



Handreichung

Alkoholkonsum im Pfadfinderkontext



Inhaltsverzeichnis

Warum gibt es diese Handreichung?	3
Umgang mit Alkohol in anderen Verbänden.....	4
Was sagen unsere Stämme?	6
Die wichtigsten Begriffe.....	13
Was sagt der Experte? - Sucht oder Genuss?.....	20
Gruppenstundenideen.....	21
Anhang: Antworten Fragebogen.....	31

Warum gibt es diese Handreichung?

Alkohol. Alkohol ist eine der am weitesten verbreiteten Drogen in unserer Gesellschaft. Er ist fester Bestandteil des gesellschaftlichen Lebens und lässt sich daraus kaum noch wegdenken. Die meisten haben schon mal selbst Erfahrungen damit gesammelt, ob gut oder schlecht sei dahingestellt.

Alkohol wird dabei oft genutzt, um die Hemmschwelle zu senken und einfach "lustiger" drauf zu sein. Doch genau diese Bewusstseinsveränderung stellt auch eine große Verantwortung dar. Ab wann ist meine Wahrnehmung und mein Handlungsvermögen eingeschränkt? Wann ist es zu viel? Wann mache ich etwas, das ich im Nachhinein bereue? Das sind alles Fragen, die Erwachsene oft für sich durch Erfahrungen beantwortet haben, für Jugendliche aber oft noch nicht klar beantwortet sind.

Es stellt sich also die Frage, wie wir als DPSG und damit als Kinder- und Jugendverband mit dem Thema Alkohol umgehen wollen. Dafür lohnt es sich einen Blick auf den Ist-Stand zu werfen. Dazu haben wir uns im ersten Abschnitt verschiedene Kinder- und Jugendverbände und deren Umgang mit Alkohol angeschaut. Im nächsten Schritt haben wir dann die Stämme des Diözesanverbandes Limburg nach ihrem Umgang mit Alkohol gefragt und mit diesen Ergebnissen versucht Regelmäßigkeiten und Zusammenhänge zu erkennen. Im letzten Schritt haben wir dann mit einem Sucht-Experten über den Umgang mit Alkohol in Jugendverbänden gesprochen und welche Auswirkungen eine Sucht haben kann.

Umgang mit Alkohol in anderen Verbänden

Der Umgang mit Alkohol ist in Kinder- und Jugendverbänden ein wichtiges und immer wieder auftretendes Thema. Um einen Überblick über die Handhabung verschiedener Verbände zu bekommen, haben wir uns exemplarisch den Umgang der Verbände mit dem Thema Alkohol angeschaut. Dabei haben wir nicht nur versucht die offiziellen Regelungen, sondern auch die gelebte Praxis darzustellen. Hierbei schauen wir sowohl auf nationale, wie auch auf internationale Verbände.

Die **Deutsche Pfadfinderschaft Sankt Georg** (kurz DPSG) beruft sich in erster Linie auf das deutsche Jugendschutzgesetz. Des Weiteren wurde auf der Bundesversammlung 2019 beschlossen, eine Diskussion zum Umgang mit Alkohol anzuregen. Auch auf Ebene der Diözesanverbände kommt das Thema immer öfter gezielt zur Sprache. Ein Beispiel dafür sind wir im Diözesanverband Limburg, mit der Handreichung, die ihr gerade lest, sowie der Arbeitsgemeinschaft "Alkoholkonsum im Pfadfinderkontext".

Der **Verband Christlicher Pfadfinderinnen und Pfadfinder** (kurz VCP) in Niedersachsen beschränkt sich neben dem Jugendschutzgesetz auf weitere ergänzende Regeln, die intern aufgestellt wurden. Hierbei geht es darum, dass Alkohol erst nach Programmende und an festgelegten Orten konsumiert wird. Ebenso wird bei Veranstaltungen ein breites Angebot an Non-Alkoholika bereitgestellt und günstiger als alkoholische Getränke verkauft. Darüber hinaus darf auch selbstständig kein Alkohol mitgebracht werden und Spirituosen werden generell nicht ausgeschenkt. Bei Verstößen der genannten Regeln werden betroffene Personen mit Konsequenzen getadelt.

Auch im **Bund der Pfadfinderinnen und Pfadfinder** (kurz BdP) orientiert sich der Umgang mit Alkohol an dem Jugendschutzgesetz. Als weiterführendes Beispiel weist ein offener Brief an die Bundesleitung des BdP auf die Endtabuisierung von Alkohol hin. Hierbei geht es im Grunde darum, dass das Verheimlichen des Alkoholkonsums (innerhalb des Jugendschutzgesetzes) kein guter Weg ist. Ein offener Umgang und das bewusste Thematisieren könne einen nachhaltigen und pädagogischen Mehrwert für die einzelnen Stämme haben. Offenes Ansprechen löse ggf. Konflikte und Missverständnisse bevor sie auftreten und gibt den Kindern und Jugendlichen eine Möglichkeit offen über die Thematik zu sprechen. Auch hier gibt es je nach Stamm und Region Abwandlungen. Vor allem bei der Frage, ob man vor dem gesamten Stamm oder nur vor Jugendlichen über 16 Jahren trinkt.

Auch international wird der Alkoholumgang behandelt. Das internationale Pfadfinderlager „Jamboree“ verweist darauf, dass der Alkoholkonsum kein fester Bestandteil des Lagers ist und wenn er konsumiert wird, dann nur an vorgeschriebenen Orten. Des Weiteren sind Leitende dazu angehalten die eigenen Grenzen zu kennen und somit ihre Rolle als Verantwortungs- und Vertrauensperson nicht zu verlieren und den Kontakt zu Kindern und Jugendlichen zu meiden, wenn Alkohol getrunken wurde.

Die Bewegung der **Wandervögel** haben zwei verschiedene Wege. Zum einen wird in neueren Wandervogelvereinigungen auf ein striktes Alkoholverbot bestanden und auf der anderen Seite wird bei älteren Vereinigungen Alkohol ausgeschenkt. Hierbei wird allerdings deutlich, dass der Trend eher zu einem Alkoholverbot übergeht.

Neben Pfadfinderverbänden haben auch andere kirchliche Verbände Handhabungen mit Alkoholika festgeschrieben. Das **Evangelische Jugendwerk** (kurz EJW) in Bad Urach Münsingen bezieht dazu eine klare Stellung. Alkohol hat keinen Platz auf jeglichen Veranstaltungen. Ebenso die **Katholische Jugendgemeinde** (kurz KJG). In den meisten Diözesen herrscht ein striktes Alkoholverbot. In Ausnahmefällen wird sich dann an das Jugendschutzgesetz gehalten und Alkohol ggf. nur in ausgeschriebenen Bereichen konsumiert. Daneben beschränken sich Jungscharen auf das Jugendschutzgesetz und entwickeln teilweise Präventionsmuster und Leitbilder für den sicheren Umgang mit Alkohol. Alkohol wird auch hier Enttabuisiert und offen angesprochen.

Auch andere Gruppierungen setzten sich mit dem Thema des Alkoholumgangs auseinander. Bei (freiwilligen) **Feuerwehren** gilt der Konsens, dass im Dienst und unmittelbar davor in keinsten Weise Alkohol getrunken werden darf. Von der Bundesorganisation gibt es den offiziellen Apell die Vorbildfunktion zu wahren und Alkohol nicht zu einem festen Bestandteil vor, während oder nach dem Dienst zu machen. Darüber hinaus möchte das Jugendforum der deutschen Feuerwehr mit der Kampagne „Null-Promille-Helden“ den Alkoholkonsum enttabuisieren und Mitglieder, sowie Verantwortliche sensibilisieren.

In vielen **Kinder- und Jugendzentren** werden gezielte Veranstaltungen zum Alkoholkonsum vorbereitet und mit geschultem Personal über die Konsequenzen des Konsums aufgeklärt. Hier steht das offene Ansprechen an erster Stelle, da nicht nur das Trinken innerhalb des Verbandes oder der Organisation wichtig ist, sondern der Umgang im privaten Umfeld (Freunde oder Familie).

Generell gilt, dass viele offizielle Regelungen und Vereinbarungen in der Praxis oft nicht eins zu eins so umgesetzt werden. Mal werden Regelungen strenger, mal weniger streng gehandhabt, denn die Durchsetzungen der offiziellen Regelungen liegt im seltensten Fall bei der Bundes- oder Regionalleitung, sondern bei den Leitenden und Betreuenden vor Ort.

Was sagen unsere Stämme?

In Folge der Diözesanversammlung 2020 wurden wir als AG Alkoholkonsum im Pfadfinderkontext damit beauftragt einen Ist-Stand des Alkoholkonsums in der Diözese Limburg zu ermitteln, dazu haben wir uns entschieden einen Fragebogen auszuhändigen, der von jedem Stamm ausgefüllt werden soll. Dazu haben wir jeweils eine Person des Stammes damit beauftragt, diesen Fragebogen repräsentativ für seinen/ihren Stamm auszufüllen.

An dem Fragebogen haben 35 von 37 Stämmen des Diözesanverbands Limburg teilgenommen, im Folgendem findet ihr eine Auswertung der Ergebnisse. Dabei schauen wir uns einzelne Zusammenhänge nochmal genauer an. Zunächst folgt also eine generelle Auswertung und danach dann eine Auswertung in Abhängigkeit zur Stammesgröße, Altersstruktur der Leiterrunde, sowie eine Gegenüberstellung von Stämmen aus ländlichen und städtischen Gebieten. Der Fragebogen legt dabei den Fokus auf den Alkoholkonsum in den Stämmen. Alle Ergebnisse könnt ihr auch nochmal im Anhang nachlesen.

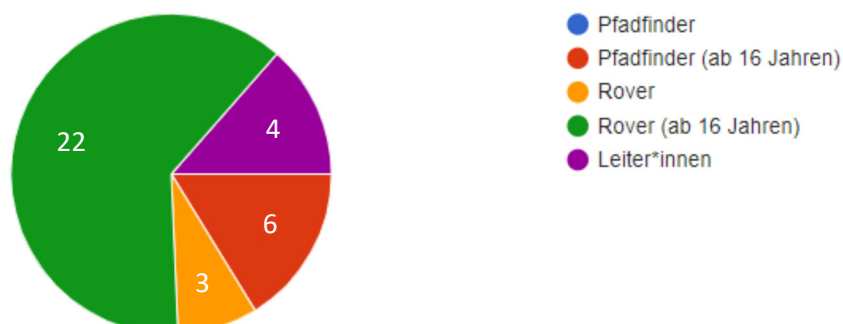
Ergebnisse

Allgemein

Der erste Fragenblock, der sich mit dem Thema Alkoholkonsum beschäftigt, fragt nach **stammesinternen Regelungen** zum Umgang mit Alkohol. Daraus lässt sich ablesen, dass ein Großteil (ca. 63%, 22 Stämme) der Stämme **Rover*innen ab 16 Jahren** das Trinken von Alkohol erlauben, ca. 17% (6 Stämme) erlauben es schon **Pfadfindern*innen ab 16 Jahren**, 11% (4 Stämme) erlauben es nur **Leiter*innen** und ca. 9% (3 Stämme) erlauben es **allen Rover*innen**. Dabei hat ein Großteil (ca. 63%, 22 Stämme) auch eine feste Regelung zum Zeitpunkt, sowie ca. 65% (23 Stämme) auch feste Orte an denen Alkohol getrunken werden darf. Häufige Regelungen sind dabei ab 21:00 Uhr, 22:00 Uhr oder sobald alle unter 16-Jährigen im Bett sind. Der häufigste Ort ist dabei das Lagerfeuer.

