

Zeitschrift: Schweizer Schule
Herausgeber: Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz
Band: 23 (1937)
Heft: 21: Erziehung zur Nüchternheit!

Artikel: Nüchternheitsunterricht auf der Oberstufe
Autor: Haas, P.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-538398>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Süssmostgetränke.

Glühmost:

- 3—4 Löffel Zucker
- 1 Liter Süssmost
- ½ Zimmetstengel
- ½ Zitrone in dünne Scheiben geschnitten
- 3—4 Nelken

Alle Zutaten zusammen zum Sieden bringen, sieben und heiss servieren. Wenn statt Süssmost Pomol verwendet wird, muss auf $\frac{1}{3}$ Liter Pomol $\frac{2}{3}$ Liter Wasser zugegeben werden.

Silvesterbowle:

- 1½ Liter Süssmost
- 250 g Zucker
- Saft von 4 Orangen
- Saft von 2 Zitronen
- ½ Zimmetstengel
- 3—4 Nelken
- 1½ Liter Schwarztee

Alle Zutaten zusammen aufkochen, sieben, mischen mit dem Schwarztee und heiss servieren.

Eiersüssmost:

- 2 Eier oder 3 Eigelb
- 1—2 Löffel Zucker
- 1 Tasse Süssmost
- 2 Löffel Himbeersaft, beliebigen Fruchtsaft oder Sirup

Schale von $\frac{1}{2}$ Zitrone

- 1 Tasse Wasser

Alle Zutaten werden gut verrührt und auf dem Feuer geschlagen bis zum Sieden, dann sofort angerichtet. Der Eiersüssmost wird heiss getrunken.

Süssmost für Kranke.

Eiersüssmost für Kranke als Kräftigungsmittel:

- 1 Eigelb schaumig rühren mit
- 1 Löffel Zucker
- ½ Tasse Süssmost wird löffelweise dazugegeben

Das Getränk kann, wenn nötig, im Wasserbad leicht erwärmt werden.

Rahm mit Süssmost (Nach Ragnar Berg):

Kräftigungsmittel für Fiebernde, Schwerkranke.

- ½ Tasse süßen Rahm
- $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ Tasse Süssmost
- 1 Löffel Honig und Zucker

Rahm und Süssmost werden gut verrührt. Zum Süßen gibt man Honig oder Zucker bei, den man noch gut verrührt.

Fieberfrank (ärztlich sehr empfohlen):

- Süssmost wird mit $\frac{1}{3}$ Mineralwasser verdünnt.

Wirkt ernährend, belebend und durststillend.

Bern.

D. Tschiffely,
Haushaltungslehrerin.

Volksschule

Nüchternheitsunterricht auf der Oberstufe

Ueber die ernste Bedeutung der Alkoholfrage kann kein Zweifel herrschen; wir setzen sie deshalb als zugegeben voraus. — Die Unfallstatistik erwähnt aus den 15 grössten Schweizerstädten den Tod jedes zehnten Verunfallten verursacht durch Alkoholismus; der vierte Teil unserer männlichen Irren sind Alkoholiker; aus den Trinkern rekrutiert sich die grösste Zahl der allergefähr-

lichsten Verbrecher. Armut und Familienzweistigkeiten entspringen in vielen Fällen dem Alkoholgenuss. Leicht liessen sich die Beispiele mehren, aber ich komme darauf nicht zurück. Jeder vernünftige Mensch wird ohne Zögern erkennen und zugeben, dass der Alkoholismus ein soziales Problem von höchster Bedeutung ist.

Uns aber beschäftigt hier eine speziellere

Frage. (Ich zitiere hier ein paar Gedanken von Dr. R. Hercod.) Da das Uebel nun einmal sehr ernster Natur ist, soll und kann die Schule in den Kampf gegen den Alkoholismus eingreifen? — Wenn ja, auf welche Weise?

Soll die Schule in den Kampf gegen den Alkoholismus eingreifen?

Wir antworten: ja,

1. weil der Genuss von alkoholischen Getränken bei den Kindern und der zu häufige Missbrauch bei gewissen Eltern den Unterricht beständig erschweren und hemmen;

2. weil die sittliche und soziale Mission der Schule es ihr zur Pflicht macht, durch geeignete Mittel und wo immer sich Gelegenheit bietet, die heranwachsende Generation gegen die Versuchungen zu schützen.

