

Alkohol? – Nein, Danke!

Kinder lernen durch Spielen. Menschen mit einer Suchterkrankung haben oftmals weniger oder schlechte soziale Kontakte. Hilfe holen und annehmen ist eines der größten Hürden und die Hemmschwelle sehr hoch.

Alkohol – Nein, Danke! soll den Lernprozess, alkoholische Getränke stehen zu lassen auf spielerische Art unterstützt werden und das Nein zum Alkohol soll gefestigt werden. Ebenso wird der Suchtdruck durch die Exposition verringert und die Hemmschwelle, sich Hilfe zu holen, abgebaut.

Mit dem Spiel werden Denken, Sehen und Handeln als Sinne verknüpft, der soziale Kontakt gefördert und der Spaß an gemeinsamer Aktivität ohne Konsum gefördert.

Spielanleitung:

Lange Spielvariante:

Die Karten werden auf alle Mitspieler gleichmäßig verteilt und in einem Stapel verdeckt vor jeden Spieler gelegt. Dann wird reihum die oberste Karte gezogen und auf einen Stapel in der Mitte gelegt.









Ist die gelegte Karte eine mit einem alkoholischen Getränk, bleibt sie liegen und der nächste Spieler deckt die oberste Karte auf.

Wird eine Karte mit einem antialkoholischen Getränk aufgedeckt, versuchen alle auf dieses Getränk mit der Hand zu schlagen.

Der Letzte bekommt den Kartenstapel und legt ihn unter seinen eigenen.

Gewonnen hat, wer keine Karten mehr vor sich liegen hat.

Aber Achtung! Es gibt auch Sonderkarten:

-  **Suchtdruck:**
Mache das Zeichen für telefonieren mit einer Hand und schlage schnell auf den Stapel
-  **Rückfall:**
Mache das Zeichen für telefonieren mit beiden Händen und schlage schnell auf den Stapel
-  **Suchtdruck bewältigt:**
Klopfe Dir mit einer Hand auf die Schulter und schlage schnell auf den Stapel
-  **Rückfall gestoppt:**
Klopfe Dir mit beiden Händen auf die Schultern und schlage schnell auf den Stapel
-  **Hilfe geholt:**
Klatsche in die Hände und schlage schnell auf den Stapel
-  **Unzufriedenheit:**
Trommle mit beiden Händen auf den Tisch und schlage schnell auf den Stapel
-  **Zufriedenheit:**
Streiche kreisend mit der Hand über dein Herz und schlage schnell auf den Stapel
-  **Angebot abgelehnt:**
Strecke die Hand ablehnend aus und schlage schnell auf den Stapel

Auch aus der Situation zu gehen, wenn es jemandem nicht gut geht, gehört zum Lernprozess der Gesundung bei einer Suchterkrankung und ist natürlich erlaubt und erwünscht.

Kurze Spielvariante:

Der Kartenstapel wird in der Mitte des Tisches platziert. Die Spieler ziehen nach der Reihe eine Karte und legen sie offen aufeinander. Die weiteren Spielregeln bleiben dieselben. Das Spiel endet mit dem Ziehen und Ablegen der letzten Karte. Gewonnen hat, wer die wenigsten Karten hat.

Sollte das Spiel einen Betroffenen stark triggern, so scheuen Sie sich bitte nicht, sich an einen Arzt, Therapeuten oder sonstige Ansprechpersonen zu wenden.

Viel Spaß beim Spielen!

Umfrage Alkohol? Nein Danke! Umfrage Alkohol? Nein Danke!

Betroffene



Fachpersonen

