



Ein pädagogisches Hilfsmittel für Lehrpersonen der Oberstufe
mit Vorschlägen zur Unterrichtsgestaltung

Alkohol im Strassenverkehr – Risiken erkennen und Verhalten anpassen

Fahren unter Einfluss von Alkohol ist eines der grössten Probleme für die Verkehrssicherheit. Alkohol beeinträchtigt die Fähigkeiten, die es zum Lenken eines Fahrzeugs braucht, und erhöht gleichzeitig die Bereitschaft, Risiken einzugehen.

Jugendliche fahren zwar noch nicht Auto, wohl aber Roller, Mofa und Fahrrad. Und die meisten von ihnen erwerben früher oder später den Führerausweis. Eine frühzeitige Sensibilisierung für die Gefahren des Alkohols ist also wichtig.

Inhalt dieses Hefts:

- Alkohol und Unfälle in der Schweiz
- Unmittelbare Wirkungen von Alkohol
- Was das Gesetz sagt
- Vorschläge zur Unterrichtsgestaltung

*Dieses Lehrmittel orientiert sich teilweise am vergriffenen Handbuch für Lehrkräfte „Jugendliche und Alkohol – Risiken vorbeugen“ (Sucht Schweiz, 2001) und nimmt einzelne Unterrichtsvorschläge daraus wieder auf.

Alkohol und Unfälle in der Schweiz

Rund 80 Prozent der Personen zwischen 15 und 74 Jahren konsumieren hierzulande mehr oder weniger regelmässig Alkoholika. Ein Teil von ihnen fährt auch in angetrunkenem Zustand. 29% der Männer und 11% der Frauen gaben an, innerhalb eines Jahres mindestens einmal mit einem Blutalkoholwert von vermutlich über 0,5 Promille Auto gefahren zu sein (SINUS Report bfu, 2010). In der Studie SMASH (2002) wurden Jugendliche und junge Erwachsene gefragt, wie oft sie betrunken ein Fahrzeug gelenkt haben. Fast jede fünfte 16- bis 20-jährige junge Frau und fast jeder zweite 16- bis 20-jährige junge Mann haben dies nach eigenen Angaben schon mindestens einmal gemacht. Jeder zehnte 16- bis 20-jährige junge Mann gibt an, dies schon sehr oft getan zu haben! Bei den jungen Frauen geben dies knapp 3% an.

Im Jahr 2009 wurden wegen Angetrunkenheit 17'420 Führerausweisentzüge verfügt. Nach einer Schätzung der Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) ist die Dunkelziffer derjenigen, die man nicht erwischt, sehr viel höher.

Mit dem revidierten Strassenverkehrsgesetz gilt seit 2005 die 0,5-Promille-Grenze. Atemluftkontrollen sind jetzt auch möglich, wenn kein begründeter Verdacht vorliegt. Die Prävention kann sich aber nicht nur auf Gesetze stützen, sie muss auch zur Akzeptanz der Regeln beitragen. Dazu gehört, über ihre Gründe zu informieren, für Risikosituationen zu sensibilisieren, alternative Verhaltensmöglichkeiten aufzuzeigen und einzuüben.

Im Jahr 2009 wurden auf Schweizer Strassen bei ca. 14% der Todesfälle, bei ca. 12% der schwer Verletzten und bei ca. 8% der leicht Verletzten die Unfälle dadurch mitverursacht, dass eine unfallbeteiligte Person alkoholisiert war. Die Anteile dürften in Wirklichkeit höher liegen, weil Blutalkoholtests nicht systematisch durchgeführt werden.

Verunfallte auf Schweizer Strassen 2009, Total und möglicher Einfluss von Alkohol

	Total	Alkohol als (mit) verursachender Faktor: Total	Alkohol als (mit) verursachender Faktor: Prozent
Todesopfer	349	56	13.8%
Schwer Verletzte	4'708	638	11.9%
Leicht Verletzte	20'422	1'830	8.2%

Quelle: Bundesamt für Statistik

Bei schweren Unfällen ist die Wahrscheinlichkeit, dass Alkohol im Spiel war, grösser als bei leichteren Unfällen.

Wer ist für alkoholbedingte Unfälle verantwortlich?

Nicht nur chronisches Vieltrinken erhöht das Risiko für alkoholbedingte Unfälle. Ein Grossteil der Unfälle wird von Personen verursacht, die meist massvoll, punktuell aber viel Alkohol trinken und sich dann alkoholisiert hinters Steuer setzen.

Alkoholbedingte Strassenverkehrsunfälle geschehen besonders häufig an Wochenenden, und dann oft nachts oder in den frühen Morgenstunden. Besonders häufig sind 18- bis 24-jährige, männliche Fahrzeuglenker beteiligt. Sie sind oft auf dem Weg zu oder von Discos, Bars oder ähnlichen Orten.

