

Suchtprävention ohne erhobenen Zeigefinger



Jugendliche sollten frühzeitig über die Gefahren im Umgang mit legalen Drogen informiert werden.

Foto: Corbis

(js). Mit Freunden ein paar Alcopops kippen, in der großen Pause eine schnelle Zigarette rauchen, das ist für viele Jugendliche heute völlig normal. Wenn jedoch immer häufiger zu Alkohol und Tabak gegriffen wird, hört der Spaß schnell auf. Schulische Suchtpräventionsprogramme wie ALF sollen helfen, den Gebrauch psychoaktiver Substanzen zu vermindern.

„Drogen sind verlogen“, „Bist du stärker als Alkohol?“ oder „Lieber einen Mann als eine Zigarette“ – so lauten die Slogans einiger Kampagnen im Kampf gegen die Suchtgefährdung Jugendlicher. Doch die Zahlen einschlägiger Studien zeichnen ein trauriges Bild: Kinder und Jugendliche scheinen eher der Maxime „Holsten knallt am dollsten“ zu folgen. Laut einer jüngst veröffentlichten Studie der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) ist der Suchtmittelkonsum europaweit einheitlich und eindeutig: In der Verbreitung halten die legalen Drogen Alkohol und Tabak eine unangefochten dramatische Spitzenposition. Die am dritthäufigsten konsumierte Droge ist Cannabis.

Auch in Deutschland schlagen Suchtforscher Alarm: Frühe Erfahrungen mit Alkohol, Tabak oder Cannabis sind unter den Kids erschreckend weit verbreitet. Nach der im Frühjahr 2004 veröffentlichten „Europäischen Schüler-

studie zu Alkohol und anderen Drogen“ (ESPAD), für die bundesweit Schüler von 9. und 10. Klassen befragt wurden, war jeder zweite Jugendliche unter 14 Jahren schon einmal betrunken. Knapp 47% aller befragten Teenager berichteten von aktuellem Tabakkonsum, wobei mehr Mädchen als Jungen rauchen. Zudem hat jeder Dritte der Befragten schon mal Cannabis konsumiert. Allerdings war eine häufige Einnahme dieser Substanz eher selten.

Horrorszenarien reichen nicht

Frühere Praktiken der Drogenpolitik wie die Kriminalisierung des Konsums bewirkten häufig das Gegenteil: Nichts hat den Drogenmarkt und die damit verbundene Kriminalität so angekurbelt wie die rabiante Prohibition in den USA 1920 bis 1933. Strategien der Abschreckung und Furchtappelle, wie sie in Deutschland lange praktiziert wurden, erwiesen sich ebenfalls als untauglich. Drastische Bilder teergeschwärtzter Raucherlungen und amputierter Raucherbeine verursachen nur kurzfristig einen Schock und werden nicht auf die eigene Biografie übertragen. Auch Aufklärungsprogramme, die bloße Sachinformationen über Suchstoffe und ihre Wirkungen vermitteln, haben vor allem bei risikobereiten Jugendlichen die Bereitschaft zum Konsum eher vergrößert als verringert.

„Life Skills“ stärken

In der Pädagogik haben heute moderne „Schutzfaktoren-Konzepte“ Verbote und Panikmache abgelöst. Sie gehen

davon aus, dass Kinder und Jugendliche nur dann ein geringeres Risiko zur Entwicklung von Suchtverhalten haben, wenn ihre Fähigkeit zu einem selbstständigen, selbstverantwortlichen und gesundheitsgerechten Leben gefördert wird. Ziel dieser so genannten Life-Skills-Konzepte ist es deshalb, die kindlichen „Sozial- und Lebenskompetenzen“ zu stärken, um ohne Suchtmittel besser mit Problemen und Sorgen, Schwierigkeiten im Alltag und zwischenmenschlichen Konflikten fertig zu werden. Meist wird dabei zwischen Primär- und Sekundärprävention unterschieden: Primärprävention umfasst Strategien, die den Einstieg in den Drogenkonsum verhindern oder verzögern sollen; Sekundärprävention greift bei bestehendem Drogengebrauch.

