

Zeitschrift: SuchtMagazin

Herausgeber: Infodrog

Band: 26 (2000)

Heft: 3

Artikel: "No drinks - no cigarettes - no problems" : Schülerinnen und Schüler bilden aus!

Autor: Jegerlehner, Marcela / Leisi, Thomas

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-800506>

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: 13.04.2026

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

«No drinks – no cigarettes – no problems»: Schülerinnen und Schüler bilden aus!

Bei «No drinks – no cigarettes – no problems» handelt es sich um eine Methode, bei der ausgewählte SchülerInnen durch Fachpersonen ausgebildet werden und anschliessend das erworbene Wissen an ihre Klassenkameraden weitergeben.

MARCELA JEGERLEHNER,
THOMAS LEISI*

Neue Untersuchungen zeigen, dass immer mehr und vor allem immer jüngere Menschen regelmässig zu Alkohol und Tabak greifen. Folglich muss die Suchtprävention auch immer früher erfolgen.

Im Schuljahr 1996/97 wurde ein Projekt für die 6. Klassen der Stadt Grenchen zum Thema Alkohol und Tabak gestartet. Inzwischen handelt es sich um ein Programm, welches jedes Jahr in vier Gemeinden der Region Grenchen angeboten wird. Eine weitere

* Marcela Jegerlehner, Thomas Leisi, lic. phil., Psychologin/Psychologe FSP. Arbeiten seit sechs Jahren bei InForm, Fachstelle für Suchtprävention und Gesundheitsförderung.

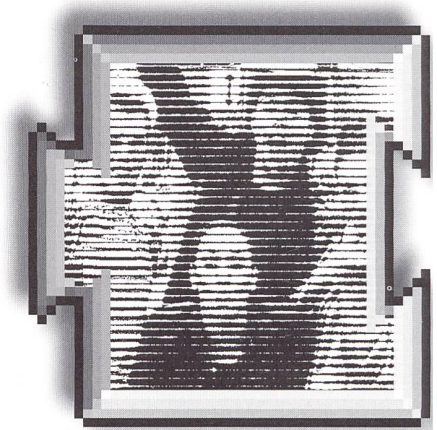
Das Projekt wurde an der Tagung «Schule und Soziale Arbeit: Entwicklungsstand und Perspektiven» vom 20.4.2000 in Olten im Rahmen eines Workshops vorgestellt.

Ausweitung im Kanton Solothurn ist geplant.

Ziel des Präventionsprogramms «No drinks – no cigarettes – no problems» ist es, dass die SchülerInnen über die gesundheitlichen Auswirkungen von Alkohol und Tabak Bescheid wissen und eine gefestigte Motivation entwickeln, nicht zu rauchen bzw. eine kritische Haltung dem Alkohol gegenüber einzunehmen.

Vorbilder multiplizieren Wissen

Pro Klasse nehmen zwei SchülerInnen an Ausbildungskursen teil. Die SchülerInnen werden in diesen Kursen zu «MultiplikatorInnen» ausgebildet, die anschliessend ihr Wissen an ihre Klassenkameraden im Schulunterricht weitergeben. Die Idee der MultiplikatorInnen basiert auf der Erkenntnis der Entwicklungspsychologie, wonach junge Menschen zwischen 12 und 16 Jahren Erwachsenen gegenüber skeptisch eingestellt sind. Gerade was Alkohol und Tabak betrifft, sind Erwachsene oft schlechte Vorbilder und wirken auf



Junge wenig glaubwürdig. Vermehrt werden Gleichaltrige als Vorbild genommen, die in der Gruppe das Sagen haben. Deshalb werden die MultiplikatorInnen – jeweils ein Mädchen und ein Knabe – durch ihre KlassenkameradInnen gewählt.

Eine bewährte Methode

Dieser Ansatz wurde unter dem Namen SMAT (Schüler-Multiplikatoren

ZWEI STIMMEN ZUM PROJEKT

«Ich fand das Projekt sehr interessant. Es hatte sehr viel hilfreiches Material, das uns half, alles gut zu verstehen. Zum Beispiel der Versuch mit der Zigarette, wie die Lunge später aussieht. Oder der Film mit Werbung und Info. Dann noch das Leiterlispiel war sehr lustig und auch interessant. Die Blätter der verschiedenen Themen waren ausführlich und verständlich. Der Rest des Projekts ist auch sehr gut verlaufen. Also im Ganzen muss ich sagen: super!»

Milena Nangeroni, Schülerin, 6. Klasse

«Ich habe gelernt, dass zuviel Alkohol tödlich sein kann. Am besten ist, man trinkt keinen Alkohol. Ein Glas darf man am Tag nehmen, aber man sollte nicht drei bis vier Gläser oder mehr nehmen. Wenn man raucht, verstopft es die Lunge. Wenn jemand mir anbietet zu rauchen, sage ich nein, denn es schadet der Gesundheit. Bei der Werbung habe ich gelernt, dass zum Beispiel gesagt wird, wenn man Zigaretten nimmt, fühlt man sich frei. Und das stimmt nicht. Mir hat alles gefallen, denn jetzt weiss ich viel mehr über Alkohol, Zigaretten usw.»