Unmittelbare Wirkungen von Alkohol

Alkohol vermindert die Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit, schränkt das Sehfeld ein und entfaltet andere unmittelbare Wirkungen, die das Risiko eines Unfalls erhöhen – schon bei kleinen Konsummengen. Mit steigender Blutalkoholkonzentration werden die Wirkungen stärker, das Unfallrisiko nimmt zu. Auch Veränderungen der Emotionen, zum Beispiel Selbstüberschätzung und erhöhte Aggressivität, tragen erheblich zur Unfallgefahr bei.

Da Alkohol rasch ins Blut gelangt, verspürt man seine ersten Wirkungen rasch und schon bei kleinen Mengen: Wärmegefühl, Wohlbefinden, Zwanglosigkeit, Fröhlichkeit, Rededrang. Rasch wird dann auch die Selbsteinschätzung beeinträchtigt und das Selbstwertgefühl gesteigert. Die Konsumierenden können dann die Wirkungen des Alkohols nicht mehr adäquat wahrnehmen und vor allem nicht mehr beurteilen.

Die gleiche Promillehöhe kann sich bei zwei Menschen ziemlich unterschiedlich äussern. Für alle gilt aber: je höher, desto deutlicher werden die Fähigkeiten eingeschränkt, und desto stärker wird die Selbstüberschätzung spürbar.

Wie viel Alkohol gibt wie viele Promille?

Die Blutalkoholkonzentration wird nicht nur von der konsumierten Alkoholmenge beeinflusst, sondern insbesondere auch vom Körpergewicht, dem Geschlecht und davon, ob auf nüchternen Magen oder zum Essen getrunken wird. Das Heft „Alkohol im Körper – Wirkung und Abbau“ (Heft Nummer 2 der vorliegenden Reihe, Seite 11) macht dazu nähere Angaben und zeigt auf, wie Promillewerte berechnet werden.

Alkoholbedingte Einschränkungen

Alkohol beeinflusst Fähigkeiten, die im Strassenverkehr relevant sind. Die Tabelle „Beeinträchtigungen durch Alkohol“ (Seite 4) fasst die wichtigsten Punkte zusammen.

- Das Sehvermögen nimmt ab

Tunnelblick: Unter Alkoholeinfluss werden Gesichts- und Blickfeld kleiner. Man sieht wie durch einen Tunnel oder eine Röhre, die mit steigendem Blutalkoholgehalt immer enger wird.

Tiefenwahrnehmung: Unter Alkoholeinfluss arbeiten die Augen nicht mehr gut zusammen, was dazu führt, dass Entfernungen nicht mehr richtig eingeschätzt werden. Man unterschätzt oder überschätzt Abstände.

Umschalten zwischen Fern- und Nahsicht: Die Regulierung der Sehschärfe wird unter Alkoholeinfluss schlechter, man sieht unscharf, verschwommen oder gar doppelt.

Probleme mit dem Rotsehen: Unter Alkoholeinfluss sieht man die Farbe Rot weniger gut.

Probleme mit der Hell-Dunkel-Anpassung: Alkohol verlangsamt die Reaktionsfähigkeit der Pupillen. Die Augen können sich weniger gut auf wechselnde Helligkeiten einstellen, man wird leichter geblendet und sieht weniger gut im Dunkeln.

- Der Gleichgewichtssinn und die Koordination sind beeinträchtigt

Alkohol beeinflusst das Gleichgewichtsorgan im Ohr und das Gehirn. Der Gleichgewichtssinn wird so beeinträchtigt. Zudem fällt es einem schwerer, Bewegungen zu koordinieren.

- Aufmerksamkeit, Reaktionsfähigkeit und -sicherheit sinken

Schon ab 0,2 bis 0,3 Promille nimmt die Aufmerksamkeit ab. Mit steigendem Alkoholisierungsgrad werden die Reaktionszeiten immer länger, die Reaktionen ungenauer.

- Die Selbsteinschätzung wird verfälscht, die Risikobereitschaft steigt

Unter Alkoholeinfluss ist die Leistungsfähigkeit eingeschränkt. Gleichzeitig überschätzen sich alkoholisierte Personen. Die Risikobereitschaft steigt, das Verantwortungsgefühl sinkt – bei objektiv sinkender Leistungsfähigkeit. Es kommt zu einer Enthemmung und einer Verminderung, gar einem Verlust der Selbstkontrolle.

Beeinträchtigungen durch Alkohol

Achtung: Die folgenden Zusammenhänge gelten für Erwachsene und sind als Anhaltspunkte zu betrachten. Der Einfluss des Promillewerts variiert beträchtlich von Mensch zu Mensch. Jugendliche müssen schon bei deutlich kleineren Promillewerten mit Einschränkungen rechnen. Auch eine Alkoholvergiftung, die tödlich enden kann, tritt bei Kindern und Heranwachsenden schon bei deutlich tieferen Promillewerten ein, als bei den in dieser Tabelle wiedergegebenen.

