

# Grundlagen von Alkohol- und Tabakerziehungsprogrammen: Ähnlichkeiten und Kontraste

R. Müller<sup>1</sup> und Th. Abelin

Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme (SFA), Lausanne  
Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Bern

## Einleitung

Während Anti-Alkohol-Erziehung weltweit seit 100 Jahren betrieben wird, ist eine Anti-Tabak-Erziehung nur in Ansätzen vorhanden. Allerdings wurde diese Anti-Alkohol-Erziehung vorwiegend von privaten Institutionen getragen, die, der Abstinenzforderung verpflichtet, vor allem die Schädigungen durch Alkohol in den Vordergrund stellten und die soziale Unterdrückung des Konsums alkoholischer Getränke anstrebten. Heute besteht sicherlich eine Übereinstimmung darüber, dass der Entscheid für oder gegen den Konsum von Alkohol und Tabak auf wissenschaftlicher Grundlage und nicht auf äusseren Druck erfolgen sollte. Dabei kommt der Schule die wichtige Aufgabe zu, als Mittler von Informationen zu fungieren [13]. Allerdings besteht ebenso eine Übereinstimmung, dass Wissensvermittlung allein noch keine Erziehung ist, sondern es müssen Zusammenhänge vermittelt und Alternativen zu abhängigem Verhalten eingeübt werden. Auch hier sollte die Schule zumindest die Aufgabe eines Forums für die freie Diskussion dieser Probleme übernehmen.

Ziel der folgenden Ausführungen<sup>2</sup> ist es, einen konkreten Beitrag zur Entwicklung von lernzielorientierten Alkohol- und Tabakerziehungsprogrammen für die Schule zu leisten. Der Aufbau der hier zur Diskussion

**Wie lassen sich biomedizinische Erkenntnisse und sozialwissenschaftliche Überlegungen in konkrete Vorschläge für gesundheitserzieherische Programme überführen? In dieser Arbeit wird der Versuch gemacht, die Schritte von der Theorie zur Praxis anhand der Beispiele «Alkohol» und «Tabak» einzeln darzustellen.**

gestellten Struktur eines Lehrprogramms geht davon aus,

1. dass die Richtzielsetzung nur im Hintergrund der soziokulturellen und biomedizinischen Ausgangssituation formuliert werden kann,
2. dass der physische, mentale und sozio-emotionale Entwicklungsstand der Adressaten zu berücksichtigen ist,
3. dass die Definition der Grobziele und die entsprechenden Themen der Sensibilisierung, der Informierung und Motivierung der Schüler Rechnung tragen [7].
4. dass die Definition der Feinziele und die entsprechenden Zielaktivitäten einen Ich-Bezug aufweisen und durch Kontrollaktivitäten die Erreichung der Zielsetzungen überprüft werden [3].

## Alkohol-Prophylaxe-Programm

## Tabak-Prophylaxe-Programm

1.

### 1. Soziokulturelle Ausgangssituation

Die Reaktion eines Individuums auf den Konsum von Alkohol ist nicht allein eine Funktion der physischen Wirkung der Droge, sondern wesentlich auch eine Funktion der Bedeutung, die ein Individuum dem Alkohol zuordnet. Die Bedeutung des Alkohols ist kulturell vorgeformt. Durch den Prozess der Enkulturation werden gesellschaftliche Deutungs- und Wertmuster zur individuellen Prädisposition

1. Analog zum Alkoholkonsum ist auch die Reaktion des Individuums auf den Tabakkonsum nicht nur eine Funktion der physischen Wirkung des Tabaks, sondern auch eine Funktion der Deutungen, die die Gesellschaft dem Rauchen zuordnet.

Vier wesentliche Grundfunktionen werden von der Gesellschaft dem Tabakkonsum zugeordnet (wobei diese Zuordnung teilweise psychodynamische Grundbedürfnisse des Individuums tangiert, so etwa seine Tendenz zur oralen Regression [5]):

1. Rauchen als Verhalten mit *Maskierungsfunktion*, das heisst Rauchen hilft Unsicherheit, Verlegenheit, Angst usw. zu verdecken.
2. Rauchen als Verhalten mit *Ersatzfunktion*, das heisst Rauchen ersetzt ein spezifisches, unter

<sup>1</sup> Soziologe, Dr. phil., Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme (SFA), Postfach 203, CH-1000 Lausanne 13.