Die Tätigkeit der Schule wird durch den Alkohol ernsthaft gehemmt und zwar auf verschiedene Art und Weise. Denken wir vorerst an den völligen Blödsinn, der in vielen Fällen dem Alkoholismus der Vorfahren zur Last gelegt werden muss. Der franz. Gelehrte Bourneville, Chefarzt von Bicêtre, hat über diesen Gegenstand höchst interessante Beobachtungen gesammelt. (Progrès médical v. 20. IV. 1901.) Es folgt das grosse Heer der idiotischen, epileptischen, schwachsinnigen und hysterischen Kinder, von welchen wieder nachgewiesenermassen über 40 % unschuldige Opfer des Alkoholgenusses sind.

— Gehen wir endlich in die Klasse und befragen den Lehrer selbst. In vielen Fällen weiss er uns zu sagen, dass dieses oder jenes bei der Arbeit langsame und zu Ungezogenheiten geneigte Kind einen Alkoholiker seinen Vater nennt. Und wie häufig sieht man die Kinder aus Alkoholikerfamilien nach der Schule sich selbst überlassen. Die Aufgaben werden nicht oder nur mangelhaft gemacht und der Lehrer hat doppelte Mühe. — Nur so viel über den indirekten Einfluss des Alkohols auf das Kind.

Forschen wir aber nach der direkten Wirkung mit der Frage: „Welches ist die Wirkung des Alkohols auf unsere geistige Tätigkeit?“ — „Eine ausgezeichnete!“ tönt es in den meisten Fällen und zur Bekräftigung erfahren wir gleich Namen von grossen Männern, Schriftstellern und Gelehrten, die Grosses geleistet haben, weil sie tranken. Aber solche Beweisführung ist hinkend, und wir sind gezwungen, nach gewissenhaften wissenschaftlichen Forschungen Umschau zu halten. Wir finden solche in vielen Aufklärungsschriften über die Wirkungen des Alkohols. Ich nenne vorab das „Schweiz. Taschenbuch für Alkoholgegner“, die Veritas-Lektionengruppe v. H. Dubs in Hinwil, das „Hilfsbuch für Leiter abstinenter Jugendbünde“, Lindrum: „Zwölf Lehrproben zur Alkoholfrage“ und andere mehr.

Ausser den wissenschaftlichen Untersuchungen besitzen wir auch Beobachtungen guter Pädagogen, die für den Alkohol gleich ungünstig sind. Wohlverstanden handelt es sich hier um Beobachtungen grossen Stils, da solche zuverlässigere Wertmesser sind als alle Einzelindividuen. Ich zitiere hier die Nachforschungen von Emanuel Bayr in Wien, der seine Forschungen über den Unterrichtserfolg auf 591 Schüler, Knaben und Mädchen, ausdehnte und dabei folgende Zeugnisnoten feststellte:

- 134 keine alkohol. Getränke, Zeugnisnoten: 45% sehr gut, 48% genügend, 7% ungenügend.
- 164 ausnahmsweise alkoholische Getränke, Zeugnisnoten: 35% sehr gut, 56% genügend, 9% ungenügend.
- 219 regelm. 1 mal täglich alkohol. Getränke, Zeugnisnoten: 27% sehr gut, 59% genügend, 14% ungenügend.
- 71 regelm. 2 mal täglich alkohol. Getränke, Zeugnisnoten: 20% sehr gut, 55% genügend, 25% ungenügend.
- 3 regelm. 3 mal täglich alkohol. Getränke, Zeugnisnoten: — sehr gut, 33% genügend, 67% ungenügend.

Weitere Erhebungen unternahmen seither verschiedene Vereine abstinenter Lehrer und kamen zu ähnlichen Schlussergebnissen.

Und aus all dem Gesagten ziehen wir den Schluss:

Da der Alkohol die geistige Entwicklung des Kindes hemmt, hat die Schule, die zuerst darunter leidet, die Pflicht, sich im Kampfe gegen den Alkoholismus aktiv zu beteiligen.

Wie kann der Kampf gegen den Alkoholismus in der Schule, insbesondere auf der Oberstufe etwa geführt werden? Der Lehrer und nicht irgend ein herumreisender Fremder muss den Alkoholunterricht in der Schule leiten. Zudem scheint mir die gelegentliche Belehrung über den Alkohol ebenso wichtig und fruchtbringend, als eine Anzahl von besonderen Stunden. Wenn der Lehrer sich die Mühe nimmt und den Schülern die Gelegenheit gibt, die Ergebnisse solch gelegentlicher Belehrung in einem Heft oder auf losen Bogen zu sammeln, so werden im Laufe eines Jahres eine ganz ansehnliche Zahl von volkswirtschaftlichen, hygienischen und moralischen Erkenntnissen zusammenfliessen. Die Kinder bewahren diese Erkenntnisse, insbesondere wenn sie ihnen zum Erlebnis geworden sind, als unveräußerliches Geisteskapital.

Wie wir die Sache anpacken sollen oder müssen, darüber lässt sich kaum eine Norm aufstellen. Die individuelle Begabung sagt dem Pädagogen schon, welchen Weg er einschlagen soll. Die Hauptsache ist doch die, dass der Lehrer überzeugt ist von dem, was er den Kindern beibringen möchte; „denn Lust und Lieb zu einem Ding macht alle Müh und Arbeit ring!“ Zu den schon früher erwähnten ausgezeichneten Stoffsammlungen möchte ich hier noch erwähnen drei vortreffliche Werklein, die zum methodischen Rüst- und Werkzeug jedes Lehrers gehören sollten. Vorab „Unser Obst“ v. Adolf Eberli. Es ist ein Werklein, herausgewachsen aus der Liebe zur heranrei-

fenden Jugend und aus der Begeisterung für einen prachtvollen Unterrichtsstoff.

In zweiter Linie erwähne ich „Froher Nüchternheitsunterricht, Stoffplan für den antialkoholischen Unterricht an Primar- und Sekundarschulen“ — zusammengestellt von Ernst Zeugin. Hier finden Sie in sehr gedrängter Form Unterrichtsstoffe und Literaturhinweise für den Nüchternheitsunterricht auf allen Stufen und in allen Fächern mit spez. Eignung für Gelegenheitsunterricht. Und wer gelegentlich das Nahrungsmittel aller Nahrungsmittel in den Nüchternheitsunterricht verankern möchte, der findet in Fritz Schulers „Die Milch“ Versuche und Betrachtungen, packende Fingerzeige.

Obstkenntnisse.

Rechnerisches:

1. Das Obst ergibt jährlich ca. 85 Mill. Fr. Endrohertrag.
2. Das Obst steht im 4. Rang der landw. Erträge.
3. Eine Durchschnittsernte beträgt ca. 6,000,000 q.
4. Das trifft auf eine Person ca. 150 kg oder 3—4 Äpfel täglich.

5. Unsere bisherige Obstverwertung: 28% Mostobstverbrauch der landw. Bevölkerung, 16% Verbrauch der Handelmostereien, 5% Alkoholfreie Verwertung, 1% Verbrauch der Konservenfabriken, 41% Frischobstverbrauch, 5% Ausfuhr.

6. Unsere Ernten 1913—1933: 10 Normalernten, 5 Grossernten (1914, 1919, 1922, 1929, 1931), 5 Fehlernten (1913, 1918, 1923, 1925, 1930).

7. Welche Stoffe sind in einem Apfel? Wasser 84%, Zucker 8%, Holzfaser 6%, Säure 1%, Eiweiss 1/2%, Asche 1/2%.

8. Jährl. Fruchtzuckermenge einer Durchschnittsernte: 480,000 q, 480 Eisenbahnwagen, 4,8 km Strecke; 65,000 q Traubenzucker.

9. Der Zuckergehalt wird mit der Oechsliwaage festgestellt.

10. Wieviel trinkt die Schweiz in einem Jahr? (In Mill. Litern): Milch 1100, Branntwein 20, Most 150, Wein 200, Bier 250, Kunstgetränke 5, Mineralwasser 5, Limonade 20, Süßmost 25.