In knapp 69% der Stämme (24) wird davon ausgegangen, dass Gruppenkinder etwas vom Alkoholkonsum mitbekommen, jedoch versucht die Hälfte aller Stämme (17) Alkohol bewusst vor den Kindern zu verstecken. So könnten Kinder bei nächtlichen Toilettengängen mitbekommen, wie Menschen am Lagerfeuer trinken oder das alkoholische Getränke am Lagerfeuer herumgereicht werden. In Einzelfällen wird auch davon berichtet, dass die Kinderstufen den Alkoholkonsum anhand des Mundgeruchs mitbekommen würden, wenn nachts z.B. Heimweh auftritt. In den weiteren Regelungen wird oft noch angegeben, dass alle "Beweise", wie leere Flaschen und Kronkorken, am Abend noch weggeräumt werden sollen. Ebenso soll es immer min. eine*n nüchterne*r Fahrer*in od. Leiter*in geben.

Ab welcher Stufe darf bei dir im Stamm Alkohol getrunken werden?



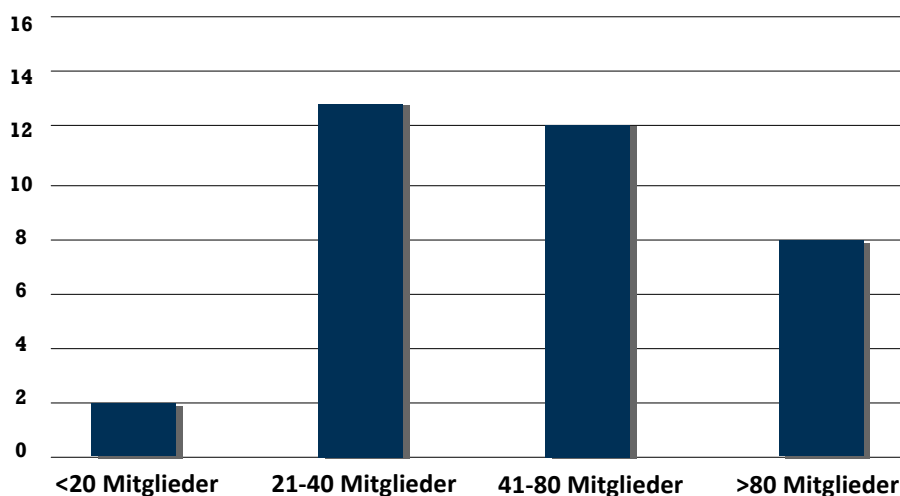
Im nächsten Abschnitt wollten wir wissen welche **alkoholischen Getränke es in den Stämmen** gibt. In den meisten Stämmen (23) wird Alkohol vom Stamm selbst eingekauft. Dabei handelt es sich vor allem um Bier und Wein. Nur ein Stamm gab an, dass auch Spirituosen eingekauft werden. Bei selbst mitgebrachten Getränken sieht es da etwas anders aus. Es lässt sich erkennen, dass vor allem Wein selbst mitgebracht wird, aber auch Spirituosen wie Cocktails (1) und Schnaps (3). Schaut man sich die Auswirkungen des Alkoholkonsums an, sind nach der subjektiven Wahrnehmung der Ausfüllenden in zwei Stämmen Menschen über die Stränge geschlagen.

Viele Leiterrunden (ca. 46%, 16) haben sich schon mal mit der **Außenwirkung des Alkoholkonsums** bei den Pfadfindern beschäftigt. Von den 16 Stämmen haben aber nur 8 in letzter Zeit und zwei von diesen 8 aus einer Notwendigkeit heraus das Thema bearbeitet. Schaut man in die Stufen wird dort in keinem Stamm regelmäßig Alkohol konsumiert, sondern nur in Ausnahmefällen. Hier haben sich 11 Stämme mit ihren Gruppen schonmal mit der Außenwirkung beschäftigt und 6 Stämme haben sich in letzter Zeit mit dem Thema Alkohol auseinandergesetzt. 2 davon taten dies, weil es eine Notwendigkeit dafür gab.

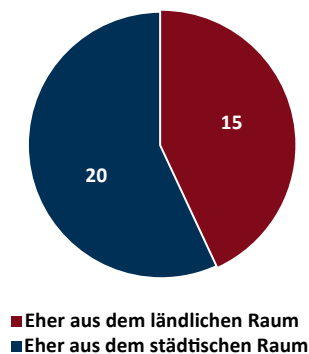
Im Folgendem Abschnitt haben wir uns nochmal verschiedene Zusammenhänge angeschaut, es folgt also eine genauere Betrachtung der **Stammesgröße**, des **Leiter*innenrundenalters** und der **Verortung im ländlichen oder städtischen Raum** und deren Auswirkung auf den Alkoholkonsum. Dazu haben wir die Stämme in größer oder kleiner als 40 Mitglieder unterteilt.

Von den 35 Stämmen sind ca. 43% ≤ 40 Mitglieder (15 Stk.) und ca. 57% ≥ 40 Mitglieder (20 Stk.). Bei der Unterteilung in "eher aus dem ländlichen Raum" oder "eher aus dem städtischen Raum", ordnen sich 20 Stämme (ca. 57%) dem städtischem Raum und 15 Stämme (ca. 43%) dem ländlichem Raum zu. Die Leiterrunden haben wir unterteilt in Leiterrunden mit einem Altersdurchschnitt ≤ 25 (16 Stk.) und ≥ 26 Jahren (21 Stk.).

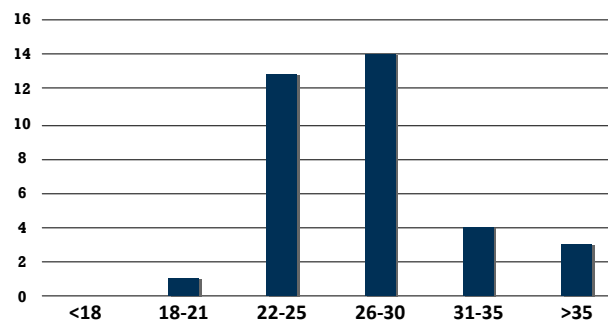
Wie groß ist der Stamm?



Woher kommt der Stamm?



Woher kommt der Stamm?



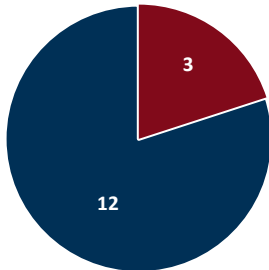
Vergleich kleiner Stamm & großer Stamm

Im Vergleich der Stammesgrößen zeigten sich einige Unterschiede, von den 15 **kleinen Stämmen** gaben 80% (11) an, Regelungen für den Alkoholkonsum zu haben, dabei wurde vermehrt 22:00 Uhr angegeben. Bei den 20 **großen Stämmen** gaben 50% (10) an Regelungen zu haben. Als Regelung wurde hier öfters 21:00 Uhr als Uhrzeit genannt. In beiden Kategorien wurden auch Regelungen wie nach dem Abendessen oder sobald unter 16-Jährige nicht mehr anwesend waren, genannt.

In **kleinen Stämmen** zeigte sich, dass vermehrt (60%, 9) darauf geachtet wurde, Alkohol vor Kindern versteckt zu halten, in **großen Stämmen** wurde bei 42% (8) darauf geachtet. In 46% der Leiterrunden kleiner Stämme und 5% der von großen Stämmen wird kein Alkohol konsumiert. In Ausnahmefällen wird in 40% der Leiterrunden kleiner Stämme und 26% der Leiterrunden großer Stämme Alkohol konsumiert. Einen regelmäßigen Alkoholkonsum gaben 13% der Leiterrunden kleiner Stämme und 73% der Leiterrunden großer Stämme an. Der Großteil der kleinen Stämme (ca. 73%, 11) gaben dabei an aus städtischem Gebiet zu kommen, wohingegen vergleichsweise nur 45% der großen Stämme angaben, aus dem städtischen Raum zu kommen.

Kleine Stämme

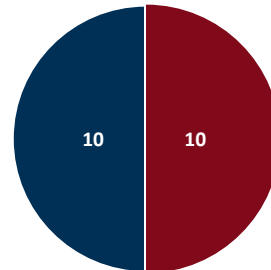
Gibt es Regelungen, ab welcher Uhrzeit Alkohol getrunken werden darf?



■ Ja ■ Nein

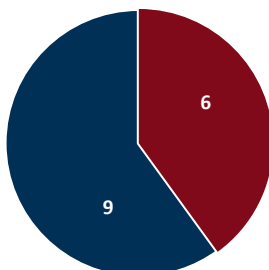
Große Stämme

Gibt es Regelungen, ab welcher Uhrzeit Alkohol getrunken werden darf?



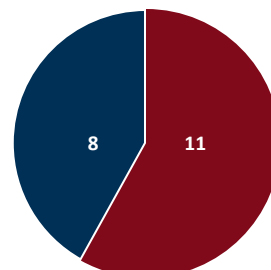
■ Ja ■ Nein

Wird Alkohol bewusst vor den Kindern versteckt?



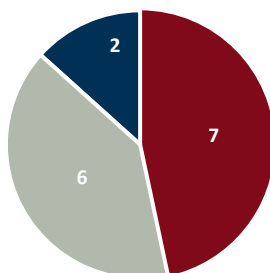
■ Ja ■ Nein

Wird Alkohol bewusst vor den Kindern versteckt?



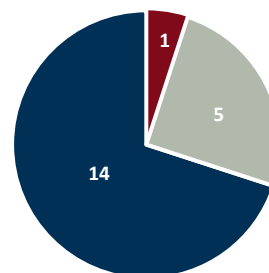
■ Ja ■ Nein

Wird in der Leiter*innenrunde, gemäß euren Regelungen, Alkohol konsumiert?



■ Ja, regelmäßig ■ Ja, in Ausnahmefällen ■ Nein

Wird in der Leiter*innenrunde, gemäß euren Regelungen, Alkohol konsumiert?



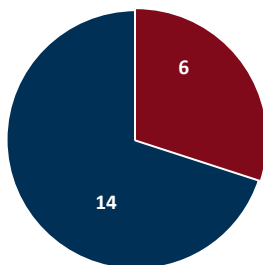
■ Ja, regelmäßig ■ Ja, in Ausnahmefällen ■ Nein

Vergleich städtischer & ländlicher Raum

Im Hinblick auf den Zusammenhang des Standortes eines Stamms und dem Alkoholkonsum konnten wir keine Unterschiede bei der **Wahrnehmung von Alkohol durch Gruppenkinder** beobachten. Sowohl in städtischen als auch in ländlichen Stämmen geben ca. 70% der Stämme an, dass Gruppenkinder etwas vom Alkoholkonsum mitbekommen würden. Jedoch wurde in städtischen Stämmen mehr darauf geachtet **Alkohol zu verstecken** (63%), als in den ländlichen Stämmen (33%). Bei den alkoholischen Getränken zeichnete sich in den städtischen Gebieten eine Tendenz zu Wein und Bier ab. Im ländlichen Raum gibt es eine größere Auswahl an alkoholischen Getränken, die unter anderem auch Schnaps enthält.

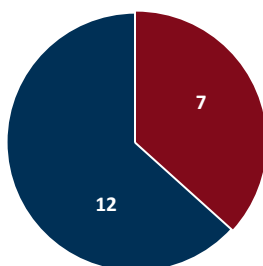
Städtischer Raum

Bekommen Gruppenkinder etwas mit, wenn Alkohol getrunken wird?



■ Ja ■ Nein

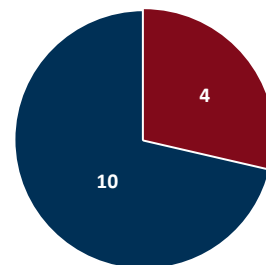
Wird Alkohol vor den Gruppenkindern bewusst versteckt?



■ Ja ■ Nein

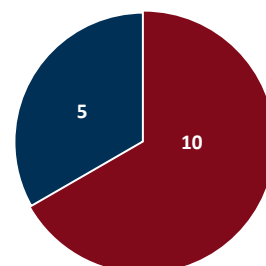
Ländlicher Raum

Bekommen Gruppenkinder etwas mit, wenn Alkohol getrunken wird?



■ Ja ■ Nein

Wird Alkohol vor den Gruppenkindern bewusst versteckt?



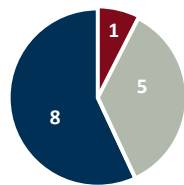
■ Ja ■ Nein

Vergleich Altersdurchschnitt der Leiter*innenrunde

Ein weiterer interessanter Punkt war der Umgang mit Alkohol in Stämmen mit durchschnittlich jüngeren (<25 Jahre) oder älteren Leiter*innenrunden (>26 Jahre). 7% der jüngeren Leiter*innenrunden konsumieren keinen Alkohol, 36% nur in Ausnahmefällen und 57% regelmäßig. Wohingegen 33% der älteren Leiter*innenrunden keinen Alkohol konsumieren, 29% nur in Ausnahmefällen und 38% regelmäßig. Sich mit dem Thema Alkohol generell auseinandergesetzt haben sich 28% der jüngeren Leiter*innenrunden und 9% der älteren Leiter*innenrunden an. Es haben sich dabei mehr jüngere Leiter*innenrunden (ca. 43%) als ältere Leiter*innenrunden (ca. 10%) mit dem Thema Alkohol auseinandergesetzt. In 14% der jüngeren Leiter*innenrunden bestand dafür eine Notwendigkeit. Ähnliche Ergebnisse zeigen sich auch mit der Arbeit in den Gruppen. Von den jüngeren Leiter*innenrunden haben sich ca. 29% in den Gruppen mit Alkohol beschäftigt, in den älteren Leiter*innenrunden waren es ca.10%.

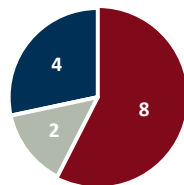
Jüngere Leiter*innenrunden

Wird in der Leiter*innenrunde, gemäß euren Regelungen, Alkohol konsumiert?



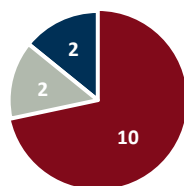
■ Ja, regelmäßig ■ Ja, in Ausnahmefällen ■ Nein

Habt ihr euch in letzter Zeit mit dem Thema Alkohol auseinandergesetzt?



■ Ja, generell ■ Ja, aus Notwendigkeit ■ Nein

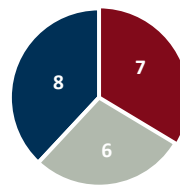
Habt ihr euch in den Gruppen in letzter Zeit mit dem Thema Alkohol auseinandergesetzt?



■ Ja, generell ■ Ja, aus Notwendigkeit ■ Nein

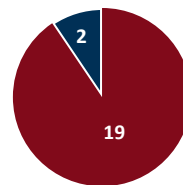
Ältere Leiter*innenrunden

Wird in der Leiter*innenrunde, gemäß euren Regelungen, Alkohol konsumiert?



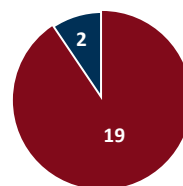
■ Ja, regelmäßig ■ Ja, in Ausnahmefällen ■ Nein

Habt ihr euch in letzter Zeit mit dem Thema Alkohol auseinandergesetzt?



■ Ja, generell ■ Ja, aus Notwendigkeit ■ Nein

Habt ihr euch in den Gruppen in letzter Zeit mit dem Thema Alkohol auseinandergesetzt?



■ Ja, generell ■ Ja, aus Notwendigkeit ■ Nein

Diskussion

Aus den Ergebnissen des Fragebogens konnten wir **keine Gefahren für Jugendlichen** oder Verstöße gegen das JuSchG beobachten. Ebenso gab es keine kritischen Aussagen, die ein dringendes Handeln notwendig machen würden. Nach unserer Einschätzung halten sich also alle Stämme an die Regelungen der DPSG und damit an das JuSchG. Jedoch gibt es einige Punkte, bei denen sich kritisches Hinterfragen lohnt.

Beispielsweise gaben ein Großteil der Stämme an, Alkohol bewusst zu verstecken während eines ebenso hohen Anteiles angibt, dass Gruppenkinder den Alkoholkonsum mitbekommen. Die Frage lautet hier also: **Warum den Alkohol bewusst verstecken, wenn man sowieso davon ausgeht, dass viele Gruppenkinder es mitbekommen?** Wäre es in solchen Situationen nicht sinnvoller offen darüber zu reden?

Eine weitere Beobachtung, die wir gemacht haben ist, dass Stämme aus dem ländlichen Raum offener mit dem Thema Alkohol umgehen, dabei aber auch klare Regelungen haben. Die ländlichen Stämme geben an, seltener Alkohol zu verstecken als Stämme aus dem städtischen Raum, der Anteil der Stämme, die angeben das Gruppenkinder den Alkoholkonsum bemerken ist aber ähnlich hoch. Gleichzeitig geben Stämme aus dem ländlichen Raum aber auch an, sich mehr mit der Auswirkung und dem Thema Alkohol beschäftigt zu haben. **Können hier also evtl. städtische Stämme sich etwas von den ländlichen Stämmen abschauen, bei denen das Thema Alkohol nicht so tabuisiert scheint?**

Ältere Leiter*innenrunden scheinen weniger Alkohol zu konsumieren und strengere Regeln für den Konsum zu haben. Jüngere Leiter*innenrunden hingegen gaben an, regelmäßiger Alkohol zu konsumieren. Sie haben sich aber im Vergleich mehr mit der Thematik auseinandergesetzt, jedoch auch öfters, weil es die Notwendigkeit dafür gab. Die jüngeren Leiter*innenrunden besitzen einen scheinbar offeneren Umgang mit Alkohol, da eine Mehrheit angab, Alkohol nicht zu verstecken. Ebenfalls geht eine überwiegende Mehrheit der jüngeren Leiter*innenrunden davon aus, dass Gruppenkinder den Alkoholkonsum mitbekommen. In älteren Leiter*innenrunden hingegen wird Alkohol vermehrt vor Kindern versteckt und es wird dabei öfter davon ausgegangen, dass der Alkoholkonsum von Gruppenkindern nicht bemerkt wird.

Zusammenfassend lässt sich also sagen, dass der Alkoholkonsum erstmal nicht kritisch scheint. Jedoch sollte die Diskussion um das Thema Alkoholkonsum im Pfadfinderkontext nicht verstummen, sondern wir sollten die Ergebnisse nutzen, um zu schauen, wie man mit dem Thema umgehen kann. Dabei lassen sich für uns zwei Strömungen erkennen. Einmal der offene Umgang mit dem Thema Alkohol, bei dem sich bewusst mit dem Thema und der Außenwirkung auseinandergesetzt wird. Der andere Umgang sieht eher einen versteckten Alkoholkonsum vor, in dem versucht wird Alkohol in dem Maße zu konsumieren, dass Gruppenkinder es nicht mitbekommen.

Wie aber die Stämme mit dem Thema Alkohol umgehen ist ihnen selbst überlassen. Es lohnt sich aber, wie so oft, seine **Verhaltensmuster zu hinterfragen und zu reflektieren.** Im Anhang finden ihr deshalb von uns vorbereitete Methoden und Gruppenstundenideen um den Alkoholkonsum im Stamm zu reflektieren, Regelungen zu erarbeiten oder Kinder und Jugendliche für das Thema zu sensibilisieren.

Die wichtigsten Begriffe

Alkohol

Alkohol, den man trinkt, ist im Grunde Ethanol. Er entsteht durch das Gären von Fruchtzucker oder anderen zuckerhaltigen Rohstoffen, wie Kartoffeln, Getreide oder Mais. Und, Alkohol ist eine legale Droge.

Prävention

Prävention bedeutet, dass man zum Beispiel mit einer Gruppe Übungen macht oder sich unterhält, um gesundheitliche Schäden oder Krankheiten zu vermeiden und darüber zu informieren.

Drogenprävention

Drogenprävention bezeichnet Maßnahmen zur Verhinderung bzw. Reduzierung des Drogenkonsums und beugt Gesundheitsschäden durch den Konsum legaler und illegaler Drogen vor.

Promille, ‰

“Pro” bedeutet “von” (Latein), “mille” bedeutet “Tausend” (Latein). Promille steht also für ein Verhältnis 1:1000. Wenn wir im Alltag von Promille sprechen, ist meist die Menge an Alkohol gemeint, die eine Person zum Zeitpunkt der Messung im Blut hat. Die Gleichung für Promille ist: 1 Promille = 1 Gramm Alkohol pro 1 Kilogramm Blut.

Der persönliche Promillegehalt ist abhängig vom Alter, Größe und Geschlecht, daher bei allen Menschen unterschiedlich.

Promillegehalt berechnen:

$$\text{Blutalkoholkonzentration (in Promille)} = A / (p * r)$$

A= Aufgenommener Alkohol in Gramm

p= Körpergewicht in kg

r= Reduktionsfaktor, Mann: 0,7; Frau: 0,6

Promillestadien:

AB 0,1 PROMILLE

Schon kleinere Mengen Alkohol wirken enthemmend. Wir werden kontaktfreudiger, unsere Stimmung ist gelöst. Was uns noch nicht auffällt: Bereits jetzt schätzen wir Entfernungen falsch ein.

AB 0,3 PROMILLE

Bei diesem Wert tritt häufig eine leichte Verminderung der Sehleistung ein. Unsere Aufmerksamkeit und das Reaktionsvermögen lassen nach, unsere Kritikfähigkeit ist herabgesetzt und die Risikobereitschaft steigt.

AB 0,5 PROMILLE

Wir sehen immer schlechter, etwa 15% Sehleistung haben wir bei diesem Promillewert schon eingebüßt. Auch das Hören ist beeinträchtigt und wir können Geschwindigkeiten nicht mehr richtig einschätzen. Da kann es durchaus passieren, dass wir beim Vorbeigehen versehentlich jemanden anrennen. Nicht selten werden wir dann sauer, weil wir reizbarer sind, als im nüchternen Zustand.

AB 0,8 PROMILLE

Wir können uns kaum noch konzentrieren und es kommt zum Tunnelblick. So nennt man es, wenn unser Blickfeld um etwa ein Viertel eingeschränkt ist. Mit diesem Promillewert verlängert sich unsere Reaktionszeit um etwa 30 bis 50 Prozent und wir haben mit Gleichgewichtsstörungen zu kämpfen. Gleichzeitig werden viele euphorisch, enthemmt und überschätzen sich, eine gefährliche Kombination. Der Rausch ist für unser Umfeld kaum noch zu übersehen.

1,0 BIS 2,0 PROMILLE: RAUSCHSTADIUM

Im sogenannten Rauschstadium kommt es zur weiteren Verschlechterung der Sehfähigkeit und vor allem des räumlichen Sehens. Wir sind verwirrt und haben deutliche Sprech-, Reaktions-, Gleichgewichts- und Orientierungsstörungen. Wer so viel Alkohol im Blut hat, hat auch seine Kritikfähigkeit meist verloren. Das sind deutliche Warnsignale für eine Alkoholvergiftung.

2,0 BIS 3,0 PROMILLE: BETÄUBUNGSSTADIUM

Bei diesem Promillewert ist professionelle Hilfe gefragt. Wer das Betäubungsstadium erreicht, reagiert kaum noch und bewegt sich unkoordiniert. Durch Erbrechen versucht der Körper, sich zumindest des Alkohols im Magen zu entledigen. Gleichzeitig kann es zur Muskeler schlaffung kommen.

AB 3,0 PROMILLE: LÄHMUNGSSTADIUM

Wer so viel Alkohol zu sich nimmt, bringt das eigene Leben in Gefahr. Bewusst- und Reflexlosigkeit, Gedächtnisverlust und schwache Atmung sind die Symptome einer gefährlichen Alkoholvergiftung. Es drohen Lähmungen, Koma, Atemstillstand und Tod.

