



Feiern ohne Alkoholrausch.

Eine schulbasierte Maßnahme zur Prävention des riskanten Alkoholkonsums

Hintergrund

- Der Konsum alkoholischer Produkte in Deutschland ist im Jugendalter weit verbreitet und muss auch im internationalen Vergleich als hoch eingestuft werden.
- Nach Schätzungen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung haben 2016 fast zwei Drittel der 12- bis 17-Jährigen schon einmal Alkohol getrunken.
- Jeder 7. Jugendliche hat in den letzten 30 Tagen mindestens an einem Tag 4 oder mehr alkoholische Getränke konsumiert.
- Die negativen Folgen des Alkoholkonsums im Jugendalter sind vielfältig, darunter Gewalttätigkeiten, Unfälle und Beeinträchtigungen der Gehirnentwicklung.
- Im Schuljahr 2015/16 wurde ein neuer schulbasierter Ansatz zur Prävention des Rauschtrinkens im Jugendalter entwickelt, in zwei Modellregionen umgesetzt und auf Akzeptanz und Wirksamkeit hin evaluiert: das Programm „Klar bleiben“. Im Schuljahr 2017/18 fand eine Ausweitung auf sechs Bundesländer statt.
- Die Erfahrungen aus diesen Modellphasen: Die Maßnahme stieß in den Schulen und bei den durchführenden Lehrkräften auf positive Resonanz, war ohne Komplikationen umsetzbar und in der Evaluationsstudie konnte ein präventiver Effekt auf Häufigkeit und Intensität des Rauschtrinkens bei Jugendlichen mit Konsumerfahrung gezeigt werden (vgl. Hanewinkel et al. Deutsches Ärzteblatt 2017; 117: 280-287).

Der Ansatz von „Klar bleiben“ im Überblick

- Das Programm richtet sich primär an Klassen der Stufe 10 und höher.
- Die Klasse entscheidet sich, für einen Zeitraum von vier bzw. sechs Wochen lang auf riskanten Alkoholkonsum zu verzichten.
- Zwei Varianten im Schuljahr 2018/19:
Version A: 07.01.-01.02.2019; 4 Wochen; für Bundesländer mit Ferien im Februar
Version B: 21.01.-01.03.2019; 6 Wochen; für Bundesländer ohne Ferien im Februar
- Zur Dokumentation der Verpflichtung unterzeichnen die Schüler einen Klassenvertrag (Kontraktmanagement).
- Wöchentlich wird im Klassenverband das Trinkverhalten der Schüler dokumentiert.
- Vorgabe ist, dass mindestens 90 % der Klasse keinen riskanten Alkoholkonsum praktizieren.
- Klassen, die bis zum Ende „klar geblieben“ sind, können in einer Verlosung Preise gewinnen.

„Klar bleiben“ setzt am **Klassenverband** an und zielt darauf ab, den Verzicht auf **riskanten Alkoholkonsum als soziale Norm zu etablieren**.

Der Ablauf von „Klar bleiben“

Entscheidung der Klasse

Die Klasse entscheidet sich für eine Teilnahme, meldet sich an und unterzeichnet den **Klassenvertrag**:

Vom 7. Januar bis zum 1. Februar / 21. Januar bis zum 1. März verzichten wir auf Rauschtrinken und jede Form von Alkoholkonsum mit Risiko oder unangenehmen Folgen.

Im **Schülervertrag** kann sich jeder Schüler individuelle Verhaltensziele setzen.

Regeln

- Mindestens 90 % der Klasse müssen ihre Verpflichtung eingehalten haben, damit die Klasse als „klar geblieben“ gilt.
- Wöchentlich gibt die Klasse eine Rückmeldung, ob sie die Verpflichtung eingehalten hat.
- Bei einer Rückmeldung dürfen mehr als 10 % der Klasse ihre Verpflichtung nicht eingehalten haben.
- Hat die Klasse bei mindestens 3 von 4 bzw. 5 von 6 Rückmeldungen ihre Verpflichtung eingehalten, nimmt sie an der Preisverlosung teil.

Verzicht auf riskanten Alkoholkonsum
Version A: 07.01. – 01.02.2019 / Version B: 21.01.-01.03.2019

Unterrichtsimpulse (Optional)

Die Lehrkraft kann mit vier ausgearbeiteten Unterrichtsimpulsen das Thema Alkohol in der Klasse vertiefen:

- Wirkung und tatsächliche Konsequenzen des Alkoholkonsums
- Trinkmotive
- Gesellschaftliche und soziale Normen, „Nein“ sagen
- Alkohol in der Werbung

Teilnahme an Preisverlosung

Hauptpreis: Gutschein über 1.000 €

Die Umsetzung im Schuljahr 2018/19

Nach den positiven Erfahrungen in den Schuljahren 2015/16 und 2017/18 wird die Maßnahme mit Förderung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ausgeweitet und im Schuljahr 2018/19 bundesweit angeboten. Die Schulen werden im November 2018 mit Informationsmaterialien angeschrieben und zu einer Teilnahme eingeladen.

Kontakt für weitere Informationen

Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gGmbH (IFT-Nord)

Harmsstr. 2

24114 Kiel

Tel. 0431 – 570 29 70

Fax 0431 – 570 29 29

E-Mail klar-bleiben@ift-nord.de

Web www.klar-bleiben.de

„Klar bleiben“ ist eine Aktion im Rahmen der Jugendkampagne



Gefördert durch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit