

# IPSY

---

**Ein Lebenskompetenzprogramm  
gegen den Missbrauch von Alkohol  
und Zigaretten im Jugendalter**

Dr. Karina Weichold

Friedrich-Schiller-Universität Jena

# Prävalenzen legaler Drogen

---

## Alkohol

- 95% Konsumerfahrungen
- 13% (14/15j.) regelmäßiger Konsum
- 10% Missbrauch, 6% Abhängigkeit

## Tabak

- 25% ständige Raucher
  - Anteil starker Raucher nimmt ab
  - Konsummengen verbleibender starker Raucher steigt
-

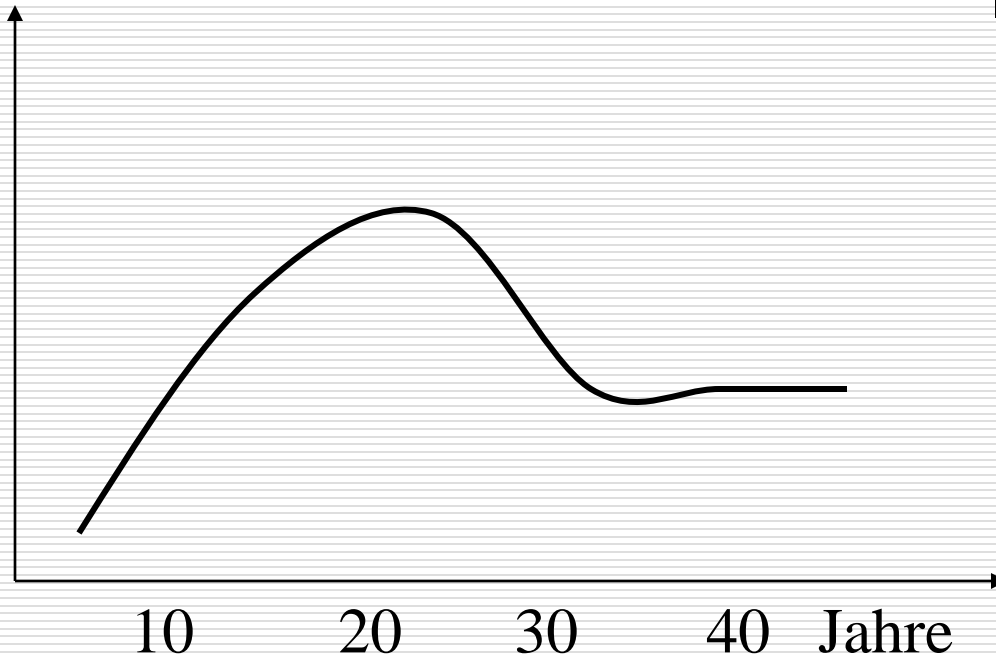
# Alterskorrelierte Verläufe

---

Konsummenge / -häufigkeit



- Anstieg im Jugendalter
- Gipfel fr. Erwachsenenalter



# Gebrauch vs. Missbrauch

---

## □ Gesichtspunkte zur Unterscheidung

- Substanz und Konsumumstände

- Konsum in unangemessenen Situationen

- Person

- Altersgerechte Funktionstüchtigkeit beeinflusst

- Reaktion

- Physische Abhängigkeit, Dosissteigerungen

- Konsequenzen

- Neg. Folgen für Personen und Sachen
-

# Konsequenzen von Missbrauch

---

## Kurzfristige Konsequenzen

- Schulprobleme
  - Beziehungsprobleme
  - Ungewollte / ungeschützte sexuelle Kontakte
  - Delinquentes Verhalten
  - Gesundheitliche Probleme (Kopfschmerzen, Unwohlsein, Schwindelgefühl)
-

