



LERNEN > INHALTE > GESUNDHEIT > PRÄVENTION

Suchtprävention

Stand: 28.01.2026



Inhaltsverzeichnis

Suchtprävention	3
Präventionskonzept	4
Beratung	4
Programme und Materialien	4

Suchtprävention



Schulische Suchtprävention hat u.a. das Ziel eines rauchfreien Lebens ©Urheber – istock.com

Handeln, bevor Abhängigkeit entsteht: Schulische Suchtprävention soll das „seelische Immunsystem“ der Kinder und Jugendlichen stärken. Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit dem Thema Suchtverhalten auseinander, lernen, verantwortungsbewusst mit sich und anderen umzugehen und erwerben ein tiefgehendes Verständnis für psychologische, medizinische und soziale Zusammenhänge. Der Ansatz zielt auf die Stärkung der Persönlichkeit und der Sozialfähigkeit sowie auf eine erfolgreiche Bewältigung von Konflikten, Enttäuschungen und Stress.

Die **Primärprävention** umfasst alle strukturellen und kommunikativen Maßnahmen, um der Entwicklung von Abhängigkeit im Vorfeld zu begegnen. Es geht darum, das Selbstvertrauen der Schülerinnen und Schüler unabhängig vom Suchtmittel zu stärken.

- Erhöhung von Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl (in „Lebenskompetenzprogrammen“),
- Entwicklung von Sozialkompetenz sowie Standfestigkeitstraining (Sozialen Druck zum Substanzkonsum erkennen, Standfestigkeit gegen sozialen Druck entwickeln, soziale und physische Auswirkungen des Substanzkonsums erkennen)

Darüber hinaus soll eine **suchtmittelspezifische Aufklärung** im Rahmen der schulischen Suchtprävention die Schülerinnen und Schüler davor bewahren, das

gesundheitsschädigende Potential und die Suchtgefährdung zu unterschätzen. Siehe hierzu auch „Programme und Materialien“.

Präventionskonzept



Richtlinien zur Suchtprävention

<https://www.verkuendung-bayern.de/baymbl/2025-472>



Konsenspapier schulische Suchtprävention

</download/4-23-11/Konsenspapier%20schulische%20Suchtpr%C3%A4vention.jpg>

Beratung

Kinder und Jugendliche müssen für ein eigenverantwortliches, sinnerfülltes Leben frühzeitig lernen, sich persönlichen, vor allem familiären, schulischen und beruflichen Problemsituationen zu stellen und ausweichendes Verhalten zu vermeiden. Hilfe und Unterstützung bieten dabei auch die regionalen Suchtpräventionsfachkräfte. Diese verfügen über eine fundierte pädagogische Ausbildung und über suchtspezifisches Wissen. Ein zentraler Aufgabenschwerpunkt dieser Präventionsfachkräfte ist es, die in einer Region geleistete Suchtpräventionsarbeit zu ergänzen und zu vernetzen.



Kontaktdaten der Suchtpräventionsfachkräfte

<https://www.zpg-bayern.de/beratung-und-hilfe-548.html>

Programme und Materialien

Alkohol

Das **Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG)** bietet eine Reihe von

Programmen und Materialien zum Thema Alkoholmissbrauch an.



Zum Angebot des ZPG

<https://www.zpg-bayern.de/alkohol.html>

Die **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)** hat Unterrichtsmaterial und weitere Informationsmaterialien zum Thema „Alkohol“ produziert, die von Lehrkräften und Lehramtsstudierenden kostenlos bezogen werden können.



Zum Shop der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

<https://shop.bzga.de/>

Tabak

Be smart, Don´t Start

Der Wettbewerb gibt Schülerinnen und Schülern der sechsten bis achten Klasse den Anreiz, gar nicht erst mit dem Rauchen anzufangen. Er richtet sich besonders an die Jahrgangsstufen, in denen noch nicht geraucht wird oder nur wenige Schülerinnen und Schüler rauchen.

Die „Smokefree Class Competition“, so heißt der Wettbewerb auf internationaler Ebene, wird zeitgleich auch in vielen anderen europäischen Ländern durchgeführt.



Zur Homepage des Wettbewerbs

<https://www.besmart.info/>

Das **Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG)** bietet eine Reihe von weiteren Programmen und Materialien zum Thema Tabakmissbrauch an.



Zum Angebot des ZPG

<https://www.zpg-bayern.de/tabak.html>

Cannabis

Das **Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung (ZPG)** bietet Programme und Fortbildungen zum Thema Cannabisprävention an.



Zum Angebot des ZPG

<https://www.zpg-bayern.de/cannabis.html>

Partydrogen

Das Projekt **Mindzone** hat eine Onlineberatung rund um das Thema Partydrogen gestartet. Das Angebot richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene sowie deren Angehörige. Per E-Mail-Anfrage oder im Einzel- bzw. Gruppenchat können sich Ratsuchende an das Mindzone-Team wenden.



Zur Homepage der Beratungsstelle

<https://mindzone.info/aktuelles/onlineberatung-zu-partydrogen/>

Essstörungen

Das **Unterrichtsprogramm „bauchgefühl“** gibt Tipps und Vorschläge, wie das Thema Essstörungen im Unterricht und schulischen Alltag aufgegriffen werden kann. Organisiert und getragen wird das Projekt „bauchgefühl“ vom Kultusministerium und den Betriebskassen in Bayern.



Zur Homepage des Projekts

<https://www.bkk-bauchgefuehl.de/>

Mediensucht

Digitale Medien prägen den Alltag von Kindern und Jugendlichen. Mit zunehmender Mediennutzungsdauer steigt auch das Risiko, dass sich ein exzessives Nutzungsverhalten entwickelt. Aber erst wenn Personen im Umgang mit Medien nicht mehr selbstbestimmt und

kompetent handeln, ist dies ein Hinweis auf suchtähnliches Verhalten, wobei die Übergänge fließend sind.

Bedenklich ist z. B., wenn Kinder und Jugendliche sich zunehmend von sozialen Kontakten und Freizeitbeschäftigungen außerhalb der Medien zurückziehen oder das exzessive Mediennutzungsverhalten zu schulischen Problemen oder zu psychischen Problemen führt.

Informationsmaterialien für Erziehungsberechtigte:



Medien in der Familie (Eltern) | mebis Magazin (bycs.de)

<https://mebis.bycs.de/beitrag/medien-in-der-familie-eltern>

Informationsmaterialien für Lehrkräfte:



Medien in der Familie (bayern.de)

<https://mebis.bycs.de/beitrag/medien-in-der-familie>



Übermäßige Mediennutzung | mebis Magazin (bycs.de)

<https://mebis.bycs.de/beitrag/uebermaessige-mediennutzung>