	Wahrnehmung	Konzentration und Reaktion	Selbsteinschätzung und Emotionen	Gleichgewicht und Koordination
0,2 bis 0,5 Promille	Erste Einschränkungen (z.B. bei beweglichen Lichtquellen oder der Einschätzung von Entfernungen) Die Verarbeitung von Wahrnehmungen ist verlangsamt	Erste Einschränkungen	Bereits steigende Risikobereitschaft, gleichzeitig abnehmende Urteilsfähigkeit	
Ab 0,5 Promille	Beginnende Schwäche beim Rotsehen Beginnender Tunnelblick Entfernungseinschätzung verschlechtert sich Hell-Dunkel-Anpassung verschlechtert sich	Abnehmende Leistungsfähigkeit	Zunehmende Probleme	
Ab 0,8 Promille	Oben genannte Probleme nehmen zu Beginnende Probleme mit der Kontrolle der Augenbewegungen	Zunehmende Probleme	Beginnende Enthemmung, z.T. auch Aggressivität	Beginnende Koordinationsprobleme Erste Gleichgewichtsstörungen
1,0 bis 2,0 Promille	Weiter zunehmende Probleme	Weiter zunehmende Probleme	Zunehmende Probleme Verlust der Kritikfähigkeit Verwirrtheit	Zunehmende Probleme
2,0 bis 3,0 Promille (Betäubungsstadium)	Weiter zunehmende Probleme Doppelt-Sehen	Zunehmende Probleme bis zur Unmöglichkeit, sich zu konzentrieren oder zu reagieren	Weiter zunehmende Probleme	Weiter zunehmende Probleme
3,0 bis 5,0 Promille (Lähmungsstadium)	Ab 3,0 Promille: Bewusstlosigkeit, Gedächtnisverlust, schwache Atmung, Unterkühlung, Reflexlosigkeit Ab 4,0 Promille: Lähmungen, Koma mit Reflexlosigkeit, unkontrollierte Ausscheidungen, Atemstillstand und Tod			

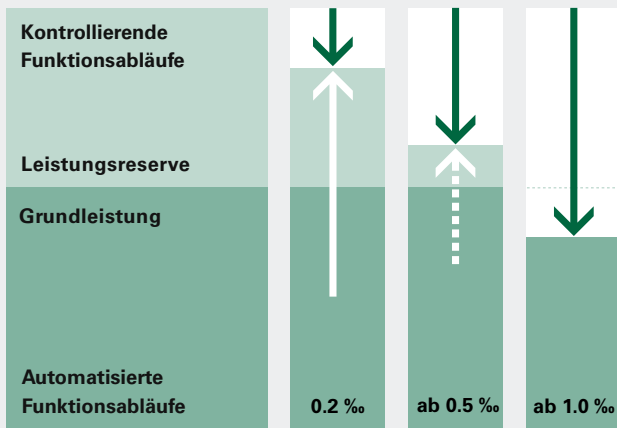
Einschränkung der Leistungsreserve

Das Gehirn funktioniert – vereinfacht gesagt – auf zwei Ebenen. Mit der **Grundleistung** erledigt es alles, was eingeübt, quasi „ingeschliffen“ ist.

Die **Leistungsreserve** braucht es erst, wenn wir auf Dinge reagieren, die uns fordern, die wir nicht gut beherrschen. Erfahrene Autofahrerinnen und -fahrer arbeiten im alltäglichen, unproblematischen Strassenverkehr mit der Grundleistung. Nur wenn etwas Unvorhergesehenes, Überraschendes geschieht,

benötigen sie die Leistungsreserve, um adäquat zu reagieren, die Wirkung der Reaktion zu beurteilen und allenfalls eine weitere Notfallreaktion auszuführen. Das muss sehr schnell geschehen.

Alkohol wirkt sich zuerst auf die Leistungsreserve aus, bei grösseren Mengen dann auch auf die Grundleistung. Anders ausgedrückt: Noch bis zu etwa 0,5 Promille haben **erfahrene** Autofahrerinnen und -fahrer genügend Leistungsreserven, um auch in kritischen Situationen angemessen zu reagieren.



Ab 0,5 Promille ist die Leistungsreserve so stark eingeschränkt, dass eine ausreichend schnelle und richtige Reaktion nicht mehr möglich ist. Ab etwa 1 Promille schliesslich wird auch die Grundleistung deutlich eingeschränkt, was selbst bei automatisierten Verhaltensweisen zu Problemen führt.