Corinne, Schülerin 6. Klasse

Alkohol und Tabak) in der ganzen Schweiz bekannt gemacht. Fritz Ganser, Leiter der Basler Alkoholismus-Prophylaxe, passte die in Skandinavien erfolgreich eingeführte Präventionsmethode an die schweizerischen Verhältnisse an.

Die Wirksamkeit dieses Ansatzes wurde nach wissenschaftlichen Kriterien nachgewiesen: Im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheitswesen wurde im Frühjahr 1990 eine Evaluation zur Langzeitwirkung von Schüler-Multiplikatoren-Kursen zu Alkohol und Tabak (SMAT) durchgeführt.

Neue Form des Schüler-Multiplikatoren-Ansatzes

Die Ausbildung bei «No drinks – no cigarettes – no problems» erfolgt im Unterschied zum klassischen Modell nicht in einem einwöchigen Lager, sondern an fünf Halbtagen, verteilt über 1 1/2 Monate.

Der erste Halbtag dient vor allem dem gegenseitigen Kennenlernen. Ein speziell engagierter Spielpädagoge führt Spiele durch, in denen sich die Kinder und das Projektteam auf ungezwungene Art begegnen können. Das Gruppenerlebnis und die spielerische Atmosphäre sollen zur Stärkung der



Gruppenkohärenz beitragen. Unterbrochen werden die Spielsequenzen durch Informationsblöcke, in denen die MultiplikatorInnen auf die Ausbildungshalbtage vorbereitet werden.

An den vier Halbtagen werden die gleichen Themengebiete behandelt wie beim klassischen SMAT-Modell (Alkohol, Tabak, Konsum, Werbung). Da die SchülerInnen bei diesem Modell drei Jahre jünger sind, wurden die Inhalte und das methodische Vorgehen dem Alter angepasst.

Belastung für MultiplikatorInnen ist gering

Die MultiplikatorInnen verpassen 5 Halbtage Schulunterricht, an verschiedenen Wochentagen. Ihre Betreuung und Begleitung ist durch die Verteilung der Ausbildungstage über eine längere Zeitdauer besser gewährleistet als beim klassischen SMAT-Modell. Die MultiplikatorInnen werden an einem Halbtag in ein einziges Stoffgebiet eingeführt und können unmittelbar danach den Stoff an ihre Klassenkameraden weitergeben. Einer Überforderung kann auf diese Weise vorgebeugt werden.

Gute Integration in den Schulalltag

Die Lehrkräfte erhalten einen Ordner mit zusätzlichen Unterrichtsinhalten, die zur Vorbereitung oder Vertiefung des von den Multiplikatoren vermittelten Stoffes dienen können. Da die Programminhalte verteilt sind, bleibt der Lehrerschaft mehr Freiraum für die

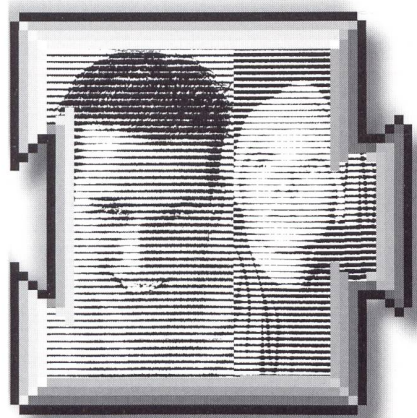
Planung der Lektionen und auch zu deren Vertiefung.

Das Projekt kann kostengünstig und professionell angeboten werden

Die Kosten für Reise, Verpflegung und Unterkunft können eingespart werden. Ausgewählte Fachpersonen können vor Ort ausbilden. Die Präsenzzeiten für die Kursleitung können minimiert werden. ■

Infos

Marcela Jegerlehner, Thomas Leisi
InForm, Bettlachstr. 8, 2540 Grenchen
Telefon: 032 652 19 20



ANTWORT-COUPON

Ich möchte Terre des hommes Kinderhilfe beim Einsatz für diese Kinder unterstützen

mit einer **Spende**

mit einer **Patenschaft** von monatlich Fr. _____ während _____ Monaten

Senden Sie mir bitte **Einzahlungsscheine**.

Senden Sie mir **Unterlagen** über Ihre Tätigkeit.

Ich interessiere mich für eine **freiwillige Mitarbeit**. ref 3210

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Terre des hommes Kinderhilfe
Arbeitsgruppe Zürich
Postfach 550 • 8026 Zürich
PK 80 - 33 - 3

Gratisinserat für Terre des hommes Kinderhilfe