<sup>2</sup> Diese Vorschläge stützen sich auf die Überlegungen einer Arbeitsgruppe, bestehend aus Th. Abelin, H. Dauwalder, U. Gerber, P. Kopp, B. Meli, R. Müller, E. Muster, J. Naegeli und E. Weibel.

## Alkohol- Prophylaxe-Programm (Forts.)

des Handelnden und damit zur *latenten Bereitschaft*, Alkohol zu konsumieren.

Drei wesentliche Bedeutungen bzw. Grundfunktionen werden von der Gesellschaft dem Alkohol zugeschrieben:

1. die Funktion des Alkohols als «Spannungslöser», das heisst als Mittel des personalen «Krisenmanagements» [6]
  2. die Funktion des Alkohols als Mittel der Selbstbelohnung (Alkohol als Genussmittel)
  3. die Funktion des Alkoholkonsums als Gruppenidentität verstärkendes Ritual
2. Die Schweizer bilden eine «trinkende Gesellschaft» (lediglich 11 % der Bevölkerung zwischen 15 und 75 Jahren trinkt keinen Alkohol [12]). Die Kultur der Schweiz ist somit gegenüber dem Konsum von Alkohol hoch *permissiv*. Diese Permissivität gilt jedoch nicht in gleichem Ausmass gegenüber allen Bevölkerungsgruppen, sondern die kulturellen Normen sind *relativ zu spezifischen Charakteristika* der Handelnden oder relativ zu Situationen, in denen sich der Handelnde befindet (z. B. relativ zu seinem Alter, seinem Geschlecht, zu seiner Situation als Autofahrer).

In einer Gesellschaft, in welcher der Gebrauch von Alkohol symbolisch mit dem Erwachsenenstatus verknüpft ist und in welcher der jugendliche Zugang zum Alkohol sowohl gesetzlich als auch durch soziale Normen geregelt ist, stellt der Beginn des Trinkens von Alkohol ein entscheidendes Ereignis in der Entwicklung des Jugendlichen dar. Mit dem *Konsum von Alkohol intendiert er, am Erwachsenenstatus teilzunehmen*, den er legitimerweise aspiriert.

### 2. Biomedizinische Ausgangssituation

Während fast 90 % der erwachsenen Bevölkerung der Schweiz Alkohol konsumiert, wird praktisch die Hälfte des konsumierten Alkohols durch die 10 % der Bevölkerung verbraucht, die am meisten trinkt [12]. Gelegentliches, verantwortungsbewusstes Trinken und exzessives Trinken müssen daher klar voneinander unterschieden werden. Bei der Mehrheit der Alkoholkonsumenten werden alkoholische Getränke nicht wegen der durch sie verursachten Funktionsveränderungen des zentralen Nervensystems eingenommen, sondern wegen gewisser unmittelbarer Geschmackswirkungen oder wegen gewisser Ritualfunktionen des Alkohols. Wer nur auf dieser Stufe Alkohol zu sich nimmt, ist im Prinzip nicht alkoholgefährdet, und es wäre unrealistisch, von dieser Art des Alkoholkonsums abhalten zu wollen.

Eine Gefährdung tritt andererseits ein, wenn beim Konsum des Alkohols eine zentralnervöse Wirkung gesucht wird oder wenn eine solche aufgrund der bestehenden Trinksitten durch gesellschaftlichen Druck herbeigeführt wird: Hier kommt es einerseits zu einer

## Tabak- Prophylaxe-Programm (Forts.)

Umständen nicht toleriertes Verhalten durch ein anderes (z. B. Aggressionsersatz).

3. Rauchen als Verhalten mit *Symbolfunktion*, das heisst der Tabagismus als Attitüde stellt eine erste Form der Integration der Adoleszenten in die Erwachsenenkultur dar. Diese Symbolfunktion wird wesentlich gesteuert von einer weltweiten Publizität und gefördert durch die *ubiquitäre Erhältlichkeit* von Raucherwaren.
  4. Rauchen als Verhalten mit *Ritualfunktion*, das heisst Rauchen bzw. das Anbieten von Zigaretten hat wesentlich die Funktion eines die Kommunikationsbarrieren abbauenden Rituals. Eine spezifische rituelle Funktion kommt dem Rauchen von Zigarren und Pfeife zu.
2. Im Gegensatz zum Alkoholkonsum ist das Rauchen als Verhaltensakt in bedeutend geringerem Ausmass *normativ strukturiert*; im besonderen besteht nicht wie beim Konsum von Alkoholika ein relativ enger Toleranzspielraum, ausserhalb dessen der Alkoholkonsum ein negativ zu sanktionierendes Verhalten darstellt, sondern weder das Nichtrauchen noch das Kettenrauchen stellen stigmatisierende Verhaltensweisen dar. Rauchen ist somit praktisch in jeder Form und in jeder Situation ein generell akzeptiertes Verhalten. (Dies ist teilweise darauf zurückzuführen, dass auch bei exzessivem Tabakkonsum keine Persönlichkeitsveränderungen zu beobachten sind.)