Gute Erfahrungen mit ALF

Eines der primärpräventiven „Life Skills“-Projekte für Schulen ist das am IFT Institut für Therapieforchung in München entwickelte Programm „ALF – Allgemeine Lebenskompetenzen und Fertigkeiten“. Das IFT führte 1994 bis 1998 eine Längsschnittstudie an Münchner Hauptschulen und Gymnasien durch. Aus diesem Projekt entstand ALF mit der Zielsetzung, den Missbrauch von Alkohol und Tabak zu verringern. Das Programm wurde speziell für Schüler und Lehrkräfte von 5. und 6. Klassen entwickelt, da der Übergang an weiterführende Schulen oftmals der Zeitpunkt ist, an dem Kinder das erste Mal mit Drogen konfrontiert werden. Bei ALF erhebt niemand drohend den Zeigefinger und warnt vor Raucherbeinen oder Lungenkrebs. Während des Programms geht es um Fragen wie: „Was braucht man um sich wohl zu fühlen?“, „Wie lernt man Nein zu sagen?“ oder „Was versteckt sich hinter Werbung?“

Im Standfestigkeitstraining lernen Schüler durch Rollenspiele den selbstbewussten Umgang mit dem Einfluss von Gleichaltrigen. Andere Übungen sollen die Kinder stark machen – stark genug, um sich selbst zu mögen und zu akzeptieren. Wenn Kinder genug Selbstsicherheit besitzen und über Problemlösungs- sowie Kommunikationsfertigkeiten verfügen, können sie auch Drogen widerstehen. Obendrein werden die Schüler über gesundheitliche Wirkungen der Drogen informiert. Vor allem werden kurzfristige Konsequenzen des Konsums (z. B. „Rauchen erzeugt gelbe Zähne“) angesprochen, da Informationen zu langfristigen

Ansprechpartnerin



Dr. Anneke Bühler

Leiterin Präventionsforschung
IFT Institut für Therapieforchung
Parzivalstraße 25
80804 München
Telefon: 089-36080483
Fax: 089-36080469
Mail: buehler@ift.de
www.ift.de

Service

Präventionsprogramme – eine Auswahl

Neben ALF gibt es eine Reihe von Präventionsprogrammen, die sich in ihrer Methodik unterscheiden.

Primärprävention:

- Mit der Kampagne „Kinder stark machen“ wendet sich die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) vor allem an Eltern, Lehrer und Mitarbeiter in der Kinder- und Jugendarbeit. Sie sind wichtige Vertrauenspersonen, die Kinder in ihrer Entwicklung stärken und unterstützen sollen. (www.kinderstarkmachen.de)
- Die Kampagne „Bist du stärker als Alkohol?“ basiert auf dem „Peer-Ansatz“: „Peers“ (Ebenbürtige) sind speziell geschulte Jugendliche zwischen 19 und 25 Jahren, die gleichaltrige Jugendliche ansprechen sollen, um mit ihnen über das Thema Alkohol ins Gespräch zu kommen. (www.bist-du-staerker-als-alkohol.de)

Sekundärprävention:

- Das Pilotprojekt Inside@School wurde zwischen 2000 und 2003 in Münchner Schulen durchgeführt. Ziel war es, durch Früherkennung und -intervention Suchtgefährdungen entgegenzuwirken. Gleichzeitig sollten Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen gestärkt werden. Trotz der kurzen Laufzeit des Projektes wurden die ersten Erfahrungen positiv bewertet. (www.cond-obs.de)
- MOVE ist ein Konzept der „Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW“ zur motivierenden Kurzintervention sowie Förderung und Unterstützung der Veränderungsbereitschaft von jungen konsumierenden Menschen. (www.ginko-ev.de)

Folgen in den seltensten Fällen zu Verhaltensänderungen führen. Das ALF-Training ist bewusst auf längere Zeit angelegt, da Forschungsergebnisse belegen, dass einmalige Aktivitäten nicht ausreichen, um Kinder wirksam vor Gebrauch und Missbrauch von Psychosubstanzen zu schützen.

Wie die Evaluationsphase des Programms zeigte, war der Anteil der Raucher in ALF-Klassen nach dem 5. Schuljahr deutlich geringer als in den Kontrollklassen. Die Zahl der Nikotinkonsumenten sank von 8,5 auf 4,5%, während sich in den anderen Klassen der Prozentsatz verdoppelte. Auch der Anteil von Kindern mit Alkoholerfahrungen war unter ALF-Schülern deutlich niedriger. ◀

Fazit

Lebenskompetenz-Trainings wie ALF haben sich als wirksamster Schutz in der Suchtprävention erwiesen. Wissenschaftliche Studien belegen, dass Suchtprävention nicht nur so früh wie möglich, sondern auch kontinuierlich und langfristig erfolgen sollte. Selbstbewusstsein, Kommunikationsfähigkeiten, Stress- und Problembewältigung, Widerstand gegen Gruppendruck und Wissen bedeuten einen Schutz gegen verfrühten und übermäßigen Konsum psychoaktiver Substanzen.