Das alles gilt für **erfahrene Lenkerinnen und Lenker**. Neulenkerinnen und Neulenker benötigen bereits für alltägliche Verkehrssituationen die Leistungsreserve,

weil ihre Reaktionen noch nicht automatisiert sind. Zudem beeinträchtigt Alkohol Heranwachsende noch stärker als Erwachsene (mehr Informationen dazu vgl. Heft 2 dieser Reihe, Seite 4). **Neulenkerinnen und Neulenker** sollten unbedingt vermeiden, ihre Leistungsreserve durch Alkoholkonsum einzuschränken!

Kann man den Promillewert beeinflussen?

Nach wie vor kursieren Gerüchte, der Promillewert könne beeinflusst werden. Tatsächlich helfen weder Kaffee noch eine Dusche noch irgendwelche Medikamente, den Blutalkoholgehalt schneller zu senken. Alleine die Zeit hilft: Der Blutalkoholgehalt baut sich pro Stunde um 0,1 bis 0,15 Promille ab.

Achtung Restalkohol!

Stark alkoholisierte Personen müssen sogar am Tag danach noch damit rechnen, einen relevanten Promillewert zu haben. Wer sich zum Beispiel nachts um ein Uhr mit einem Blutalkoholgehalt von 1,2 Promille schlafen legt, hat am nächsten Morgen um sieben Uhr noch 0,3 bis 0,6 Promille im Blut.

Fahren und Alkohol: Wie kommt es überhaupt dazu?

Woran liegt es, dass sich immer wieder Leute alkoholisiert hinterm Steuer setzen? Die Antworten auf diese Frage geben Anhaltspunkte für die Prävention. Zu den wichtigsten Gründen gehören folgende:

Fehlendes Wissen und Fehleinschätzungen

Mangelndes und falsches Wissen rund um Alkohol und seine Wirkungen kann zu Fehleinschätzungen und damit zu Risikoverhalten führen. Fahren im angetrunkenen Zustand wird von vielen nach wie vor als Kavaliärsdelikt gesehen. Dies, weil die dabei – auch für Dritte – entstehenden Risiken oft unterschätzt werden.

Für die Prävention bedeutet das: Es ist wichtig, Wissen dazu zu vermitteln, wie sich Alkohol auf die Fahrtüchtigkeit auswirkt.

Der Einfluss der Gruppe

Gruppensituationen, Gruppenerlebnisse und Gruppendruck können zu Alkoholkonsum animieren und dazu beitragen, dass man sich trotz Alkoholkonsums hinterm Steuer setzt.

Für die Prävention bedeutet das: Junge Menschen müssen auf den Einfluss der Gruppe vorbereitet werden und lernen, damit umzugehen.

Mangelnde Voraussicht

Eine bereits bestehende Alkoholisiertheit schränkt die Entscheidungsfähigkeit ein, d.h.: Unter Alkoholeinfluss steigt das Risiko, dass man trotz Alkoholisiertheit fährt, weil man so die Gefahren und den eigenen Zustand nicht mehr richtig einschätzen kann. Alkoholisierte Personen fühlen sich sogar besonders fahrtüchtig!

Für die Prävention heisst das: Es müssen auch Verhaltenstipps gegeben werden: Man muss vor dem Ausgehen entscheiden und organisieren, wie man nach Hause kommt und vermeidet, alkoholisiert zu fahren.

Risikosuche

Viele Heranwachsende und junge Erwachsene gehen an Grenzen und suchen den Nervenkitzel. Manchmal setzen sie sich (und andere) damit Gefahren aus, die sie nicht richtig einschätzen können. Sie riskieren Folgen, die für sie selbst und andere deutlich weiter gehen können, als sie sich vorstellen.

Für die Prävention bedeutet das: Jugendliche sollen sich damit auseinandersetzen, wie sie Grenzen suchen. Sie müssen darüber informiert werden, welche Folgen ein Verhalten haben kann. Dies hilft ihnen, Risikosituationen im Strassenverkehr neu einzuschätzen und ihr Bedürfnis nach Nervenkitzel mit weniger risikoreichen Verhaltensweisen zu stillen.

Was das Gesetz sagt

Grundsätzlich gilt:

Art. 26 Strassenverkehrsgesetz (SVG)

1 Jedermann muss sich im Verkehr so verhalten, dass er andere in der ordnungsgemässen Benützung der Strasse weder behindert noch gefährdet.

Die Fahrfähigkeit muss bei allen Fahrzeuglenkenden gegeben sein:

Art. 31 SVG

1 Der Führer muss das Fahrzeug ständig so beherrschen, dass er seinen Vorsichtspflichten nachkommen kann.

2 Wer wegen Alkohol-, Betäubungsmittel- oder Arzneimiteleinfluss oder aus anderen Gründen nicht über die erforderliche körperliche und geistige Leistungsfähigkeit verfügt, gilt während dieser Zeit als fahrunfähig und darf kein Fahrzeug führen.