# Konsequenzen von Missbrauch

---

## Längerfristige Konsequenzen

- Substanzabhängigkeit im Erwachsenenalter
  - Autounfälle, Kriminalität
  - Teenager-Schwangerschaften
  - Alkoholembryopathie bei Kindern
  - Geringe Investition in Aus- und Weiterbildung
-

# Jugendtypischer Konsumanstieg

---

**Adoleszenz** = der Lebensabschnitt, in dem Substanzkonsum initiiert wird, und Konsummengen akzelerieren

Erklärungen dafür:

1. Besonderheiten des ZNS
2. Mehrheit der Jugendlichen konsumiert als pseudoreifes Erwachsenenverhalten

(Unterstützung der Lösung alterstypischer  
Entwicklungsaufgaben)

---

# Temporäre Auffälligkeit „adolescence limited“ problem behavior (90%)

---

- Enge Verknüpfung Substanzkonsum und Lösung alterstypischer Entwicklungsaufgaben
    - Überbrückung „Maturation Gap“
    - Pseudoreifes Verhalten
    - Deviante Peers als Rollenmodelle
  
  - Auswachsungseffekte (Maturing out“) im frühen Erwachsenenalter
-

# Lösung von Entwicklungsaufgaben

---

---

## Entwicklungsaufgaben

---

## Funktionen Substanzkonsum

---

Identitätsentwicklung

- Persönlicher Stil, Suche nach Erfahrungen / Erlebnissen

Freundschaften / Partnerschaften

- Zugang zur Peergruppe / Kontaktaufnahme, Rituale

Individuation von den Eltern

- Unabhängigkeit demonstrieren, Verletzung elterlicher Kontrolle

Lebensgestaltung / -planung

- Subkultureller Lebensstil, Spaß haben, genießen

Wertesystem entwickeln

- Gewollte Normverletzung, Protest

Entwicklungsprobleme bewältigen

- Ersatzziel, Stressbewältigung
-

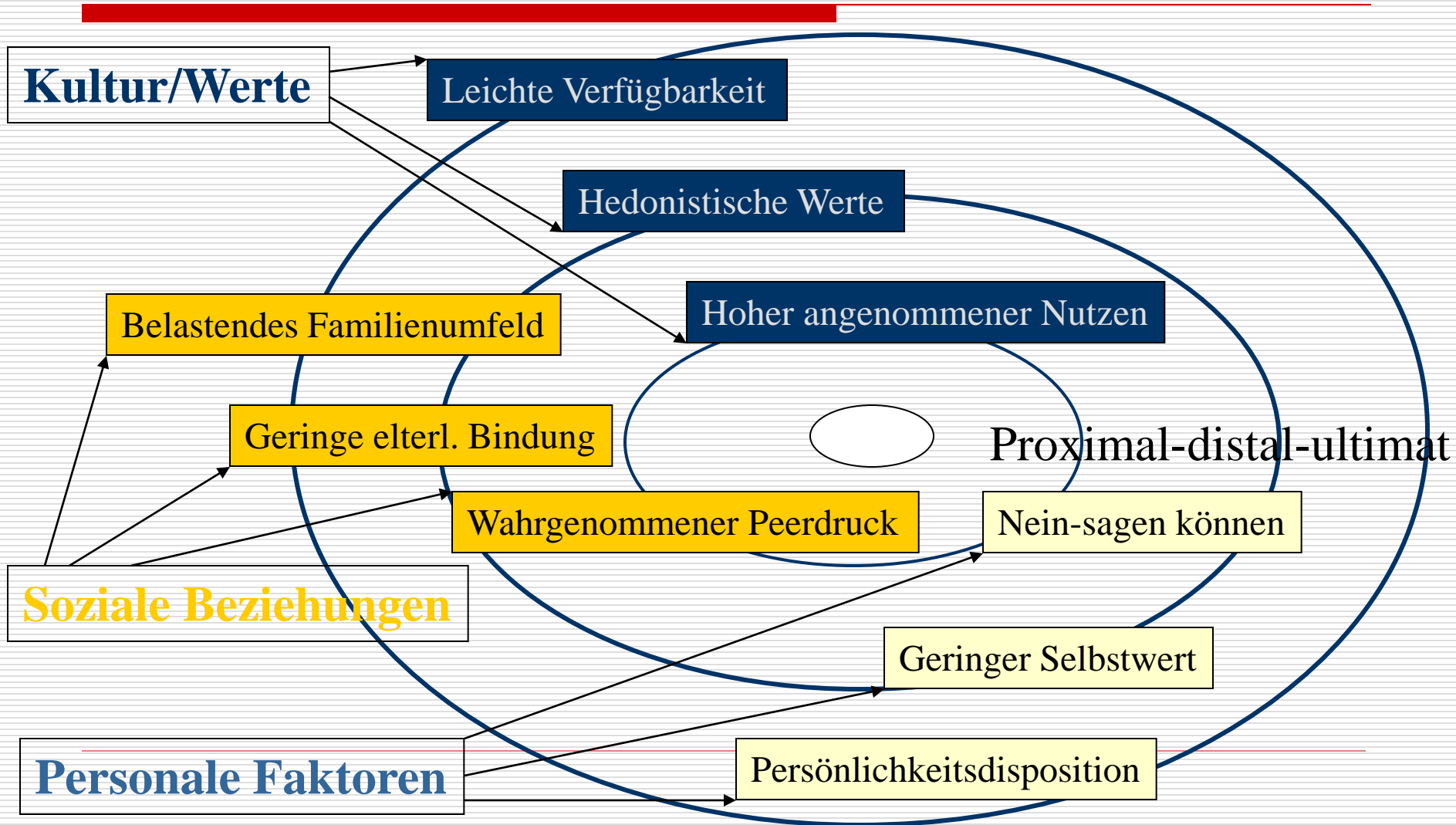
