

# Johannes Lindenmeyer, Simone Rost: Lieber schlau als blau - für Jugendliche



Johannes Lindenmeyer, Simone Rost:  
Lieber schlau als blau - für Jugendliche.  
Ein Präventionsprogramm für die Schule.  
[Beltz Psychologie Verlags Union \(PVU\)](#)  
(Weinheim) 2008. 179 Seiten. ISBN 978-  
3-621-27677-1. 39,90 EUR.  
Mit CD-ROM.

## Autoren

*Johannes Lindenmeyer*, der Direktor der Salus Klinik in Lindow, ist bereits durch ein Buch mit gleichem Titelanfang "Lieber schlau als blau" bekannt geworden (vgl. die [Rezension](#)). Er versteht es, Themen rund um die Alkoholabhängigkeit prägnant und pointiert darzustellen und scheut sich nicht, Auffassungen zu vertreten, die kontrovers diskutiert werden könnten. *Simone Rost* ist Sozialpädagogin und in der Suchtprävention tätig.

## Zielgruppe

Das Buch wendet sich in erster Linie an Lehrer, Erzieher, Sozialpädagogen, Verantwortliche in Jugendclubs, Präventionsfachkräfte und Trainer, die mit Jugendlichen ein gezieltes Alkohol-Präventionsprogramm durchführen wollen. Das vorliegende Programm setzt im schulischen Setting an und beinhaltet u.a.- und dies mag überraschen - ein reales Trinkexperiment, welches mit Einverständnis der Eltern auch mit unter 16Jährigen durchgeführt wird.

## Aufbau und Inhalt

Die Autoren stellen bereits in der **Einführung** etablierte Paradigmen der Suchtprävention gezielt in Frage und verweisen auf Studien, nach denen die in

den letzten Jahren präferierten Präventionsansätze trotz hoher Plausibilität nur wenig spezifische Wirkungen entfalten. An Stelle dieser suchtmittelunspezifischen Präventionsansätze, die man unter dem Motto „Macht Kinder stark“ subsummieren könnte, empfehlen die Autoren einen ganz anderen Weg: Es geht bei „Lieber schlau als blau – für Jugendliche“ darum, dass Jugendliche ihr Trinkverhalten realistisch reflektieren, ihre Wirkungserwartungen korrigieren und einen risikoarmen Umgang mit Alkohol erlernen. Die Autoren gehen von einer gestörten Trinkkultur in Deutschland aus und sehen es als wichtigste Aufgabe, die Jugendlichen vor spezifischen Gefahren bei Trinkexzessen zu schützen: Vor dem unmittelbaren Unfallrisiko (auch als Beifahrer im Straßenverkehr), dem Risiko von später bereuten Sexualkontakten und vor gesundheitlichen und sozialen Folgen im Zusammenhang mit Trinkexzessen. Hierbei werden auch die Eltern einbezogen, die motiviert werden sollen, mit ihren Kindern klar und deutlich über Alkohol zu sprechen und konsequent auf Trinkexzesse zu reagieren.

Im weiteren Verlauf wird das Präventionsprogramm in allen Einzelheiten vorgestellt, hierbei werden alle Materialien auf der beiliegenden CD mitgeliefert, was so weit geht, dass eine Einführung für die Eltern mit Bild und Ton aufgezeichnet wurde und alternativ eine Power-Point Präsentation zur Verfügung gestellt wird. Für jeden Programmabschnitt sind wörtliche Vorschläge enthalten, wie man sie der Zielgruppe erläutern kann, inklusive möglicher Antworten auf häufig gestellte Fragen. Arbeitsblätter und Fragebögen finden sich sowohl im Buch, als auch auf CD. Die Abläufe der einzelnen Sitzungen werden zusätzlich auf beiliegenden Karteikarten noch einmal zusammengefasst. Eine Auswertungssoftware für begleitende Evaluationen wird zudem im Internet

bereitgehalten.

Das Programm beginnt mit einem **Elternabend**, an dem die Zielstellung und der Ablauf genau erklärt und die Eltern im Anschluss um ihr Einverständnis ersucht werden. Die Teilnahme am Programm ist auch möglich, wenn die Eltern nicht möchten, dass ihr Kind Alkohol trinkt. In diesem Fall nimmt das Kind am Trinkexperiment nicht teil. Abwesende Eltern werden mit einem ausführlichen Text angeschrieben. Je nachdem, ob in der Klasse bereits Trinkexzesse vorgefallen sind, wird etwas unterschiedlich vorgegangen.

Die Intervention mit den Jugendlichen beginnt ebenfalls mit einer kurzen Einführung und einem **Ausgangsfragebogen zum bisherigen Trinkverhalten**. Die Schüler erhalten später ein Feedback, wie ihre Trinkgewohnheiten im Vergleich mit ihrer Klasse und dem Altersdurchschnitt sind.

Nun folgt ein **Trinkexperiment**, das in einer Gaststätte oder in einem Jugendclub durchgeführt wird. Nach dem Trinkexperiment werden die Kinder von ihren Eltern abgeholt. Hierbei trinken unter 16-Jährige maximal 2 (Mädchen) bzw. 3 (Jungen) Trinkeinheiten und über 16-Jährige maximal 3 (Mädchen) bzw. 4 (Jungen) Trinkeinheiten. Eine Trinkeinheit entspricht z.B. 0,33 l Bier. Die Alkoholwirkung wird genau beobachtet (subjektive Einschätzung, Konzentrationstest, Promille-Messung). Zum Abschluss werden die Jugendlichen auf Video aufgenommen.

