändert. Für die anderen bedeutet es, dass ihr zwar Feiern gehen könnt, aber eben ohne Rauschtrinken oder andere riskante Formen des Trinkens. Habt ihr Lust, dieses Selbstexperiment auszuprobieren? Wenn ihr das 6 Wochen lang schafft, habt ihr die Chance auf 1.000 Euro oder andere Geldpreise. Habt ihr noch Fragen? Ansonsten stimmen wir jetzt ab, ob ihr an dem Wettbewerb teilnehmen möchtet ...“