# Lebenslange Auffälligkeit

„life course persistent“ problem behavior (10%)

---

- Ursachen in der frühen Kindheit
    - Schwieriges Temperament
    - Genetische Einflüsse
    - Problematische Familienbeziehungen
  
  - Substanzkonsum Teil facettenreichen lebenslangen Problemverhaltens
    - Verhaltensauffälligkeiten / Defizite
    - Ablehnung - Selbstabwertung
    - Problemverhaltenssyndrom
    - Hohe Kontinuität
-

# Risikofaktoren

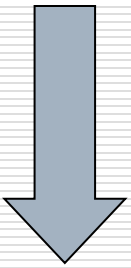


# Schutzfaktoren

---

## □ Resilienz

- Fähigkeit, sich von nachteiligen Folgen früher Erfahrungen schnell zu erholen oder angesichts belastender Lebensumstände keine Störung zu entwickeln sondern Bewältigungskompetenzen



Wodurch zeichnen sich diese Personen aus?

## □ Protektionsfaktoren

- Günstige Einflüsse, die die Manifestation von Problemverhalten verzögern, abmildern oder verhindern können
  - Bsp.: hohe Intelligenz, ausgeprägte Interessen, vertrauter Erwachsener, Verbundenheit mit einem Elternteil, einfaches Temperament, freundliches, prosoziales Verhalten
-

# Prävention von jugendlichem Substanzmissbrauch

---

- Ziele von Prävention
    - Verhindern / Vermindern von Problemverhalten
    - Hinauszögern des Beginns
    - als Primärprävention: BEVOR erstmalig das Problemverhalten auftritt
    - bei kulturell akzeptierten Verhaltensweisen (z.B. Alkoholkonsum) völlige Abstinenz bedenklich (→ später Einstieg und verantwortungsvoller Umgang)
  - Ansatzpunkte
    - Verringern von Risikofaktoren
    - Förderung von Schutzfaktoren
-