Ein Schüler, der mehr als 1 Zigarette geraucht hat, hat eine Chance von 70 %, regelmässiger Raucher zu werden [8]. Dabei raucht nur eine Minderheit aller regelmässigen Raucher weniger als 10 Zigaretten pro Tag [2]. Wer jedoch 10 Zigaretten pro Tag raucht, unterliegt bereits einem deutlich erhöhten Risiko, an Lungenkrebs oder Herzinfarkt zu erkranken und zu sterben, da das Erkrankungsrisiko für diese Krankheiten bereits von geringstem Konsum an linear mit der Zahl pro Tag gerauchter Zigaretten ansteigt [9]. Zudem ist bei 10 Zigaretten pro Tag bereits eine Nikotinabhängigkeit zu verzeichnen, die das Aufgeben gegenüber dem leichteren Raucher deutlich erschwert [1]. Etwa 85–90 % der in der Schweiz konsumierten Zigaretten werden durch Raucher von 10 und mehr Zigaretten pro Tag geraucht [2]. Daraus folgt, dass das Ziel der Gesundheitserziehung in bezug auf das Rauchen sein muss, die Schüler von vornherein ganz vom Rauchen abzuhalten. Dies um so mehr, als sogar leichte Raucher von weniger als 10 Zigaretten pro Tag gegenüber Nichtrauchern ein deutlich erhöhtes Sterberisiko auf-

**Alkohol-  
Prophylaxe-Programm (Forts.)**

verstärkten Belastung der Leber durch den aufgenommenen Alkohol, andererseits zu den bekannten akuten und chronischen Auswirkungen auf das Hirn mit ihren Folgen im Sinne der Unfallgefährdung, vermehrter Hemmungslosigkeit, Zurückgezogenheit, sozialer Desintegration usw. [4].

Für die Gesundheitserziehung bedeutet dies, dass das Auftreten der zentralnervösen Auswirkungen des Alkohols als unerwünscht dargestellt werden muss und dass der Schüler darauf vorbereitet werden muss, beim Auftreten der ersten Zeichen solcher Auswirkungen grundsätzlich von jedem weiteren Alkoholkonsum abzusehen. Parallel dazu muss der Schüler darauf vorbereitet werden, auf jede Nötigung anderer Personen zum Alkoholkonsum zu verzichten.

**3. Richtziel**

Jugendliche sollen davon abgehalten werden, wenn sie sich entscheiden, Alkohol zu konsumieren, ein *nicht-verantwortungsbewusstes Trinkmuster* zu übernehmen. Als verantwortungsbewusst wird dabei ein Trinkmuster bezeichnet, das weder zu physischen, psychischen oder sozialen Problemen für den Trinkenden selbst und seine soziale Umwelt führt.

Das Globalziel sowohl für ein Alkohol- als auch für ein Tabak-Curriculum ist, nicht einfach oder primär Kenntnisse zu vermitteln, sondern die *Entscheidungsfähigkeit des Jugendlichen so zu entwickeln*, damit ein gegenwärtiges und zukünftiges Verhalten resultiert, das den unverantwortlichen Gebrauch von Alkohol und Tabak ausschliesst. Die Verantwortlichkeit bezieht sich dabei sowohl auf den Jugendlichen selbst als auch auf seine soziale Umwelt.

**3.1 Konkretisierung des Richtziels**

- Es sollen beim Jugendlichen diejenigen Einstellungen, Werte und Verhaltensdispositionen gefördert und entwickelt werden, die zu verantwortungsbewusstem Umgang mit der Droge Alkohol führen und damit exzessives Trinken vermeiden, wenn ein Jugendlicher sich dazu entscheidet, Alkohol zu trinken – ein Entscheid, den er im gegebenen soziokulturellen Rahmen mit hoher Wahrscheinlichkeit vornehmen wird.
- Der Jugendliche soll lernen, dass abstinentes Verhalten eine legitime Verhaltensvariante darstellt – dass Devianz im Sinne der Abstinenz eine sinnvolle Form der Nichtkonformität darstellen kann.