Legaler Alkoholkonsum

Mit **14/15 Jahren** darf man Bier, Wein oder Sekt trinken, wenn personensorgeberechtigte Personen anwesend sind und dies ausdrücklich erlauben.

Ab 16 darf man Bier, Wein und Sekt kaufen und konsumieren.

Ab 18 darf man Spirituosen kaufen und konsumieren

Abbau des Alkohols

Alkohol wirkt wie Gift. Über Haut, Niere und Lunge wird es in geringen Teilen wieder ausgeschieden. Zwischen 90 und 98 Prozent der Arbeit leistet unsere Leber. Die größte Drüse unseres Körpers baut Alkohol ab, um unsere Zellen vor dem Absterben zu schützen. Unterschiedliche Eiweißstoffe, die Enzyme, helfen dabei. Schnelleres Abbauen mit Mittelchen bringt nichts. Der Körper baut immer gleich schnell den Alkohol ab, auch wenn es nicht so wirkt. Wie schnell der Abbau dauert hängt davon ab, wie viel gegessen wurde, Körperbau, etc.

Grober Richtwert: Frauen: 0,1 Promille/ Stunde; Männer: 0,1 und 0,2 Promille/ Stunde

Alkohol in Zahlen

- 14,9 Jahre: Durchschnittlich erster Alkoholkonsum
- 16,4 Jahre: Durchschnittlich erster Alkoholrausch
- 9,6 Liter reinen Alkohol trinken Deutsche jährlich (ca. eine Badewanne voller Getränke)
 - 105,9 Liter Bier
 - 20,5 Liter Wein
 - 5,4 Liter Spirituosen
 - 3,7 Liter Schaumwein/Sekt
- 70% der 16-21-Jährigen in Deutschland konsumieren nur gelegentlich Alkohol
- Seit 1968 ist Alkoholabhängigkeit als Krankheit anerkannt.

Promillegrenze

Eine Promillegrenze ist umgangssprachlich der vom Rechtsträger beschlossene, maximale Alkoholgehalt im Blut.

Für den Straßenverkehr gilt folgendes:

Innerhalb der Probezeit oder bis 21 Jahre gilt ein Promillegehalt von 0. Wenn dennoch bis zu 0,5 ‰ nachgewiesen kann ohne Anzeichen der Fahruntüchtigkeit wird ein Punkt in Flensburg eingetragen und ein Bußgeld für 250€ verordnet. Ferner kann ein Aufbauseminar und die Verlängerung der Probezeit angeordnet werden.

Wer außerhalb der Probezeit oder jenseits der 21 Jahre mit 0,5-1,09 ‰ am Steuer erwischt wird, staffelt sich die Strafe beim:

- 1. Mal: 500 Euro Bußgeld, zwei Punkte und ein Monat Fahrverbot
- 2. Mal: 1000 Euro Bußgeld, zwei Punkte und zwei Monate Fahrverbot
- 3. Mal: 1500 Euro Bußgeld, zwei Punkte und drei Monate Fahrverbot

Bei 1,1 ‰ spricht man von einer absoluten Fahruntüchtigkeit, die wie folgt bestraft wird:

- Bußgeld bis zu 3000 €
- drei Punkte in Flensburg
- Führerscheinentzug (Sperrfrist 6 Monate bis 5 Jahre oder auf Dauer)
- ggf. mit einer Freiheitsstrafe (bis zu 5 Jahre).

Bei 1,6 ‰ wird eine medizinisch-psychologische Untersuchung (MPU), angeordnet.

Eine MPU kann auch vor der Promillegrenze von 1,6 bei Wiederholungstätern oder Missbrauch oder Abhängigkeit angeordnet werden.

Die Promillegrenze auf dem Fahrrad äußert sich so:

Bei mehr als 1,6 Promille drohen

- 3 Punkte in Flensburg,
- ein Bußgeld
- sowie eine Anordnung zur MPU

Bei nicht-Bestehen der MPU kann es zum Entzug des Führerscheins kommen und ein lebenslanges Fahrrad Fahrverbot verhängt werden.

Genuss

Ein genussvoller Umgang mit psychoaktiven (Bewusstseinszustand verändernden) Substanzen bedeutet:

- dass man nur zu besonderen Gelegenheiten konsumiert
- dass der Konsum zur Verstärkung vorhandener positiver Gefühle dient
- dass die Dosis beschränkt ist und
- dass du noch mehrere andere Möglichkeiten hast, um dir angenehme Gefühle zu verschaffen oder um mit unangenehmen Gefühlen umzugehen.

Genuss bedeutet also bewusst mit psychoaktiven Substanzen umzugehen und damit auch Risiken möglichst klein zu halten.

Gewohnheit

Gewöhnung bedeutet, dass:

- sich der Missbrauch einer Substanz durch die ständige Wiederholung einschleicht.
- man immer weniger Wahlmöglichkeiten zum Konsum hat.
- dass aber durch willentliche Kraft noch Veränderung des Verhaltens möglich ist.

Hat sich eine Person aber einmal an eine oder mehrere Drogen oder ein bestimmtes Verhalten gewöhnt, wird es für sie immer schwieriger sich dem Reiz der Entlastung zu entziehen.

Missbrauch

Der Missbrauch einer Droge geht über den genussvollen Gebrauch hinaus. Der Missbrauch einer Substanz kann durch zunehmende Gewöhnung ein Übergangsstadium zu einem abhängigen Verhalten sein. Von Missbrauch (oder auch „ausweichendem Verhalten“) spricht man, wenn

- man konsumiert, um unangenehme Gefühle (z.B. Ärger, Unruhe, Langeweile) zu beseitigen und
- dass in Ausnahmefällen konsumiert wird, es also nicht grundsätzlich geschieht und
- wenn die Dosis überschritten wird (z.B. Kater nach Alkoholkonsum).

Missbrauch bedeutet auch:

- in Situationen zu konsumieren, in denen Drogen fehl am Platz sind, wie z.B. beim Autofahren
- immer wieder Drogen in bestimmten Situationen zu nehmen, obwohl man begriffen hat, dass dadurch negative Folgen für den Körper, den psychischen Zustand, die finanzielle Situation oder andere Personen (z.B. Aggressivität durch Alkohol) entstehen.

Sucht

Sucht ist die umgangssprachliche Bezeichnung für die Abhängigkeit von einer Substanz oder einem Verhalten. -> Abhängigkeitssyndrom

Abhängigkeit

Abhängigkeit bedeutet, dass man nicht mehr ohne das Suchtmittel (Alkohol, Drogen, Medikamente) leben kann oder einen zwanghaften Drang verspürt, ein bestimmtes Verhalten auszuüben. Folgende Kriterien sind dabei entscheidend:

- unbezwingbares Verlangen zur Einnahme und Beschaffung des Mittels
- Tendenz zur Dosissteigerung (Toleranzerhöhung)
- Psychische und meist auch physische Abhängigkeit von der Wirkung der Droge
- Schädlichkeit für den Einzelnen und oder die Gesellschaft
- Verlust der Kontrolle über das eigene Verhalten
- (vgl. www.caritas.de und [hps://www.uni-regensburg.de/universitaet/arbeitskreis-sucht/was-ist-sucht/index.html](https://www.uni-regensburg.de/universitaet/arbeitskreis-sucht/was-ist-sucht/index.html))

Rauschtrinken oder Binge Drinking

Rauschtrinken oder auch „Binge Drinking“ bedeutet, dass man mindestens einmal im Monat 60 Gramm oder mehr reinen Alkohol zu einer Trinkgelegenheit konsumiert. Das sind z. B. drei Flaschen Bier à 0,5 Liter oder etwas mehr als drei normal große Gläser Wein à 0,2 Liter.

Abstinenz

„Abstinenz“ bedeutet sich enthalten oder fernhalten. Wird begrifflich für die völlige Freiheit von jeglichem Suchtmittelkonsum verwendet. Wer abstinent lebt, konsumiert keinerlei Suchtmittel wie Alkohol, Tabak oder andere illegale Drogen. Die Mehrzahl der erwachsenen Personen in Deutschland lebt nicht abstinent (Alkoholkonsum). Hierzu ist aber festzustellen, dass einerseits die Anzahl der Personen mit abstinenter Lebensweise in Deutschland zunimmt ("gesunde Lebensweise"), und andererseits die Unterschiede zwischen dem gelegentlichen Konsum einer Substanz und dem völligen Verzicht auf diesen nicht allzu groß sind.

Bin ich Substanzabhängig? (vgl. www.caritas.de)

Von einer Substanzabhängigkeit (Alkoholabhängigkeit) wird gesprochen, wenn mindestens 3 der folgenden 6 Kriterien mit „Ja“ beantwortet werden. Der Bezugszeitraum sind dabei die letzten 12 Monate. (Nach ICD-10, Internationales Klassifikationssystem)

1. Spüren Sie häufig eine Art unbezwingbares Verlangen, Alkohol zu trinken?
2. Kommt es vor, dass Sie nicht mehr aufhören können zu trinken, wenn Sie einmal begonnen haben?
3. Trinken Sie manchmal morgens, um eine bestehende Übelkeit oder Zittern (z.B. Ihrer Hände) zu lindern?
4. Brauchen Sie zunehmend mehr Alkohol, bevor Sie eine bestimmte Wirkung erzielen?
5. Ändern Sie Tagespläne, um Alkohol trinken zu können? Richten Sie den Tag so ein, dass Sie regelmäßig Alkohol trinken können? Oder vernachlässigen Sie andere Interessen (z.B. Hobbies, Familie, Freunde) wegen des Trinkens?
6. Trinken Sie, obwohl Sie spüren, dass der Alkoholkonsum zu schädlichen körperlichen, psychischen oder sozialen Folgen führt?

Wie schütze ich mich davor, süchtig zu werden? (vgl. <http://www.somatrix.de/>)

Hilfreich dabei nicht süchtig zu werden sind z.B.:

- das Wissen um Wirkungen, Folgen und Gefahren von Drogengebrauch und –missbrauch und einem risikoarmen Umgang damit
- Reflektion des eigenen Konsumverhaltens (Warum nehme ich Drogen oder nicht? Fühle ich mich mit meinem Konsum wohl? usw.)
- Kritikfähigkeit gegenüber eigenen und anderen Ansichten
- ein positives Selbstwertgefühl
- Genussfähigkeit
- positive Lebens- und Zukunftsperspektiven (Sinn)
- das Gefühl, das eigene Leben aktiv gestalten zu können
- Möglichkeiten sich zu entspannen oder aktiv zu sein, die „guten“ und „schlechten“ Gefühle auszuleben
- ein funktionierendes soziales Netzwerk (also Freunde, Familie)
- Unterstützung und Anerkennung der eigenen Selbständigkeit
- Bildung und Förderung
- positive und authentische Vorbilder

Sofern nicht anders angegeben, beziehen sich alle Informationen auf www.kenn-dein-limit.de

Was sagt der Experte? - Genuss oder Sucht

Im Zuge der Arbeit an dieser Handreichung haben wir das Suchthilfezentrum Gießen herangezogen, um uns eine Expertenmeinung einzuholen. Nach einem Input-Vortrag hatten wir die Möglichkeit zu einer Diskussion über das Thema Sucht und Drogen, und dabei im speziellen das Thema Alkohol. Unter anderem ging es um das Verhältnis zwischen Kinder und Jugendliche und Alkohol. Aufgrund der Ergebnisse des Fragebogens trat die Frage auf, welche Auswirkungen es auf Kinder und Jugendliche haben kann, wenn sie bei anderen Alkoholkonsum, beispielsweise durch Sehen, Riechen oder auffälligen Verhalten, wahrnehmen. Eine klare Antwort darauf gibt es, wie zu erwarten, nicht. Die einen sind den Kontakt zu Alkohol gewohnt, andere hingegen assoziieren damit womöglich negatives. Beispielsweise wenn Erfahrungen mit alkoholisierten Erwachsenen oder anderen Jugendlichen gemacht wurden. Dabei ist auch wichtig darauf zu achten, dass man nicht davon ausgehen kann, dass alle Anwesenden immer damit einverstanden sind, wenn öffentlich Alkohol getrunken wird.