11. Nenne die Hauptnährstoffe! (Eiweiss, Fett, Kohlenhydrate, Zucker und Stärke.) Der Chemiker meldet: Eiweiss in 1 kg Aepfel: 4 g, Eiweiss in 1 kg Trauben: 7 g.

Die Durchschnittsernte ergibt daher: Eiweiss aus Aepfeln: 1,400,000 kg, Eiweiss aus Trauben: 455,000 kg, oder zusammen 23,187,500 Tagesportionen, Kohlehydrate: 72,460,000.

Ergebnis: Der Alkohol entzieht uns gewaltige Mengen gesunder Volksnahrung.

13. Alkoholausgabe des Schweizervolkes 1924: ca. 600 Millionen Franken.

14. Das ergibt in Fünffrankenstücken eine Strecke von 13,700.5 km. Vergleiche mit Erddurchmesser und Erdumfang!

15. Präge diese Summe in Einfrankenstücken! (1 Fr. pro Sek.) Bei 8 Std. Arbeitszeit und jährl. 65 Ruhetagen, 69 Jahre und 150 Tage.

16. Um diese Silbermenge weg zu tragen bei 30 kg Traggewicht braucht es 99,960 Personen.

17. Pro Schweizer trifft es jährlich Franken 154.50; pro Schweizerfamilie jährlich Franken 673.30.

18. Das ergäbe ca. 19,913 Einfamilienhäuser à 30,000 Fr.

19. Das ergäbe einen Jahreszins, à 4%, von 24 Millionen Fr.

20. Dafür unterstützen wir jährlich ca. 140,000 Alkoholopfer.

21. Mit einem Betrag von ca. 60 Mill. Fr.

22. Andere Staaten handeln klüger!

Zeichnen: Das ABC von Maximilian Schwarz. Für die Kinder sehr anregend — erzieht zur genauen sauberen Arbeit — spornt den Wetteifer — fördert eigenes Nachdenken. — Die Verse geben prächtige Aufsatztitel.

Die Veritates-Lektionengruppe in tabellarischer Vergrösserung. Diese einfachen skizzenhaften Darstellungen wirken so unauffällig aber überzeugend auf das kindliche Gemüt.

Der erste Branntweinbrenner, bildliche Darstellung nach einer Erzählung von Graf Leo Tolstoj. — Sehr gut geeignet für Pinselübungen und Farbenlehre.

Menschenkunde und Gesundheitslehre:

Ich erwähne hier bloss eine Schlusszusammenstellung über unsere Hauptnahrungsmittel.

1. Erhaltungs-, Wachstums- und Ruhenahrung: Milch, Salate, Gemüse, Früchte, Beeren (Bircher Müesli).

2. Erhaltungs- und zugleich Betriebsnahrung: a) Kartoffeln; b) Vollkornbrot, Getreide und Getreide-Produkte, Mais, Reis.

3. Reine Bewegungsnahrung: a) Frucht-, Trauben-, Rohr- und Rübenzucker, Honig, alkoholfreie Obstsäfte; b) Rahm, Butter, Oel, Fette für Muskelkraft und Wärmeerzeugung.

Zusatznahrungsmittel: Käse, Nüsse, Eier, Speck, Fleisch (Fleisch erst in letzter Linie). Diese Nahrung ist gelegentliche Zugabe zu den Hauptnahrungsmitteln.

Genussmittel: a) Einheimische Gewürze und Suppenkräuter; b) Schwarzer Tee und Kaffee (beinahe unentbehrlich); c) alkoholische Getränke finden in einer rationellen Volksnahrung keinen Platz.

Menu: Die Mutter klagt — Das Kind weiss Rat! Die Mädchen stellen fleischlose Hauptmahlzeiten zusammen.

Wer aber lieber den Weg nach systematischer Ordnung einschlägt, der siehe die Zusammenstellung von Ernst Zeugin zu Rate.

Der aufmerksamen Lehrperson kann es auch kaum entgehen, dass in den oberen Klassen der Primar- und ganz besonders in der Sekundarschule die häufigen Küchenschranknaschereien etwas zurücktreten, dafür aber Gaumengelüste Erwachsener sich einstellen. Ich nenne hiezu auch das Nikotin. Das Schweizervolk opfert diesem Tyrann jähr-

lich die ganz erkleckliche Summe von rund 230 Millionen Franken. — Welchen Anteil der feine Damenrauch daran hat, entzieht sich meiner Kenntnis.