3 Der Führer hat dafür zu sorgen, dass er weder durch die Ladung noch auf andere Weise behindert wird. Mitfahrende dürfen ihn nicht behindern oder stören.

Ab 0,5 Promille gilt man als fahrunfähig. Es kann sich aber auch herausstellen, dass jemand mit weniger als 0,5 Promille fahrunfähig ist – wenn gleichzeitig weitere Umstände (z.B. Krankheit, Übermüdung) Folgen zeigen, wie sie bei gesunden, ausgeruhten Menschen erst bei höheren Promillewerten auftreten. Genauso macht sich strafbar, wer hinter dem Steuer durch andere Dinge in seiner Leistungsfähigkeit eingeschränkt ist, zum Beispiel durch Schläfrigkeit, Manipulationen am Autoradio oder Essen.

Art. 91 SVG

1 Wer in angetrunkenem Zustand ein Motorfahrzeug führt, wird mit Haft oder mit Busse bestraft. Die Strafe ist Gefängnis oder Busse, wenn eine qualifizierte Blutalkoholkonzentration (Art. 55 Abs. 6) vorliegt.²

2 Wer aus anderen Gründen fahrunfähig ist und ein Motorfahrzeug führt, wird mit Gefängnis oder mit Busse bestraft.

3 Wer in fahrunfähigem Zustand ein motorloses Fahrzeug führt, wird mit Haft oder mit Busse bestraft.

²Von „qualifizierter Blutalkoholkonzentration“ spricht man ab 0,8 Promille.

Wenn jemand gegen Verkehrsregeln verstösst, treten normalerweise zwei Verfahren in Kraft:

- Die zuständige **Strafbehörde** entscheidet über die Strafe (Busse, Haft, Gefängnis).
- Die **Administrativbehörde** des Wohnsitzkantons entscheidet über die Administrativmassnahme. Je nach Vorfall und Leumund kann dies eine Verwarnung, ein Führerausweisentzug, die Anordnung von Verkehrsunterricht, eine Fahreignungsabklärung oder eine andere Massnahme sein.

Das Lenken eines Motorfahrzeugs mit 0,5 bis 0,79 Promille gilt als „leichte Widerhandlung“, die mit Busse oder Haft bestraft wird. Zudem kommt es zu einer Verwarnung oder zu einem Führerausweisentzug von mindestens einem Monat – letzteres, wenn innerhalb der vergangenen zwei Jahre bereits ein Ausweisentzug oder eine andere administrative Massnahme verhängt wurde oder wenn zusätzlich zum Fahren im angetrunkenen Zustand eine weitere leichte Widerhandlung gegen die Strassenverkehrsvorschriften vorliegt.

Das Lenken eines Motorfahrzeuges bei 0,8 Promille und mehr ist eine „schwere Widerhandlung“ gegen das Gesetz. Sie wird mit Busse oder Gefängnis sowie mit einem Führerausweisentzug von mindestens drei Monaten bestraft. Die Höhe der Strafe hängt von der Schwere des Vergehens und von allfälligen früheren Vergehen ab. Wiederholungstäter müssen mit härteren Massnahmen rechnen. Das Strassenverkehrsgesetz

sieht für sie z.B. eine stufenweise verschärfte Mindestdauer des Ausweisentzugs vor. Anzahl, Schwere und Zeitpunkt früherer Widerhandlungen bestimmen dabei jeweils die Dauer.

Wie hoch sind die Bussen?

Die Höhe der Busse unterscheidet sich je nach Kanton, Fahrzeugsorte und Schweregrad des Vergehens. Genauere Informationen dazu erteilen die Strassenverkehrsämter der Kantone. Hinzu kommen die Verfahrenskosten.

Roller und Mofas

Roller zählen zu den Motorfahrzeugen. Auch Mofafahrerinnen und -fahrer machen sich nach SVG Art. 91 strafbar, wenn sie mit mehr als 0,5 Promille fahren.

Bei Minderjährigen legt ein Jugendrichter Art und Höhe der Strafe resp. Massnahme fest. Die Eltern werden informiert.

Motorlose Fahrzeuge

Wer unter Alkoholeinfluss motorlose Fahrzeuge (Fahrräder, Fuhrwerke etc.) lenkt, macht sich ebenfalls strafbar und kann mit Haft oder Busse bestraft werden. Zudem kann einem Radfahrer oder einer Radfahrerin das Radfahren untersagt werden. Das Fahrverbot dauert dabei mindestens einen Monat (SVG Art. 19 Absatz 3).