**Tabak-  
Prophylaxe-Programm (Forts.)**

weisen. Einige Zahlen: Die Sterblichkeit (alle Todesursachen kombiniert) ist bereits bei einem leichten Raucher von 1 bis 9 Zigaretten pro Tag, der vor dem Alter von 20 Jahren zu rauchen begann, je nach Untersuchung um 60 bis 80 % erhöht. Wenn grössere Mengen pro Tag geraucht werden, wie dies im Durchschnitt üblich ist, steigt diese Zahl bis auf über 100 % (Verdoppelung des Sterberisikos). Wird nach dem Alter von 20 Jahren mit dem Rauchen begonnen, ist das Sterberisiko weniger stark erhöht. Bei leichten Rauchern von 1 bis 9 Zigaretten pro Tag beträgt die Erhöhung in diesem Falle beispielsweise 15–40 % [11].

Jugendliche sollen davon abgehalten werden, regelmäßige Raucher zu werden.

**4. Entwicklungsstand der Adressaten**

(Beispiel: Mittelstufe)

*Physische Entwicklung*

- ist physisch aktiv und bevorzugt anstrengende Aktivitäten
- hat relativ hohes Vermögen, die Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit zu beurteilen

**Alkohol-  
Prophylaxe-Programm (Forts.)**

**Tabak-  
Prophylaxe-Programm (Forts.)**

- zeigt wachsende Fertigkeit in psychomotorischen Fähigkeiten
- hat das Erwachsenenstadium der Auge-Hand-Koordination

*Mentale Entwicklung*

- manifestes Interesse an Abenteuerliteratur, Wissenschaft und Natur
- hat nahezu ein Konzept von Zeit, das dem der Erwachsenen entspricht
- ist fähig zur Gruppenarbeit (Kooperation und gemeinsames Denken)
- wachsende Fähigkeit zur Generalisierung und Abstrahierung
- Fähigkeit zu assoziativem Denken ist in Entwicklung begriffen

*Sozial-emotionale Entwicklung*

- manifestes Interesse an sozialer Aktivität, entwickelt Teamgeist und Interesse an der Gruppe um ihrer selbst willen
- entwickelt Statusorientierung innerhalb der gleichgeschlechtlichen Gruppe und hat ein Interesse an Kompetition
- entwickelt ein ethisches Bewusstsein, hat feste Vorstellungen von Gerechtigkeit und Fairness
- manifestiert wachsendes Unabhängigkeitsstreben und Frustration als Folge der Nichtbefriedigung dieses Bedürfnisses
- anerkennt Autorität Erwachsener, zugleich aber auch diejenige des Gruppenführers
- wünscht und erwartet Hilfe von Eltern und Lehrern, entwickelt jedoch gleichzeitig eine zunehmende Abneigung gegenüber direktiven Erziehungsmethoden [10]

**5. Definition von Grobzielen (Z) und Themen (T)**

- Z 1. *Der Jugendliche ist interessiert, sich mit dem Alkoholproblem zu befassen; er sieht dessen Bedeutung für sich selbst und seine unmittelbare Umwelt (Sensibilisierung)*  
 T 1.1 Einstimmung aus der aktuellen Situation auszuwählen
- Z 2. *Der Jugendliche ist über die Natur der alkoholischen Getränke informiert*  
 T 2.1 Äussere Eigenschaften von alkoholischen Getränken (Farbe, Gradstärke, Geschmack, Geruch)  
 T 2.2 Grundzüge der Herstellung (Rohstoffe)
- Z 3. *Der Jugendliche kennt die physiologische Wirkungsweise des Alkohols*  
 T 3.1 Alkohol im Körper (Verteilung, Ausscheidung, Vergiftung)  
 T 3.2 Alkohol im Gehirn  
 T 3.3 Alkohol und Sinnesorgane  
 T 3.4 körperliche Folgen von regelmässigem übermässigem Alkoholkonsum