Ob es aber im Umkehrschluss eine sinnvolle Idee ist, den Alkoholkonsum zu verheimlichen, ist kritisch zu hinterfragen. Kinder und Jugendliche haben eine starke Neugier und einen hohen Wissensdrang. **Wenn etwas versteckt bzw. geheim gehalten wird, kann dies das Interesse der Kinder und Jugendliche unnötig wecken und die Aufmerksamkeit ungewollt darauf ziehen.** Darüber hinaus steht ein ‚Geheimnis‘ zwischen den Kindern, Jugendlichen und den Leitenden. Dies stellt eine Problematik dar, da ein Vertrauen zwischen den Gruppenkindern und den Leitenden elementar wichtig ist. Wird dies nun geschwächt, kann sich das auch auf andere Situationen auswirken.

Hierbei ist wichtig, dass miteinander transparent zu reden schon viele Konflikte im Vorhinein lösen kann. Dies kann auch die unangenehmen Situationen verhindern, dass man womöglich beim ‚geheimen Konsumieren erwischt wird‘ und in Erklärungsnot gerät. Ein vorbildlicher, offener und verständnisvoller Umgang mit Alkohol kann förderlich sein. **Wenn Kinder und Jugendliche sehen, wie man verantwortungsvoll und rücksichtsvoll Alkohol konsumiert, kann dies als ein Vorbild dienen.** Hierbei ist darauf zu achten, dass jede*r verantwortungsvoll und rücksichtsvoll anders definiert. Deswegen ist das kein Appell dafür, den Alkoholkonsum zu einem festen Bestandteil einer Pfadfinderaktion zu machen, nur um das vorbildliche Konsumieren zu zeigen.

Schließlich gilt, dass der offene Umgang mit Alkohol und vor allem das gegenseitige Reflektieren wichtige Schritte zu einem ungefährlichen Konsum sind. Es ist wichtig, (junge) Menschen dabei zu unterstützen, sich selbst und ihren Konsum zu reflektieren. Man kann einen gesunden und verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol vorleben und gemeinsam entwickeln. Eine gelungene Selbstorganisation ist der Schlüssel für einen suchtfreien und ungefährlichen Konsum. Es gibt unzählige Hilfe- und Beratungsstellen, die bei Bedarf, auch präventiv, hinzugezogen werden können.

Inwiefern sich der Alkoholkonsum bei Frauen und Männern unterscheidet, wie unterschiedlich sich Konsum äußert und wie schnell er in gefährliche Zustände umschlagen kann, ist im Kapitel: *Die wichtigsten Begriffe* aufgeführt.

Gruppenstundenideen

Alkohol. Um das Thema Alkohol und Sucht auch mit Kindern und Jugendlichen sowie mit der Leiterrunde zu sensibilisieren haben wir Gruppenstunden vorbereitet. Diese sollen sich auf verschiedene Arten und Weisen mit den Themen befassen und ein Bewusstsein dafür schaffen. In den älteren Stufen wird dazu auch der Alkoholkonsum reflektiert und Methoden an die Hand gelegt, mit denen gemeinsam Regelungen für den Umgang mit Alkohol erarbeitet werden können. Da das Thema Sucht und auch der Alkoholkonsum ein sehr sensibles und persönliches Thema sind, bitten wir euch deshalb sehr sensibel und vorsichtig an das Thema heran zu gehen – und euch gegebenenfalls externe Unterstützung zu holen.

Wölflinge: Methode Spaß und Pflicht

<i>TN – Zahl:</i>	<i>unbegrenzt</i>
<i>Zeit:</i>	<i>Ca. 90 min</i>
<i>Material:</i>	<i>Kartendecks mit je 52 Karten, Wetteinsätze (z.B. Süßes)</i>
<i>Altersstufe:</i>	<i>Wölflinge</i>

Fragerunde:

Zu Beginn der Gruppenstunde wird ein Gedankenexperiment gestartet. Hierbei sollen sich alle Gruppenkinder die Frage stellen, was sie tun würden, wenn sie 24 Stunden lang keine Regel von ihren Eltern mehr hätten und was sie tun würden, wenn sie 24 Stunden lang erwachsen wären. Jedes Kind bekommt der Reihe nach die Möglichkeit, seine Vorstellungen mit den anderen zu teilen. In einer zweiten Runde sollen die Kinder darüber nachdenken, welche Konsequenzen ihr Verhalten hätte und was passieren würde, wenn sie sich nicht 24 Stunden, sondern längerfristig so verhalten würde. Oder wie es wäre, wenn jeder so handeln würde. Auch hierbei werden die einzelnen Ideen mit der Gruppe geteilt. Bei dieser Aufgabe sollen sich die Kinder mit dem notwendigen Ausgleich zwischen spaßigen Dingen und Pflichten auseinandersetzen.

Spiel:

Zum Abschluss kann das Spiel 17+4 in kleinen Gruppen gespielt werden. Hierbei kann das Thema Sucht angesprochen werden, da die Kinder immer weiter ihren Wetteinsatz (z.B. Süßigkeiten) vermehren wollen. Es kann dabei darauf aufmerksam gemacht werden, dass die meisten ihren Einsatz verloren haben und das Glück allein über das Gewinnen und Verlieren entscheidet.

(Anleitung: <https://www.spielanleitung.org/17-und-4.html>)

Jungpfadfinder*innen: Gesprächsrunde und Hindernis-Parcours

<i>TN – Zahl:</i>	<i>Min. 5</i>
<i>Zeit:</i>	<i>Ca. 30min, je nach Diskussionsbedarf/ Menge der Aufgaben</i>
<i>Material:</i>	<i>Alkohol-Brillen, Hindernisse (z.B. Stühle, Tische, etc.)</i>
<i>Altersstufe:</i>	<i>Jungpfadfinder*innen</i>
<i>Ziel:</i>	<i>Alkohol „entzaubern“, Positives und Negatives erklären, Einfluss von Alkohol simulieren</i>

Zu Beginn in die Thematik Alkohol sollen zusammen mit den Jungpfadfinder*innen bisherige Erfahrungen mit Alkohol gesammelt und besprochen werden. Dabei sollen insbesondere positive, wie auch negative Wirkungen von Alkohol beleuchtet werden. Ziel soll es sein, ein Verständnis für Verbote und die Wirkung zu vermitteln. Gegebenenfalls kann hierbei auch auf den Hintergrund dazu eingegangen werden.

Im nächsten Schritt soll der Einfluss von Alkohol auf die Wahrnehmung simuliert werden. Hierfür wird ein Parkour aus Stühlen, Tischen, Seilen etc. aufgebaut, der von Kindern mit Alkohol-Brille (diese kann im Diözesanbüro ausgeliehen werden) absolviert wird. Wichtig ist hierbei die Wahrnehmung der Kinder mit Brille sowie ohne Brille, die im Anschluss zum Parcours reflektiert werden soll. Dabei soll zusammen mit Jungpfadfinder*innen besprochen werden, was bei zu viel Alkohol getan werden kann und das Leiter bspw. auf Lagern als Vertrauenspersonen dienen. Ebenfalls sollte auch sozialer Druck, der zum Alkoholkonsum führen kann, diskutiert werden und die Kinder zum Schluss kommen, dass sie selbst über ihre Grenzen bestimmen.

Pfadfinder*innen/ Rover*innen: Trichter Methode

<i>TN – Zahl:</i>	<i>Max.15</i>
<i>Zeit:</i>	<i>90 min</i>
<i>Material:</i>	<i>Papier, Online Whiteboard (bspw. Miro-Board)</i>
<i>Altersstufe:</i>	<i>Pfadfinderstufe und Roverstufe</i>
<i>Ziel:</i>	<i>Reflexion des Alkoholkonsums</i>

Beschreibung:

Auf dem Boden wird ein Trichter mit 4 (Zahl variierbar) Bereichen markiert. In den größten Bereich legt man ein Kärtchen mit der Aufschrift "Genuss" und in den sich kleinsten Bereich ein Kärtchen mit der Aufschrift "Sucht". Ergänzt werden können die Begriffe "Missbrauch" und "Gewohnheit". Die Begriffe werden erklärt und Unterschiede dazwischen hervorgehoben.

Die Teilnehmenden ziehen sich aus den Situationsbeschreibungen (beispielhaft) eine Karte und sollen diese an die passende Stelle im Schaubild einordnen. Sie begründen ihre Festlegung. Die anderen Teilnehmenden können abweichende Meinungen äußern. Die Leitung achtet darauf, dass die Einordnungen zutreffend sind bzw. die Diskussion über Mehrfachnennung moderieren.

Situationen:

- Ein Jugendlicher (17 J.) raucht jeden Tag eine halbe Schachtel Zigaretten.
- Eine 14-Jährige zählt alle Kalorien, die sie zu sich nimmt, und wacht darüber, dass sie täglich nicht über 1000 Kalorien kommt.
- Eine Sekretärin (44 J.) trinkt jeden Vormittag während der Arbeit 5 Tassen Kaffee. Zum Frühstück hat sie meist keine Zeit.
- Eine Frau (28 J.) kann Süßigkeiten einfach nicht widerstehen. Sie hört erst mit dem Naschen auf, wenn die ganze Packung (manchmal sind es auch zwei) leer ist.
- Ein Mann (48 J.) wird aggressiv, als seine Frau ihm sagt, dass er zu viel trinkt. Zuerst tobt er, dann kippt er sich vor lauter Ärger oder aus Trotz einen Schnaps runter.
- Ein Mann (78J.) macht es sich gemütlich zu Hause und vor dem Schlafengehen genießt er einen feinen Cognac, den ihm seine Tochter zum Geburtstag geschenkt hat.
- Eine Frau (55 J.) raucht seit 35 Jahren und behauptet, jederzeit mit dem Rauchen aufhören zu können.
- Eine Frau (19 J.) fühlt sich zu dick und macht ständig neue Diäten. Weil es auf der Geburtstagsfeier ihrer besten Freundin ein großes Essen gibt, wird sie lieber zuhause bleiben.
- Ein Hausmeister, hat auf jedem Flur ein Versteck für Alkohol.
- Ein Mann (21 J.) bricht in eine Apotheke ein, um an Heroin zu kommen.
- Ein Mann (73 J.) raucht am Sonntag nach dem Mittagessen eine Pfeife.
- Ein Mann (39 J.) trinkt morgens erst einmal einen Schnaps, damit seine Hände nicht mehr zittern.
- Ein Steuerberater (45 J.) trinkt jeden Abend gleich nach der Arbeit drei Flaschen Bier. Dann setzt er sich vor den Fernseher oder geht gleich ins Bett.
- Eine Hausfrau nimmt jeden Vormittag ein Beruhigungsmittel, weil sie Angst hat, ohne Tabletten den Alltag nicht zu überstehen.
- Eine Jugendliche (14 J.) muss während des Essens dauernd auf ihr Handy schauen.
- Eine Jugendliche (14 J.) kann ohne ihr Handy nicht ihr Zimmer verlassen.
- Ein Jugendlicher (16 J.) macht bei jedem Workout im Fitnessstudio ein Bild und postet es auf Social Media.