„Fahrzeugähnliche“ Geräte, Fussgängerinnen und Fussgänger

Rollschuhe, Inlineskates, Trottinette und Kinderräder sind Beispiele „fahrzeugähnlicher Geräte“. Für ihre Benutzerinnen und Benutzer gelten grundsätzlich die gleichen Regeln wie für Fussgängerinnen und Fussgänger: Sie können nicht wegen Angetrunkenheit im Strassenverkehr belangt werden. Wenn allerdings ein Unfall geschieht, kommt es zu Ermittlungen, um schuldhaftes Verhalten festzustellen. Ein Fussgänger z.B., der alkoholisiert vor ein Auto torkelt, macht sich haftbar.

Anstiftung oder Gehilfenschaft

Als Täter/-innen gelten fahrunfähige Fahrzeuglenkende. Angetrunkene Mitfahrende, die ins Steuer greifen, werden diesen gleichgestellt.

Wer nicht massgeblich an der Führung des Fahrzeugs beteiligt ist, kann unter Umständen wegen Anstiftung oder Gehilfenschaft verurteilt werden oder wegen Überlassens eines Fahrzeugs an eine nicht fahrfähige Person. Mitfahrer/-innen, die zum Beispiel jemandem, der schwankt, ins Auto steigen helfen, sind «Gehilfen». Ebenfalls «Gehilfen» sind Wirte oder Trinkkollegen, die wissen oder in Kauf nehmen, dass jemand ein Auto benützen wird, und die durch Ausschanken oder Nachschenken dazu beitragen, diese Person in einen angetrunkenen Zustand zu versetzen.

Suchterkrankungen

Bei einer Alkohol-, Medikamenten- oder Drogenabhängigkeit kann ein so genannter Sicherungsentzug verfügt werden. Der Fahrausweis wird dabei auf unbestimmte Zeit entzogen. Dafür braucht es in der Regel eine verkehrsmedizinische oder verkehrspsychologische Untersuchung. Auch Radfahrerinnen und Radfahrern, die an einer Sucht leiden, kann das Radfahren untersagt werden (SVG Art. 19 Absatz 2).

Und die Versicherung?

Administrativ- und Strafverfahren sind nicht die einzigen Folgen eines Verkehrsunfalls unter Alkohol. Hinzu kommt natürlich menschliches Leid. Und ein solcher Unfall hat auch versicherungsrechtliche Konsequenzen. Bei einem Unfall werden Ermittlungen eingeleitet, um festzustellen, welche Schuld die verschiedenen Beteiligten tragen. Dazu gehören Abklärungen des Alkoholisierungsgrads. Haftpflicht- und Unfallversicherungen können ihre Leistungen kürzen. Fehlbare Lenker/-innen müssen auch damit rechnen, dass wegen Grobfahrlässigkeit Rückzahlungen gefordert werden. Dabei kann es sich, abhängig vom entstandenen Schaden (Sachschaden, Verletzungen, Todesfälle), um sehr hohe Beträge – unter Umständen hunderttausende von Franken – handeln.

Vorschläge zur Unterrichtsgestaltung

Fehlverhalten unter Alkoholeinfluss (kognitive Auseinandersetzung)

Unter Alkoholeinfluss erhöhen Leistungsprobleme und veränderte Emotionen das Risiko von Problemen im Strassenverkehr. Lassen Sie die Schülerinnen und Schüler mit Hilfe des Arbeitsblatts weiter unten erarbeiten, welche in der Tabelle links stehenden Effekte von Alkohol für die rechts stehenden Probleme und gefährlichen Verhaltensweisen verantwortlich sein können. Nicht nur die Leistungsfähigkeit spielt eine wichtige Rolle, sondern auch Emotionen (z.B. Selbstüberschätzung, Enthemmung, Aggressivität)!

Die wichtigsten Zusammenhänge in dieser Aufgabe sind: 1f, 2a, 2c, 3a, 4e, 5g, 5h, 6a, 6c, 7b, 7d, 8d, 8i, 9b und 9d.

Informationen zu Alkoholwirkungen finden Sie auf den Seiten 3 bis 5.

Ziel

Wissen zu Zusammenhängen zwischen den Wirkungen von Alkohol und Risiken im Strassenverkehr aufbauen.

Wo gibt es Zusammenhänge? Erkläre, warum!

Manche Probleme und gefährliche Verhaltensweisen hängen mit mehreren Wirkungen von Alkohol zusammen. Mehrfachantworten sind also möglich.