- Z 1. *Der Jugendliche ist interessiert, sich mit Tabakproblemen zu befassen; er sieht dessen Bedeutung für sich selbst und seine Umwelt*  
 T 1.1 Einstimmung aus der aktuellen Situation auszuwählen
- Z 2. *Der Jugendliche ist über die Natur des Tabaks informiert*  
 T 2.1 Herkunft, Geschichte, Verbreitung  
 T 2.2 Bestandteile des Tabakrauches
- Z 3. *Der Jugendliche kennt die physiologische Wirkungsweise der wichtigsten Bestandteile des Tabakrauches*  
 T 3.1 Bewusstes Erleben der gesunden Körperfunktionen  
 T 3.2 Unmittelbare Wirkungen des Tabakrauches bzw. seiner Bestandteile im Körper

**Alkohol-  
Prophylaxe-Programm (Forts.)**

**Tabak-  
Prophylaxe-Programm (Forts.)**

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Z 4. <i>Der Jugendliche kennt die Verhaltensauswirkungen des Alkoholkonsums</i><br/> T 4.1 Alkohol und körperliche Leistung<br/> T 4.2 Alkohol und geistige Leistung<br/> T 4.3 Alkohol und Strassenverkehr</p> <p>Z 5. <i>Der Jugendliche weiss, dass regelmässiger Alkoholkonsum zu physischer und psychischer Abhängigkeit führen kann und dass jede Form von Abhängigkeit zu entsprechender Einschränkung der individuellen Verhaltensautonomie führt.</i><br/><br/> T 5.1 Begriff der Abhängigkeit<br/> T 5.2 Arten der Abhängigkeit (physisch, psychisch)<br/> T 5.3 Die sozialen Folgen der Alkoholabhängigkeit</p> <p>Z 6. <i>Der Jugendliche weiss, dass Alkoholkonsum als Spannungs- oder Problemlöser ein untaugliches Mittel darstellt</i><br/> T 6.1 Persönliche Probleme von Jugendlichen<br/> T 6.2 Alkohol als Problemlöser<br/> T 6.3 Möglichkeiten der Problemlösung</p> <p>Z 7. <i>Der Jugendliche weiss, dass es risikohohe und risikoarme Formen des Konsums von Alkohol als Mittel der Selbstbelohnung gibt. Vor allem kennt er andere Mittel als Selbstbelohnung.</i><br/> T 7.1 Vom Sinn der Selbstbelohnung<br/> T 7.2 Alkohol als Genussmittel<br/> T 7.3 risikohohe und risikoarme Konsumarten<br/> T 7.4 belohnende Freizeitaktivitäten</p> <p>Z 8. <i>Der Jugendliche erkennt Rituale als solche und vermag dem sozialen Drang zum Trinken zu widerstehen</i><br/> T 8.1 Trinksitten und Konsumzwang<br/> T 8.2 Werbung und Alkohol<br/> T 8.3 «bewusstes Konsumieren»</p> <p>Z 9. <i>Der Jugendliche weiss, dass die Teilnahme an der Erwachsenenwelt durch den Konsum von Alkohol eine Scheinpartizipation ist</i><br/> T 9.1 Bedeutung des Erwachsenseins<br/> T 9.2 Abhängigkeit statt Unabhängigkeit</p> <p>Z 10. <i>Der Jugendliche weiss, dass er eine Verantwortung gegenüber sich selbst sowie gegenüber seiner sozialen Umwelt besitzt.</i><br/> T 10. Meine Gesundheit<br/> T 10.2 Unsere Gesundheit</p> <p>Z 11. <i>Der Jugendliche bespricht die Problematik des Trinkens mit seinen Eltern</i></p> <p>Z 12. <i>Der Jugendliche kennt die Tragweiten seines Entscheides bezüglich des Trinkens, nicht nur lang-, sondern vor allem kurzfristig</i></p> | <p>Z 4. <i>Der Jugendliche kennt die mittel- und langfristigen Auswirkungen des Tabakkonsums</i><br/> T 4.1 Rauchen und körperliche Leistung<br/> T 4.2 Rauchen und geistige Leistung<br/> T 4.3 Die Auswirkungen des Rauchens auf die Gesundheit</p> <p>Z 5. <i>Der Jugendliche weiss, dass regelmässiges Tabakrauchen zu physischer und psychischer Abhängigkeit führt und dass jede Form der Abhängigkeit zu entscheidender Einschränkung der individuellen Verhaltensautonomie führt.</i><br/><br/> T 5.1 Begriff der Abhängigkeit<br/> T 5.2 Arten der Abhängigkeit<br/> T 5.3 Abhängigkeit als Einschränkung der individuellen Verhaltensautonomie</p> <p>Z 6. <i>Der Jugendliche weiss, dass Rauchen oft ein Handeln ist, das Angst und Unsicherheit überdecken will</i><br/> T 6.1 Ängste und Unsicherheit Jugendlicher<br/> T 6.2 Möglichkeiten von Überwinden von Angst und Unsicherheit<br/> T 6.3 Mit Ängsten leben</p> <p>Z 7. <i>Der Jugendliche weiss, dass Rauchen oft ein Ersatzhandeln für ein zielgerichtetes, oft auch unterlieiertes Handeln (Aggressionen) ist.</i><br/> T 7.1 Unterschied zwischen zielgerichtetem Verhalten und Ersatzverhalten<br/> T 7.2 Aggressionen und ihre Kanalisierung<br/> T 7.3 Ersatzhandeln und Gewöhnung</p> <p>Z 8. <i>Der Jugendliche erkennt Rituale als solche und vermag dem sozialen Zwang zum Rauchen zu widerstehen.</i><br/> T 8.1 Rauchen und Rauchzwang<br/> T 8.2 Rauchen und Werbung<br/> T 8.3 Abwehr des Konsumzwangs als Zeichen der Unabhängigkeit</p> <p>Z 9. <i>Der Jugendliche weiss, dass die Teilnahme an der Erwachsenenwelt durch Rauchen eine Scheinpartizipation ist.</i><br/> T 9.1 Bedeutung des Erwachsenseins<br/> T 9.2 Rauchen als Scheinsymbol des Erwachsenseins</p> <p>Z 10. <i>Der Jugendliche weiss, dass er eine Verantwortung gegenüber sich selbst und gegenüber seiner sozialen Umwelt besitzt.</i><br/> T 10.1 Aktivrauchen und Passivrauchen<br/> T 10.2 Meine Gesundheit<br/> T 10.3 Unsere Gesundheit</p> <p>Z 11. <i>Der Jugendliche bespricht die Problematik des Rauchens mit seinen Eltern.</i></p> <p>Z 12. <i>Der Jugendliche kennt die Tragweite seines Entscheides bezüglich des Rauchens, nicht nur lang-, sondern vor allem kurzfristig.</i></p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**6. Definition der Feinziele, Ego Bezug und Beschreibung der Ziel- sowie Kontrollaktivität**