# Prävention und Persönlichkeitsförderung in der Schule

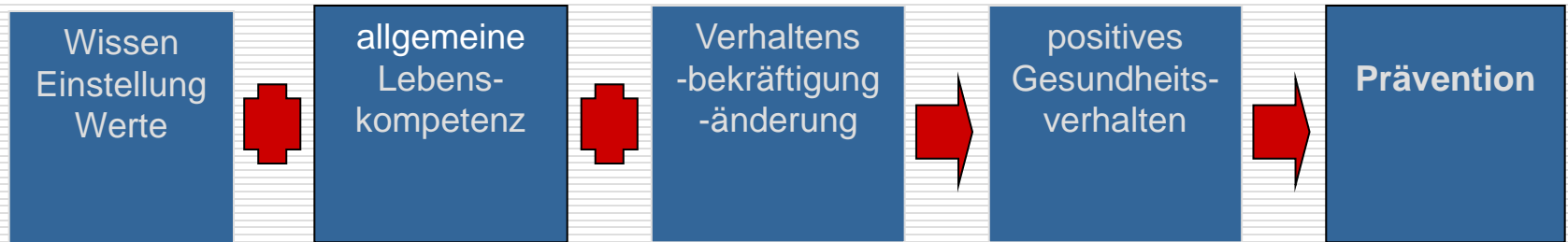
---

- Ort, an dem am häufigsten Suchtprävention durchgeführt wird
    - Schulpflicht – beste Erreichbarkeit von Kindern und Jugendlichen
    - Schule hat mehr oder weniger explizit den Auftrag, suchtpräventiv zu wirken
    - Ziele und Methodik sind mit dem pädagogischen Auftrag und Lehrplan in Einklang zu bringen
    - Pädagogisch geschulte Vermittler stehen zur Verfügung
    - Kontinuierlicher Klassenverband erleichtert Überprüfung von Langzeiteffekten
-

# Life-Skills-Ansatz

---

- Entgegen traditionellen Präventionsansätzen (Wissensvermittlung, affektive Erziehung, alternative Beschäftigungsprogramme) Fokus auf der Förderung allgemeiner Lebenskompetenzen und damit der Persönlichkeitsentwicklung