Pfadfinder*innen/ Rover*innen: Auswirkungen und Folgen

<i>TN – Zahl:</i>	<i>Max.20</i>
<i>Zeit:</i>	<i>Ca. 90 min</i>
<i>Material:</i>	<i>Alkoholbrille, Expert*in, Betroffene</i>
<i>Altersstufe:</i>	<i>Pfadfinderstufe und Roverstufe</i>
<i>Ziel:</i>	<i>Prävention vor Alkohol durch Aufzeigen möglicher Gefahren</i>

Beschreibung:

1. Auswirkungen spüren

Mit Hilfe der Alkoholbrillen (diese können kostenfrei im Diözesanbüro ausgeliehen werden) die Auswirkung von Alkohol klar machen, dafür kleine Aufgabenstellen:

- In einer geraden Linie laufen
- Nase berühren
- Finger vor dem Gesicht zusammenbringen

2. Offen über Auswirkungen und mögliche Folgen sprechen

- Welche Auswirkungen hat die Brille auf Wahrnehmung?
- Welche Folgen kann Alkohol auch gesundheitlich haben?

3. Termin mit Expert*innen oder Betroffenen

Überlegt, ob ihr euch vielleicht eine*n Expert*in hinzuzieht, die euch Input zu dem Thema gibt und auch Fragen beantworten kann. Hierbei solltet ihr darauf achten, dass die eingeladene Person weiß, dass sie mit Kindern/Jugendlichen arbeitet.

4. Wenn sich die Gruppe gut kennt und alle auch außerhalb der Pfadfinder befreundet sind, einfach offen über Erfahrungen und die Einstellung zu dem Thema reden. Dabei muss darauf geachtet werden, dass es für alle Teilnehmenden in Ordnung ist, über das Thema zu sprechen. Keiner darf gezwungen oder gedrängt werden!

Leiter*innenrunde: Wahrnehmung Teil I

<i>TN – Zahl:</i>	<i>Min. 5</i>
<i>Zeit:</i>	<i>Ca. 90 min</i>
<i>Material:</i>	<i>Flipchart Papier, Stifte, kleine Zettel, Schukarton oder ähnliches, Klebematerial, ggf. digitale Tools</i>
<i>Altersstufe:</i>	<i>Leiter*innenrunde</i>
<i>Ziel:</i>	<i>Reflexion des Alkoholkonsums</i>

Block 1: Generell Thema Alkohol

Methode:

- Analog: In Kleingruppen Mindmap zu den Fragen erstellen
- Digital: Mit gesamter Leiter*innenrunde eine Mindmap machen (z.B.: Miro) **20min**

Danach:

- Analog: Plakate aufhängen und Rundgang aller Personen
- Digital: Zeit zum drüber schauen **10min**

Anschließend:

- Austausch über Ergebnisse, bzw. Fragen klären **15min**

Fragen:

- In welchen Situationen wird Alkohol getrunken?
- Welchen Auswirkung/ Welche Effekte hat Alkohol? / Was bringt Alkohol?
- Was für Alkohol trinkt man?
- Warum trinkt man Alkohol?
- Wie wird Alkohol in der Gesellschaft akzeptiert/ gesehen?

Block 2:

Box, in die anonyme Antworten zu bestimmten Reflexionsfragen geworfen werden steht bereit. Jede Frage auf einem eigenen Zettel beantwortet, sodass keine Rückschlüsse gezogen werden können:

- (Finde ich den Alkoholkonsum in der Leiterrunde angemessen?)
- Wie fühle ich mich beim Alkoholkonsum in der Leiterrunde?
- Welche Erfahrungen habe ich schon gemacht mit Alkohol in der Leiterrunde (positiv und negativ)?
- Wie stellst du dir einen angemessenen/ genussvollen Umgang mit Alkohol vor?

Methode:

Pro Frage 1-2min zum Beantworten (8min) Evtl. auch im physischen auf digitale Tools zurückgreifen, da Möglichkeit besteht, die Handschriften zu zuordnen zu können Alle Antworten sammeln, danach Antworten vorstellen, dafür Antworten an die Wand hängen, präsent zeigen.

Dies passiert erst ohne Wertung und ohne den Versuch der Zuordnung. **8min**

Aussagen für den nächsten Schritt bzw. zweite Gruppenstundenidee merken/ festhalten aber nicht kommentieren oder diskutieren Im digitalen z.B.: Oncoo.de

Leiter*innenrunde: Wahrnehmung Teil II

<i>TN – Zahl:</i>	<i>Min. 5</i>
<i>Zeit:</i>	<i>Ca. 90 min</i>
<i>Material:</i>	<i>Flipchart Papier, Stifte, kleine Zettel, Schukarton oder ähnliches, Klebematerial, ggf. digitale Tools</i>
<i>Altersstufe:</i>	<i>Leiter*innenrunde</i>
<i>Ziel:</i>	<i>Reflexion des Alkoholkonsums</i>

Block 3: Aktuelle Regelungen

Methode: Schreibgespräch

Einzelne Tische/ Orte mit den Fragen

Personen gehen rum und beantworten die Fragen, Diskussionen und Austausch erwünscht ggf. auch ein Schreibgespräch

Im digitalen evtl. einzelne Breakoutsession mit den Fragen, Antworten über Mindmap-App sammeln 20min
Fragen:

- Welche Regelungen gibt es bei euch im Stamm zum Thema Alkohol?
- Wer hat diese festgelegt? / Wann wurden diese festgelegt?
- Werden die Regeln befolgt? Was passiert, wenn sie nicht befolgt werden?

Im Plenum:

Darstellung vom Ist-Stand; Zusammenfassen der Antworten der Fragen

Eine Person fasst die Antworten zusammen **10min**

Leiter*innenrunde: Regelungen definieren

TN – Zahl:	Min. 5
Zeit:	Ca. 90 min
Material:	Flipchart Papier, Stifte, kleine Zettel, Klebematerial, ggf. digitale Tools, Dartscheibe vor malen, Ergebnisse der Leiter*innenrunde: Wahrnehmung
Altersstufe:	Leiter*innenrunde oder Rover*innenrunde
Ziel:	Auseinandersetzung mit Regelungen für den Stamm im Umgang mit Alkohol und ggf. Definition von Regelungen

Regelungen für den Stamm erarbeiten

Rückblick: Regelungen für den Stamm erarbeiten

Ergebnisse der vorherigen Reflexion (Methode 1) auffrischen, kurze Zusammenfassung der Antworten der Reflexionsfragen und der Antworten der Regelungen Evtl. Plakate aufhängen, oder Person fasst es zusammen

5-10min

Kurzer Input: Wie hoch ist mein Blutalkoholwert?

- Nehmt euch einen Tag raus, oder denkt euch einen Abend aus, an dem ihr Alkohol getrunken habt, versucht dann mit Hilfe der Tabelle euren Blutalkoholwert herauszufinden.

$$\frac{\text{Menge (in ml)} \times \text{Vol.-%}}{100} \times 0,8 = \text{Gramm reiner Alkohol}$$

Blutalkoholkonzentration (in Promille): $A / (p \cdot r)$

A = Aufgenommener Alkohol in Gramm

P= Körpergewicht in kg

R= Reduktionsfaktor, Mann = 0,7, Frau = 0,6

Wie viel Alkohol enthalten Bier, Wein, Sekt und Schnaps?*



Quelle: Lange et al. (2016) (eigene Umrechnung)

© Stiftung Gesundheitswissen 2020

Leiter*innenrunde: Regelungen definieren

<i>TN – Zahl:</i>	<i>Min. 5</i>
<i>Zeit:</i>	<i>Ca. 90 min</i>
<i>Material:</i>	<i>Flipchart Papier, Stifte, kleine Zettel, Klebematerial, ggf. digitale Tools, Dartscheibe vor malen, Ergebnisse der Leiter*innenrunde: Wahrnehmung</i>
<i>Altersstufe:</i>	<i>Leiter*innenrunde oder Rover*innenrunde</i>
<i>Ziel:</i>	<i>Auseinandersetzung mit Regelungen für den Stamm im Umgang mit Alkohol und ggf. Definition von Regelungen</i>

Regelungen für den Stamm erarbeiten

Welche Regelungen sollte es geben?

Stellt euch die Frage: Wenn es keine Regelungen zum Thema Alkohol bei euch im Stamm geben würde, welche Regelungen sollte es mindestens geben?

Jede Person schreibt dabei ihre Wunsch-Regelungen auf Karteikarten. Sammelt dann diese Karten und clustert sie nach Themenbereichen.

15min

Bildet Kleingruppen für jeden Themenbereich der Regelungen. Die Kleingruppen sollen sich dann genauer mit den Regelungen auseinandersetzen und Ergänzungen oder Änderungen aufschreiben. Die Ergebnisse werden festgehalten. Danach wechseln die Gruppen die Regelungen und diskutieren über diese und das bereits Geschriebene. **Pro Regelung 5-10min * Anzahl der Regelungen (max. 30-45min)**

Die Gruppe, die als letztes bei einer Regelung ist, fasst alle Ergebnisse zusammen und dokumentiert diese. Im Anschluss werden die Kommentare und Änderungen zu den Regelungen im Plenum vorgestellt. Für jede Regelung wird dabei ein Stimmungsbild erzeugt, dafür könnt ihr z.B. die Dartscheibenmethode nehmen. (Je weiter die Markierung in der Mitte gesetzt wird, desto größer die Zustimmung). Lasst dabei eine Diskussion über Ergebnisse und Zustimmungen zu. **30min**

Wenn der Prozess zu lange dauern sollte, teilt die Diskussion auf mehrere Leiter*innenrunden oder Rover*innenrunden auf.

Wichtig: Jeder soll sich mit der Entscheidung wohlfühlen und alle Einwände sollten aus der Welt geschaffen werden. Es soll eine Entscheidung im Konsens werden.

Denkt dabei auch daran, den Prozess mit einer Reflexionsmethode eurer Wahl zu reflektieren.

Impressum

Impressum

Kontakt:

Tel.: 0611-526014

E-Mail: dibue@dpsg-limburg.de

Redaktion: Sarah Förg, Isabel Bruns, Mara Häuser, Jens Koske, Jakim Eckert, David Heun, Joerg Zender, Peter Grünzner, Simon Klinger, Tobias Klüsener, Leon Wietschorke

Diese Handreichung entstand in der AG „Alkoholkonsum im Pfadfinderkontext“ des Diözesanverbandes Limburg

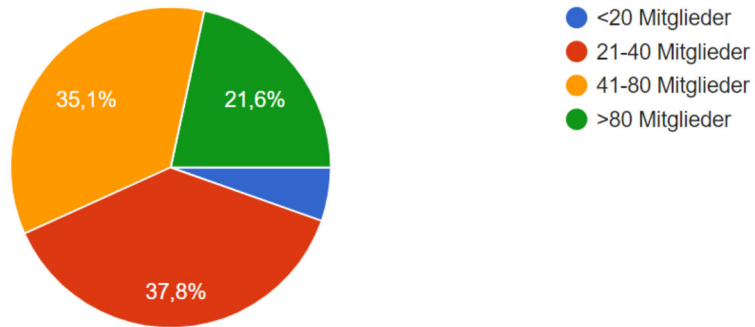
Wenn ihr Fragen, Anmerkungen oder Verbesserungsvorschläge habt, meldet euch gerne bei uns:

E-Mail: dibue@dpsg-limburg.de

Antworten Fragebogen

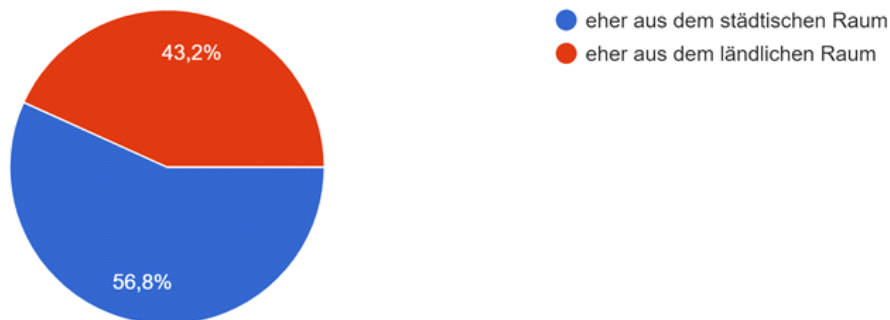
1.1. Wie groß ist dein Stamm?