Beispiel 1: Alkohol-Prophylaxe-Programm

Stufe	Thema	Feinziele / Ego Bezug	Beschreibung Zielaktivität (Methodik, Hilfsmittel) / Kontrollaktivität
Mittelstufe	Z 3. <i>Der Jugendliche kennt die physiologische Wirkung des Alkohols.</i>		
	T 3.1 <i>Alkohol im Körper</i>	<p><b>Feinziel 3.1.1</b> Der Jugendliche kennt die Vorgänge bei der Aufnahme und Ausscheidung von Alkohol</p> <p><b>Ego Bezug</b> «Genügt eine Flasche Bier, um mich betrunken zu machen?»</p>	<p><b>Zielaktivität</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Die Schüler sehen und diskutieren einen Film über die Wirkung des Alkohols</li> <li>– Die Schüler bearbeiten ein Arbeitsblatt</li> </ul> <p><b>Kontrollaktivität</b> In Gruppenarbeit wird ein Testblatt über Auswirkungen des Alkoholkonsums ausgefüllt</p>

Beispiel 2: Tabak-Prophylaxe-Programm

Stufe	Thema	Feinziele / Ego Bezug	Beschreibung Zielaktivität (Methodik, Hilfsmittel) / Kontrollaktivität
Mittelstufe	Z 3. <i>Der Jugendliche kennt die physiologische Wirkungsweise des Tabaks.</i>		
	T 3.1 <i>Bewusstes Erleben der gesunden Körperfunktionen</i>	<p><b>Feinziel 3.1.1</b> Die Schüler kennen die Atemfunktionen</p> <p><b>Feinziel 3.1.2</b> Die Schüler wissen, dass Rauchbestandteile in der Lunge zurückbleiben</p> <p><b>Ego Bezug</b> «Warum huste ich, wenn ich Rauch einatme?»</p>	<p><b>Zielaktivität</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Messen der Atemzüge und Eintragen auf Arbeitsblatt</li> <li>– Ausfüllen des Arbeitsblattes mit dem Weg der Atemluft</li> <li>– Blasen des Rauches durch ein Tüchlein oder eine einfache Rauchmaschine</li> </ul> <p><b>Kontrollaktivität</b> Erstellen eines grossen Plakats (evtl. Moltonwand) mit Atemwegen</p>