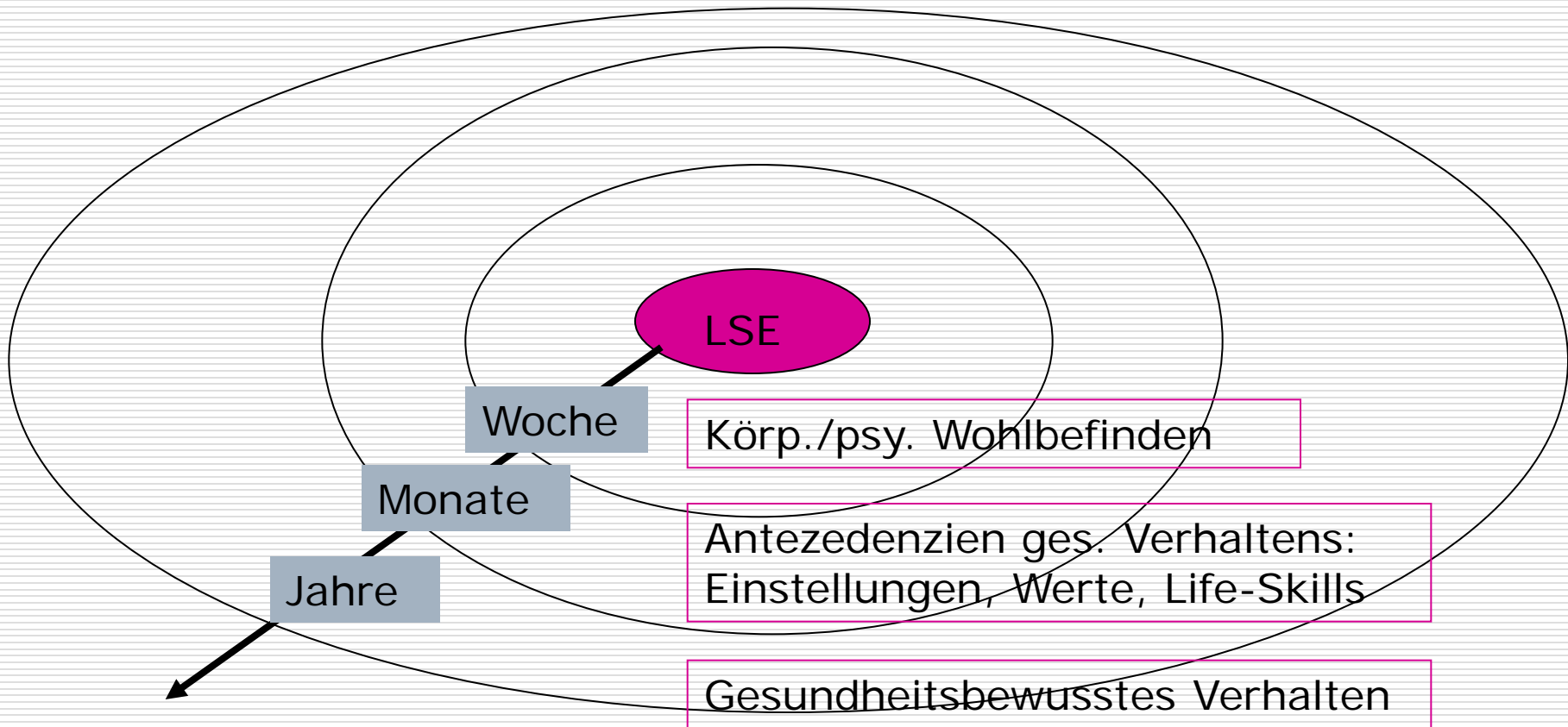
# Life Skills

---

- Life Skills = Fähigkeiten und Fertigkeiten, die Kinder und Jugendliche befähigen, effektiv mit altersadäquaten Herausforderungen und Aufgaben des täglichen Lebens umgehen zu können
    - Entscheidungsfähigkeit
    - Kreatives Denken
    - Kommunikative Fähigkeiten
    - Selbstwahrnehmung
    - Stressbewältigung
    - Problemlösen
    - Kritisches Denken
    - Zwischenmenschliche Beziehungen
    - Empathie
    - Umgang mit Emotionen
-

# Modell der Effekte von Life-Skills-Erziehung

---



Effekte bei Dauer des Programms

---

# Life-Skills-Programme

---

## KOMPONENTEN

```
graph TD; A[KOMPONENTEN] --> B[Allgemeine Fähigkeiten und Fertigkeiten]; A --> C[Spezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten]; A --> D[Spezifische Informationen];
```

**Allgemeine  
Fähigkeiten und  
Fertigkeiten**

z.B.:  
kommunikative  
Fähigkeiten

**Spezifische  
Fähigkeiten und  
Fertigkeiten**

z.B.: Nein-sagen  
gegenüber  
Konsumangebot

**Spezifische  
Informationen**

z.B.: Prävalenzen  
und kurzfristige  
Wirkung von  
Substanzen

# Trainingsprogramm IPSY

---



- ❑ **IPSY: Information + Psychosoziale Kompetenz = Schutz**
  
  - ❑ Entwickelt für 5.Klassen zur schulbasierten Implementation durch die Klassenlehrer; Interaktive Lehrmethoden
  
  - ❑ Quellen des Lehrmanuals
    - ❑ (1) Überblicksliteratur zu den effektivsten Komponenten von substanz-bezogenen Präventionsprogrammen und WHO-Richtlinien
  
    - ❑ (2) Bestehende international anerkannte Manuale
      - TACADE, BOTVIN-MANUAL, ALF, PALK
-