In der folgenden **Trainingseinheit** erhalten die Teilnehmer eine **persönliche Rückmeldung** auf ihren Eingangsfragebogen und auf ihr Trinkexperiment mit konkreten hierauf bezogenen Hinweisen: Nichttrinker werden bestärkt, erhalten aber auch Hinweise, falls sie später einmal Alkohol trinken wollen. „Profis“ mit einem risikoarmen Konsum ohne Rauscherfahrungen erhalten Bestätigung

und konkrete Tipps, in welcher Hinsicht sie ihren Konsum weiter optimieren können. „Anfängern“ wird verdeutlicht, dass sie zu einer Minderheit der Jugendlichen mit exzessivem Alkoholkonsum gehören, dass sie die Alkoholkonsumwirkungen unrealistisch bewerten und dass die Trinknormen ihres unmittelbaren Umfeldes aus dem Rahmen fallen. Ihnen werden konkrete Risiken aufgezeigt. Die Ergebnisse aller Teilnehmer werden vor der Klasse transparent gemacht. Als Hausaufgabe werden weitere Materialien zum Durcharbeiten mitgegeben.

Es folgen noch **zwei weitere Trainingseinheiten**, wobei eine in zwei Varianten angeboten werden kann: Hier gibt es die Möglichkeit, geschlechtsspezifische Sichtweisen und Vermutungen, was das jeweils andere Geschlecht vom eigenen Alkoholkonsum denkt, gezielt zu bearbeiten. Insgesamt geht es in diesen Trainingseinheiten um soziale Normen, den Umgang mit Versuchungen (auch aus der Werbung) und um Notfallpläne. Die Notfallpläne sollen Teilnehmer ermutigen – auch gegen den Gruppendruck – in Gefahrensituationen geeignete Maßnahmen zu ergreifen. Das Programm endet mit einer Hausaufgabe: Jeder Teilnehmer wird aufgefordert, Entscheidungen zu treffen, in welchen Situationen er grundsätzlich keinen Alkohol trinken wird, wie viel Alkohol er maximal bei einer Gelegenheit konsumieren will und in welchen Notsituation er sich an wen wendet. Diese Vorsätze sollen den Eltern (bei Minderjährigen) gezeigt werden und dem Präventionstrainer zum Kopieren abgegeben werden, damit er nach 3 und 6 Monaten ein Follow-up durchführen kann.

Den Abschluss des Buches bilden **Hinweise zur Evaluation**. Diese wird – wie bereits erwähnt – durch Auswertungssoftware auf der Webseite der Autoren unterstützt.

## **Fazit**

Es handelt sich um ein sehr genau dargestelltes und gut mit Materialien unterfüttertes Alkoholpräventionsprogramm für Jugendliche, das erheblich von sonst üblichen Projekten der Suchtprävention abweicht und einen nicht unerheblichen Aufwand erfordert. Da es einige Paradigmen der Suchtprävention in Frage stellt, dürfte es auch auf Widerstand unter Präventionsfachkräften stoßen. Manch einer mag sich auch durch die sehr präzisen – oft wörtlich vorgegebenen Anleitungen eingeengt fühlen. Der Ansatz ist jedoch sehr interessant. Es bleibt abzuwarten, ob sich dieses Projekt tatsächlich in Brandenburg und bundesweit etablieren kann und welche Evaluationsergebnisse entstehen. Dies hängt nicht zuletzt davon ab, ob die verbal (auch im Vorwort) bekundete politische Unterstützung tatsächlich in einem Umfang umgesetzt wird, der eine zahlenmäßig bedeutsame Implementierung erlaubt. Zusätzlich ist natürlich auch die Unterstützung durch die Eltern der Kinder erforderlich. Auch wenn man das Programm nicht durchführen möchte, lohnt sich ein Blick in das Buch: Es regt eine fruchtbare Diskussion an und enthält interessante methodische Elemente. Persönlich werde ich Studierende der Sozialen Arbeit, die den Bereich Suchtprävention vertiefen, zur Auseinandersetzung mit diesem Buch ermutigen.

---

Rezensentin

**Prof. Dr. Annemarie Jost**

Professorin für Sozialmedizin am

Fachbereich Sozialwesen der

Fachhochschule Lausitz

Homepage [www.hs-](http://www.hs-)

[lausitz.de/users/ajost.html](http://lausitz.de/users/ajost.html)

E-Mail [Mailformular](#)

---

**[Buch kaufen](#)**

Sie fördern den Rezensionssdienst, wenn Sie dieses Buch – in Deutschland **versandkostenfrei** – über den socialnet Buchversand [bestellen](#).

---

### **Zitiervorschlag**

Annemarie Jost. Rezension vom 30.03.2009 zu: Johannes Lindenmeyer, Simone Rost: Lieber schlau als blau - für Jugendliche. Beltz Psychologie Verlags Union (PVU) (Weinheim) 2008. 179 Seiten. ISBN 978-3-621-27677-1. In: socialnet Rezensionen unter <http://www.socialnet.de/rezensionen/7211.php>, Datum des Zugriffs 6. Juni 2010.