37 Antworten

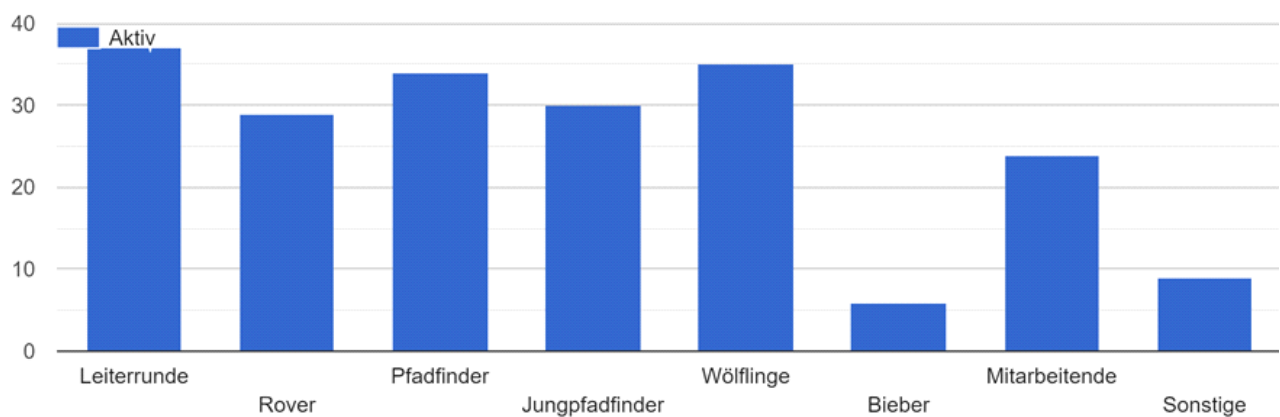


1.2. Woher kommt dein Stamm?

37 Antworten

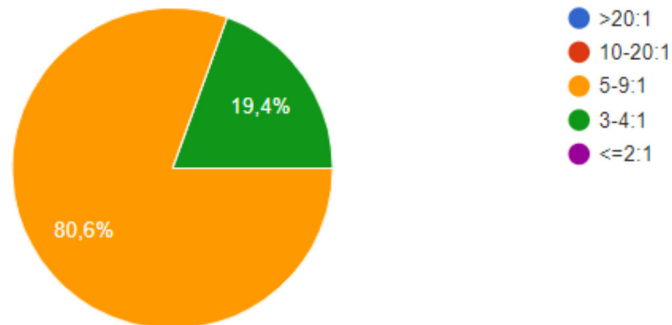


1.3. Welche Stufen/ Gruppen hast du bei dir derzeit alle im Stamm?



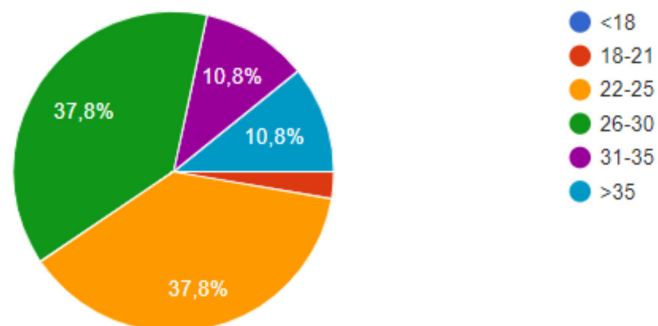
1.4. Wie ist der Betreuungsschlüssel im Stammesdurchschnitt?

36 Antworten



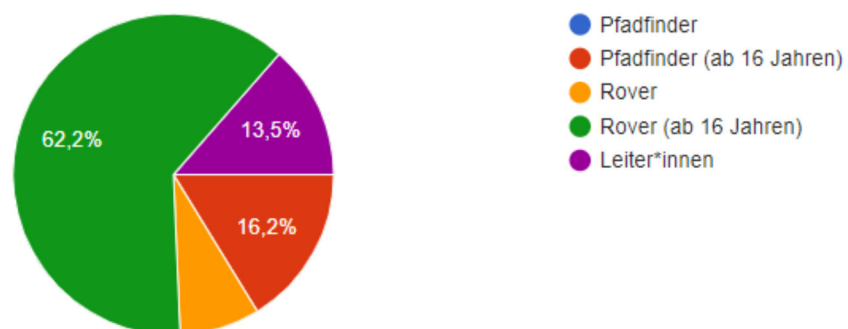
1.5. Wie alt ist deine Leiterrunde im Durchschnitt?

37 Antworten



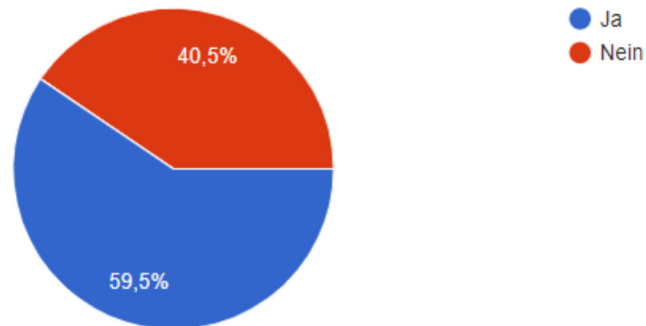
2.1. Ab welcher Stufe darf bei dir im Stamm Alkohol getrunken werden?

37 Antworten



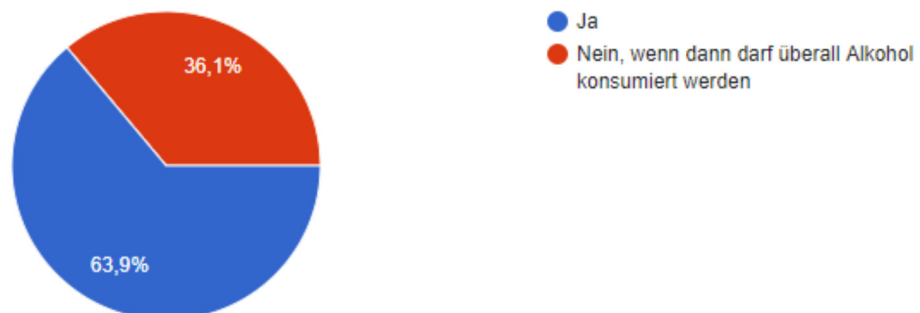
2.2. Gibt es Regelungen, ab welcher Uhrzeit Alkohol getrunken werden darf?

37 Antworten



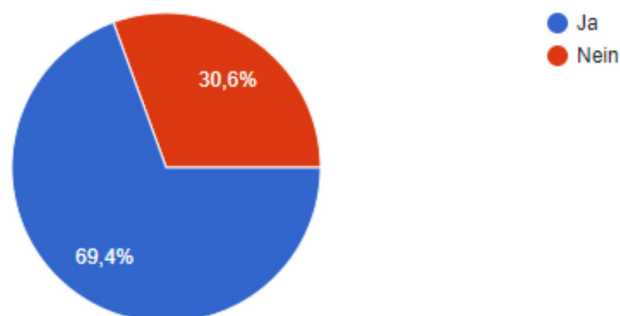
2.3. Gibt es spezifische Orte für den Alkoholkonsum?

36 Antworten



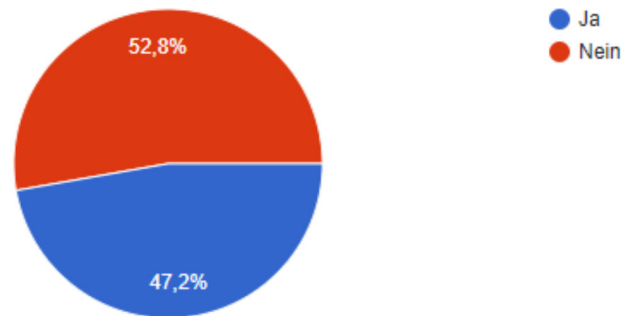
2.4. Bekommen Gruppenkinder etwas mit, wenn Alkohol getrunken wird?

36 Antworten



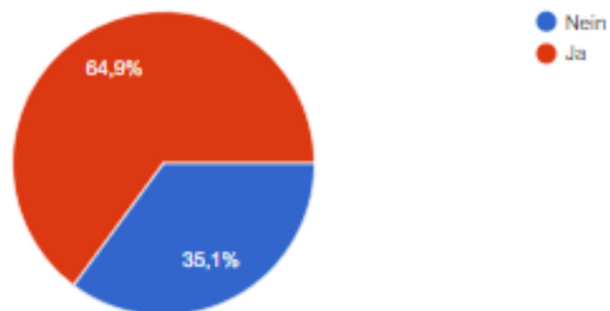
2.5. Wird Alkohol vor den Gruppenkindern bewusst versteckt?