**Zusammenfassung**

Es wird versucht, die soziokulturellen Randbedingungen, die biomedizinische Ausgangslage, allgemeine und spezifische Lernziele sowie Lehrinhalte von Schulgesundheitserziehungsprogrammen zu den Themen «Rauchen» und «Alkohol» festzuhalten und diese einander in tabellarischer Form gegenüberzustellen.

**Summary**

**The bases for health education programs on alcoholism and smoking: Similarities and contrasts**

An attempt is made to state the socio-cultural context, the biomedical aspects, general and specific educational objectives, and educational contents of school health education programmes on alcoholism and smoking respectively, and to compare these with each other by juxtaposition in a tabular presentation.

**Literatur**

[1] *Abelin, Th., und Gsell, O.*, Die Schweizerische Ärzteuntersuchung über das Rauchen: Auszug aus dem Schlussbericht, Schweiz. Ärztezeitung 58, 1134–1137 (1977).

[2] *Abelin, Th., und Wüthrich, P.*, Repräsentativerhebung über die Rauchgewohnheiten in der deutsch-, französisch- und romanischsprachigen Schweiz 1975, Sozial- und Präventivmedizin, 21, 17–23 (1976).

[3] *Alcohol and Alcohol Safety*, a Curriculum Manual for Elementary Level (U.S. Department of Transportation, Washington, vol. II of II. 1972).

[4] *Chafetz, M. E.*, Alcohol and Health, Second Special Report to the U.S. Congress, Dept. of Health, Education, and Welfare, Rockville, Maryland 1974.

[5] *Chicou, F.-J.*, Le tabac, physiologie/nocivité/désintoxication (Gérard & Co., Verviers 1973).

[6] *Gundel, K.*, Substrate des Alkoholismus, Ein Galileischer Theorieversuch, Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, 28, 85–97 (1976).

[7] *Müller, R.*, Drogenerziehung als Teil der Gesundheitserziehung, Sozial- und Präventivmedizin 22 (1977).

[8] *Russell, M. A. H.*, Cigarette smoking: Natural history of a dependence disorder, Brit. J. med. Psychol. 44, 1–16 (1971).

- [9] Schär, M., Gesundheitsschäden durch Tabakgenuss (Goldmann, München 1971).
- [10] Turner, C. E., Planning for Health Education in Schools, Unesco, WHO, (Longmans, Green & Co. Limited, London, 1966).
- [11] World Health Organization, Smoking and its Effects on Health, Report of a WHO Expert Committee, Tech. Reports Series No. 568, World Health Organization, Geneva 1975.
- [12] Wüthrich, P., Alkohol in der Schweiz (Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme, Lausanne 1976).
- [13] Wüthrich, P., Arbeitspapier zur Alkoholerziehung, Lausanne 1976 (unveröffentlicht).

### Wie viele kluge Köpfe schützen sich?

Bei Zählungen der Schweizerischen Beratungsstelle für Unfallverhütung (BfU) an 6 verschiedenen, über das ganze Land verteilten Stellen wurde ermittelt, dass inner- und ausserorts, an Werktagen und Wochenenden nur etwa 1 % aller Mofalenker Schutzhelme tragen.

Besser schneiden die Benutzer von Kleinmotorrädern und Rollern ab, und zwar mit einer Tragquote von 52 % innerorts (Berufsverkehr) und 66 % ausserorts (Freizeit). Analog kommen die Lenker und Mitfahrer schwerer Maschinen innerorts auf 70, ausserorts gar auf 93 %.

Weil ein Aufprall schon bei 16 bis 20 km/h zu schweren Kopfverletzungen führen kann, wird allen Mofabenutzern empfohlen, gleich den meisten Motorradfahrern konsequent Schutzhelme zu tragen und beim Kauf unbedingt auf das BfU-Gütezeichen (Qualitätssignet) zu achten. Dieses wurde im Interesse des Konsumenten in enger Zusammenarbeit mit der EMPA St.Gallen und dem Gerichtlich-medizinischen Institut Zürich geschaffen.

BfU