Da auch das Nikotin zu den Narkotika gehört und in der Volkshygiene und Volkswirtschaft eine ähnliche Parasitenrolle spielt, wie der Alkohol, so dürfen wir es auch nicht aus dem Nüchternheitsunterricht ausschliessen. Zwar bestehen noch keine gedruckten Lektionen über Anti-Nikotin-Unterricht, aber der Lehrer kann allein aus der Summe von 230 Millionen Franken Jahresausgaben für Tabak eine Menge Berechnungen, graphische Darstellungen, Zeichnungen, Aufsatthemen ableiten, was man mit dem Gelde Nützliches leisten könnte.

Meine Ausführungen kann ich so zusammenfassen:

1. Der Alkoholismus ist unser ausgesprochener Feind auf jedem Schritte unseres Lebens und

2. Da Alkohol und Nikotin die geistige und körperliche Entwicklung hemmen, hat die Schule, die zuerst darunter leidet, die Pflicht, sich am Kampfe gegen diese Volksgifte aktiv zu beteiligen.

Ein vernünftiger Nüchternheits-Unterricht ist nicht schwer — ich spreche hier mit Dr. Max Oettli — denn ein Kind, das staunend erfasst hat, was das ist, ein Apfel, die Milch und was das ist, die Umwandlung des Zuckers in Alkohol, das wird für den Apfel begeistert sein und nicht für den Alkohol. Und wie sollte ein Kind, das soweit möglich buchstäblich erfasst hat, was das ist, unser Herz, unser Nervensystem, nicht durch einen einzigen Satz dafür Verständnis bekommen, dass es eine gotteslästerliche Vorstellung ist, zu glauben, man könne den menschlichen Körper durch tagtägliches Eingiessen eines Chemikiums, das in der Natur nirgends in grösserer Menge vorhanden ist, in seinen Leistungen verbessern?

Nicht Stunden über den Alkohol sind unser Ziel, sondern die Durchdringung des ganzen Unterrichtes mit dem Willen, ein nüchternes Geschlecht zu schaffen. — Um aber den Willen zu einer bewusst und freudig nüchternen Lebensweise bei den Schülern zu erzielen, hüte man sich vor der verhassten Schulmeisterei. Was heisst das? Sie besteht nicht darin, dass man Aufsätze schreibt, Rechnungen übt und Wiederholungen veranstaltet. Keine einzige dieser und anderer Massnahmen braucht ein Quell der Abneigung zu sein. Es gibt viele Schulen, in denen das Aufsatzmachen ein Quell der Freude und das Rechnen eine lustige Erholung ist. Der Widerstand der Kinder regt sich dann, wenn man ihnen etwas aufzwingen will, wonach sie nicht begehrn. Dr. Max Oettli sagte einmal: Gottlob sind noch nicht alle Kinder zu „Mastgänsen“ geworden. — Ja, darauf kommt es eben an, dass man versteht, den Stoff begehrzt zu machen.

Wenn der Lehrer mit Flaschen, Tellern und Gläsern und Chemikalien antritt, wenn er seinen Rock auszieht, um die Venenklappen an seinem Arm zu zeigen, wenn er die Hand eines Schülers vor der Klasse mit einer Borste abtastet, um die Unmenge der berührungsempfindlichen Stellen zu zeigen, wenn er Gärversuche macht, wenn's knallt und spritzt, schäumt, brennt und stinkt . . . dann ist's herrlich! Und wenn die Kinder staunen über ihre eigene Haut, über die Leistungen des Herzens, staunen über die Energie in einem Stück Zucker, wenn sie dankbar sind für alles Erhaltene, dann nehmen sie mit der ganzen Kraft ihrer jungen, gläubigen Herzen auf, was der Lehrer auch nur in einem einzigen Satz über den Wert der Nüchternheit sagt.

Rothenburg.

P. Haas.

NB. Die hier empfohlenen Schriften sowie auch die Klein-Schulwandbilder Dr. Oettlis mit Text können beim Alkoholgegnerverlag in Lausanne bezogen werden.