36 Antworten

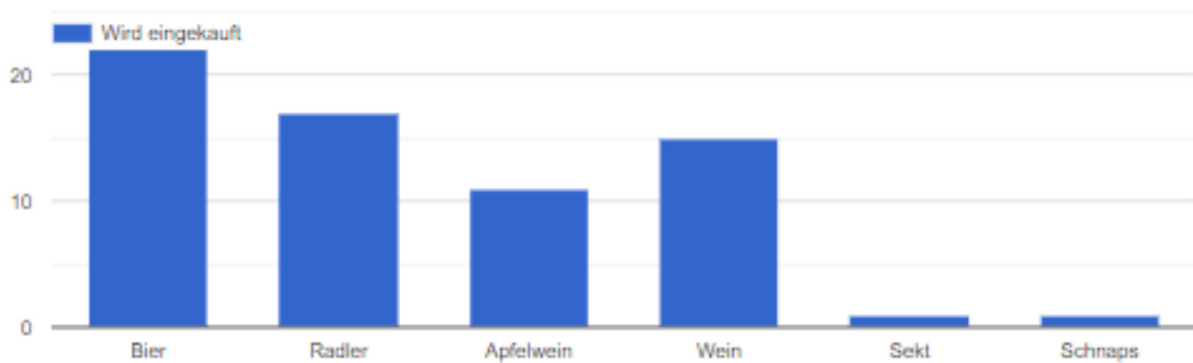


3.1 Wird dort Alkohol vom Stamm aus eingekauft?

37 Antworten

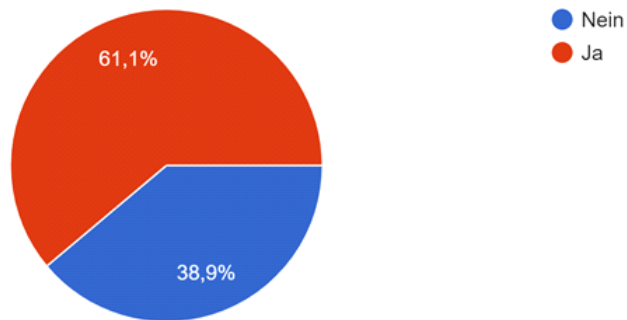


3.2 Wenn ja, was für Alkohol wird vom Stamm eingekauft?

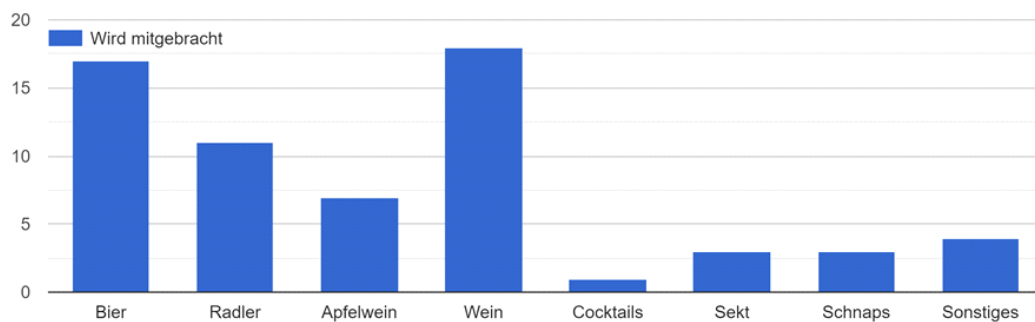


3.3. Wird selbst Alkohol mitgebracht?

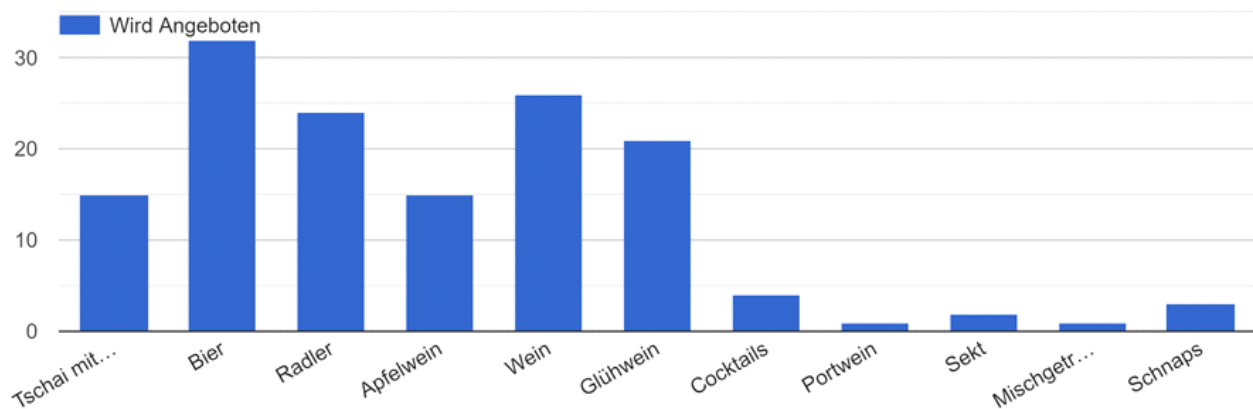
36 Antworten



3.4 Wenn ja, was für Alkohol wird selbst mitgebracht?

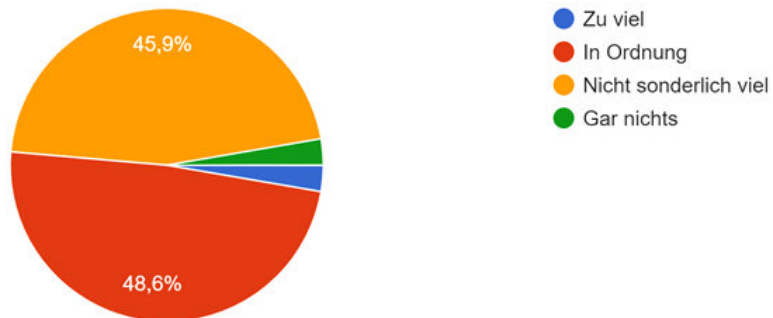


4.1 Welche Arten von Alkohol gibt es bei euren Veranstaltungen?



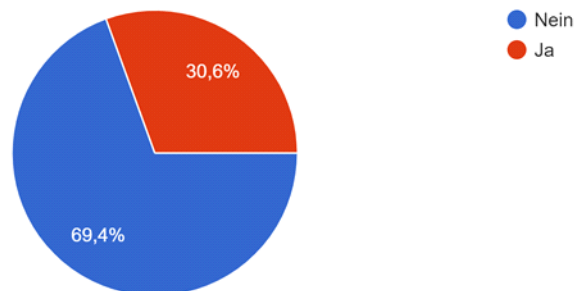
4.2. Welche Mengen gibt es (für dein/euer Verhältnis)?

37 Antworten



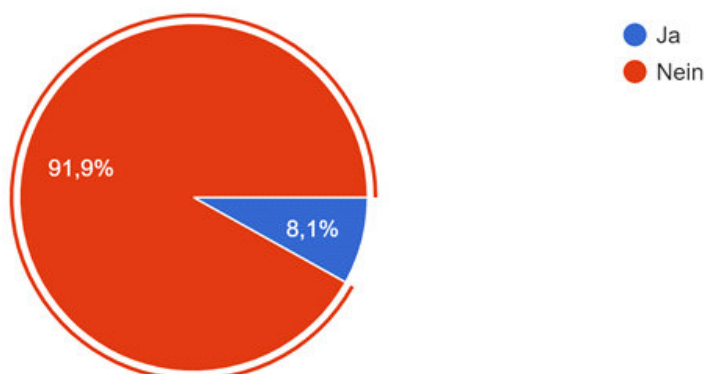
4.3. Gibt es bei euch Veranstaltungen an denen es Ausnahmeregelungen bzgl. des Alkoholkonsums gibt?

36 Antworten



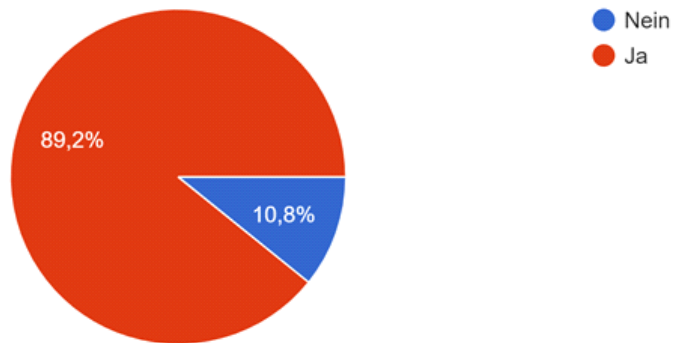
4.4. Hat jemand in eurem Stamm in den letzten zwei Jahren bei euren Veranstaltungen über die Stränge geschlagen?

37 Antworten



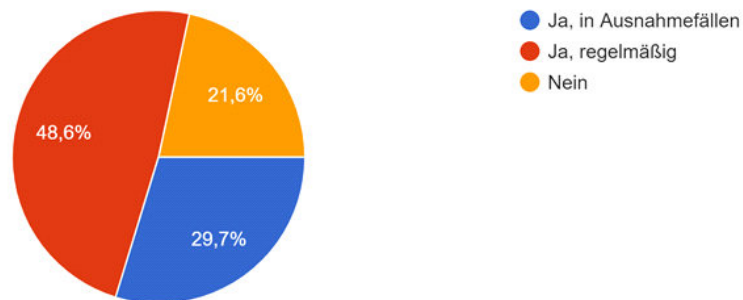
4.5. Gibt es Alternativen zu Alkohol auf euren Veranstaltungen?

37 Antworten



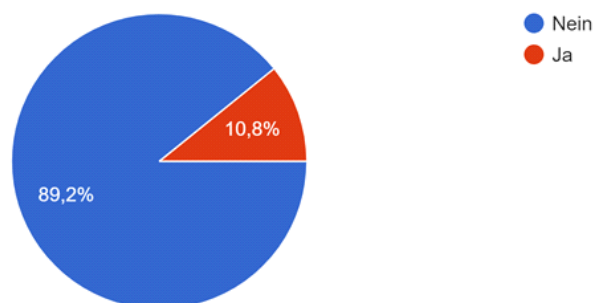
5.1. Wird in der Leiterrunde, gemäß euren Regelungen, Alkohol konsumiert?

37 Antworten



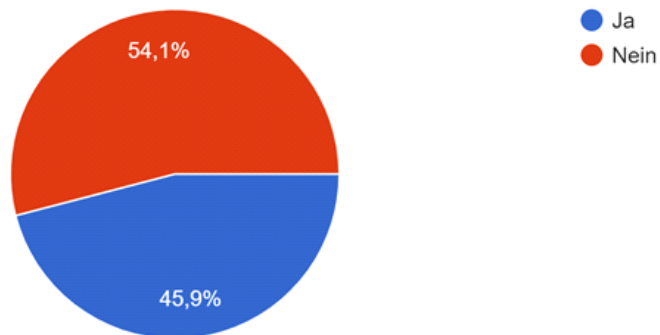
5.3. Gibt es (regelmäßige) Treffen für Alkoholkonsum? (Leiterrunde)

37 Antworten



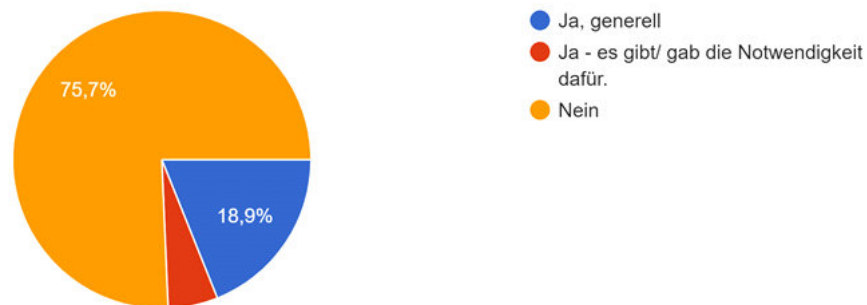
5.4. Habt ihr euch schonmal mit der Außenwirkung von Alkoholkonsum bei den Pfadfindern beschäftigt?

37 Antworten



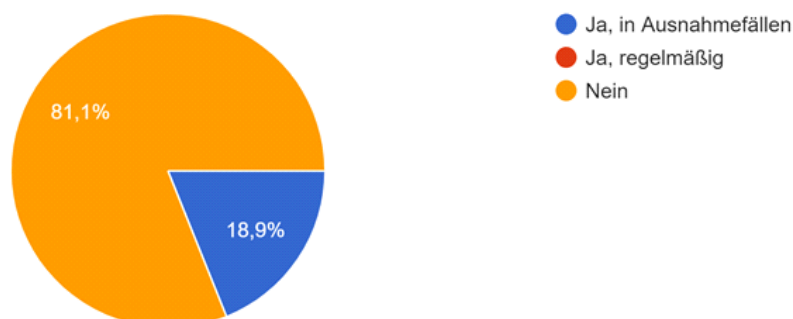
5.5. Habt ihr euch in letzter Zeit mit dem Thema Alkoholkonsum auseinandergesetzt?

37 Antworten



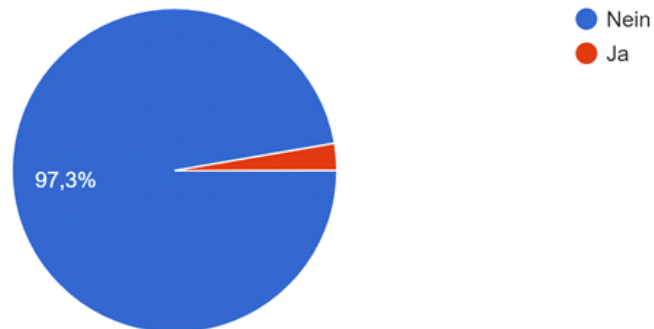
6.1. Wird in den Gruppenstunden, gemäß euren Regelungen, Alkohol konsumiert?

37 Antworten



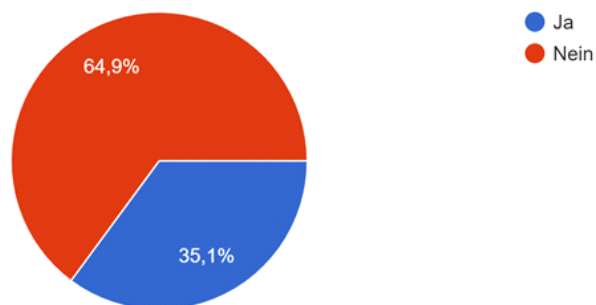
6.2. Gibt es (regelmäßig) Treffen für Alkoholkonsum?

37 Antworten



6.3. Habt ihr euch in den Gruppen schonmal mit der Außenwirkung von Alkoholkonsum bei den Pfadfindern beschäftigt?

37 Antworten



6.4. Habt ihr euch in den Gruppen in letzter Zeit mit dem Thema Alkoholkonsum auseinandergesetzt?

37 Antworten