Alkoholbedingte Einschränkungen und Probleme	Probleme und gefährliches Verhalten im Strassenverkehr
Tunnelblick 1	a Ein Wagen stösst mit dem vor ihm abbremsenden Auto zusammen
Fehlerhafte Einschätzung von Entfernungen 2	b Übertriebenes und unangebrachtes Hupen
Probleme mit dem Rotsehen 3	c Zusammenstoss beim Ein- oder Ausparken
Ungenügende Hell-Dunkel-Anpassung der Augen 4	d Überholmanöver mit stark überhöhter Geschwindigkeit
Probleme mit Gleichgewicht und Koordination 5	e Nächtliches Fahren mit fehlendem oder ungenügendem Licht
Verminderte Aufmerksamkeit und Reaktionsfähigkeit 6	f Übersehen eines von rechts kommenden Fahrzeugs
Selbstüberschätzung 7	g Beim Bremsen kippt ein Mofafahrer zur Seite
Erhöhte Risikobereitschaft 8	h Schlangenlinien fahren
Enthemmung, Aggressivität 9	i Kurven schneiden

„Fatal Vision“ (erlebnisorientierte Übung)

Sie können bei Sucht Schweiz (Tel. 021 321 29 35) so genannte „Fatal-Vision“-Brillen ausleihen. Diese simulieren Effekte von Alkohol auf das Sehen bei weniger als 0,6 Promille, bei 0,7 bis 1,0 Promille sowie bei 1,7 bis 2,0 Promille. Die Anleitung liegt dem Versand bei. Die didaktische Einheit dauert bei einer Klassengrösse von 20 Schülerinnen und Schülern ca. 2 Lektionen. Die Kosten für Versand und Rücksendung gehen zu Lasten des Empfängers. Bei Verlust oder Beschädigung müssen wir Rechnung stellen (Eine Brille kostet ca. Fr. 250.--).

Informationen zu Alkoholwirkungen finden Sie auf den Seiten 3 bis 5.

Drehstuhl-Übung (erlebnisorientierte Übung)

Zur Durchführung dieser Übung benötigt man einen Drehstuhl und ein flaches, etwa 15 cm breites und vier Meter langes Brett. Eine Schülerin oder ein Schüler nimmt auf dem Drehstuhl Platz und wird von anderen rotiert. Nach 10 bis 15 Umdrehungen wird angehalten, und zwar so, dass die im Drehstuhl sitzende Person den Anfang des flach auf dem Boden liegenden Brettes vor sich hat. Nun muss sie aufstehen und über das Brett balancieren, ohne daneben zu treten.

Was geschieht? Wie fühlen sich die Schülerinnen und Schüler bei diesem Versuch? Was würde geschehen, wenn jemand in einem solchen Zustand ein Fahrrad, ein Mofa oder ein anderes Verkehrsmittel lenken würde?

Informationen zu Alkoholwirkungen finden Sie auf den Seiten 3 bis 5.

Leistungsreserven (erlebnisorientierte Übung)

Diese Übung kann Schülerinnen und Schüler die beschränkte Leistungskapazität des Gehirns erfahren lassen. Seilspringen macht den Wenigsten Mühe. Für einfache Rechnungen gilt dasselbe. Aber beides zusammen? Je mehr wir unser Gehirn arbeiten lassen, desto eher spüren wir auch seine Grenzen. Geben Sie den Schülerinnen und Schülern drei Aufgaben:

(1) Seilspringen, (2) Rechenaufgaben schnell und genau lösen (eventuell mit steigendem Schwierigkeitsgrad) und (3) beides zusammen. Lassen Sie die Schülerinnen und Schüler vergleichen, wie sie diese Aufgaben meistern.

So wird deutlich: Unser Gehirn hat nicht unbegrenzte Kapazitäten. Erklären Sie den Schülerinnen und Schülern: Wenn Alkohol getrunken wird, schränkt dieser einen Teil der Leistungsfähigkeit ein – zuerst die Leistungsreserve und mit steigender Alkoholisiertheit auch die Grundleistung. In der Übung kann z.B. das Seilspringen im übertragenen Sinn die beginnende Leistungsminderung durch Alkohol repräsentieren. Erklären Sie diese Effekte und auch die besondere Situation von Neulenkern und Neulenkern.

Informationen zum Einfluss von Alkohol auf die Leistungsreserve und die Grundleistung des Gehirns finden Sie auf den Seiten 4 bis 5.

Ziel

Wissen zu Zusammenhängen zwischen den Wirkungen von Alkohol auf die Sehfähigkeit und Risiken im Strassenverkehr aufbauen.

Ziel

Einen Eindruck davon erhalten, wie Alkohol Koordination und Gleichgewicht beeinträchtigt. Den Zusammenhang zu den dadurch entstehenden Problemen im Strassenverkehr machen.

Ziel

Einen Eindruck davon erhalten, wie Alkohol die Hirnleistung beeinflusst. Den Zusammenhang zu den dadurch entstehenden Problemen im Strassenverkehr machen.

Wo die Probleme liegen (kognitive Auseinandersetzung)

Die folgenden Fragen sollen diskutiert werden:

- Welches sind die Hauptprobleme, die durch Fahren in angetrunkenem Zustand entstehen?

Antworten: Selbstgefährdung, Gefährdung von anderen und die u.U. enormen menschlichen und materiellen Folgekosten eines Unfalls. Die Lehrperson ergänzt, falls nicht alle drei wichtigen Bereiche genannt werden.

- Wie lassen sich diese Probleme vermeiden?

Antworten: Auf das Alkoholtrinken verzichten, wenn man ein Fahrzeug lenken will, und wenn man alkoholisiert ist, das Fahren vermeiden.

Man könnte meinen, dass das doch recht einfach umzusetzen wäre...

Deswegen die nächste Frage an die Schülerinnen und Schüler:

- Warum kommt es trotzdem zu Fahren in angetrunkenem Zustand?

Antworten: Mangelndes Wissen oder Fehleinschätzungen, Gruppensituationen, mangelnder Vorausblick, Risikosuche oder Verleugnung von Risiken

Um Antworten auf diese Frage zu finden, könnten die Schülerinnen und Schüler auch Interviews machen (z.B. mit Fahrzeuglenkenden, Polizei).

Hinweise zu diesen Fragen finden Sie auf den Seiten 2 bis 7 dieses Hefts.

Mit Voraussicht Probleme vermeiden (kognitive Auseinandersetzung)

Was, wenn man im Ausgang Alkohol konsumieren will? Wie kommt man nach Hause? Wie kann man sich organisieren? Diskutieren Sie mit Ihren Schülerinnen und Schülern.

Folgende Punkte sollten angesprochen werden:

- Am Ort übernachten.
- Eine Person bestimmen, die nüchtern bleibt und alle nach Hause bringt – dieser Person werden zum Beispiel die Getränke bezahlt (vgl. z.B. www.bemyangel.ch).
- Öffentliche Verkehrsmittel benutzen.
- Sich abholen lassen.
- Sich gemeinsam ein Taxi leisten.

Wenn Ihre Schüler/-innen Folgendes nicht selbst ansprechen, weisen Sie darauf hin, dass alle diese Lösungen im Vorherein organisiert werden müssen. Denn ist man einmal alkoholisiert, kann man nicht mehr wirklich verantwortungsbewusst entscheiden. Man überschätzt die eigenen Fähigkeiten und wird risikobereiter.

Sich so abzusichern bedeutet nicht, dass alles erlaubt ist. Ein Rausch sollte trotzdem auf jeden Fall vermieden werden: Er bedeutet ein Risiko z.B. für Aggressivität und Alkoholvergiftungen.

Ziel

Einen Überblick über die Hauptprobleme gewinnen, die durch Fahren in angetrunkenem Zustand entstehen, und Ansatzpunkte kennen, um solche Probleme zu vermeiden

Ziel

Möglichkeiten kennen lernen, wie man Fahren in angetrunkenem Zustand vermeidet – wenn man nicht auf Alkoholkonsum verzichten will.

Weitere Materialien und Informationen zum Thema Alkohol

In der gleichen Reihe erhältlich:

- Heft 1: Alkohol in unserer Gesellschaft – früher und heute
- Heft 2: Alkohol im Körper – Wirkung und Abbau
- Heft 4: Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung
- Heft 5: Alkohol und Werbung: Vom Anreiz zum Konsum
- Heft 6: Warum konsumiert man Alkohol? Gründe und Motive

Alle diese Hefte können als PDF heruntergeladen werden:
www.suchtschweiz.ch, Rubrik: Info-Materialien

- **www.suchtschweiz.ch/alkoholimkoerper**
Das Online-Lernsystem «Alkohol im Körper» veranschaulicht, wie Alkohol auf Gehirn und Organe wirkt. Didaktische Umsetzungsvorschläge regen zu vertieften Auseinandersetzungen an.

Weitere kostenlose Materialien:

- Im Fokus «Alkohol» für Erwachsene.
- Im Fokus «Alkohol im Strassenverkehr» für Erwachsene.
- Broschüre «Alkohol und Gesundheit» für Erwachsene.
- Flyer «Alkohol» für Jugendliche.

Diese und weitere Unterlagen und Hilfsmittel können als PDF heruntergeladen oder bestellt werden:
Telefon 021 321 29 35, buchhandlung@suchtschweiz.ch,
www.suchtschweiz.ch, Versandkosten werden verrechnet.

Interessante Webseiten:

- www.feelok.ch: multithematisches Internetprogramm zur Suchtprävention und Gesundheitsförderung für Jugendliche und Lehrpersonen
- www.tschau.ch: Informationen und Frage-Antwort-Dienst für Jugendliche
- www.suchtschweiz.ch: Informationen zu Alkohol und anderen Drogen