- |                          |    |                             |       |
|--------------------------|----|-----------------------------|-------|
| <input type="checkbox"/> | 1  | Sich kennenlernen           | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 2  | Wie bin ich?                | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 3  | Kommunikation               | 45min |
| <input type="checkbox"/> | 4  | Information Rauchen         | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 5  | Selbstsicherheit            | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 6  | Missverständnisse           | 45min |
| <input type="checkbox"/> | 7  | Werbung & Medien            | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 8  | Schule & ich                | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 9  | Umgang mit Angst und Stress | 45min |
| <input type="checkbox"/> | 10 | Information Alkohol         | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 11 | Nein sagen                  | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 12 | Schule & ich - Lernen       | 45min |
| <input type="checkbox"/> | 13 | Gefühle & sich wohl fühlen  | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 14 | Bedürfnisse & Problemlösen  | 90min |
| <input type="checkbox"/> | 15 | Freizeit / Abschluss        | 45min |
-

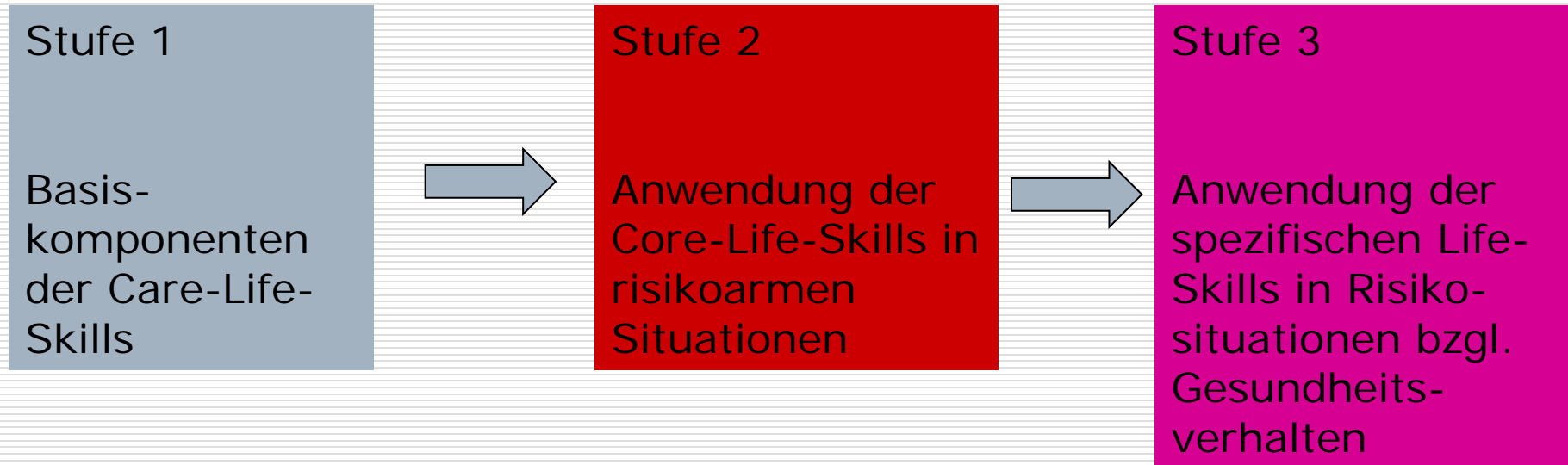
# Allgemeiner Aufbau einer IPSY-Einheit

---

- Einleitung des Themas
  - Warm-up-Übung
  - Selbstständige Bearbeitung eines Themas
  - Diskussion der Ergebnisse / Meinungen in Kleingruppen und in der Klasse
  - Informationen durch den Lehrer
  - Aktives Anwenden/Üben in Rollenspielen  
Abschlussreflexion, Entspannungs- oder Bewegungsübung
-

# Drei Stufen Modell

---

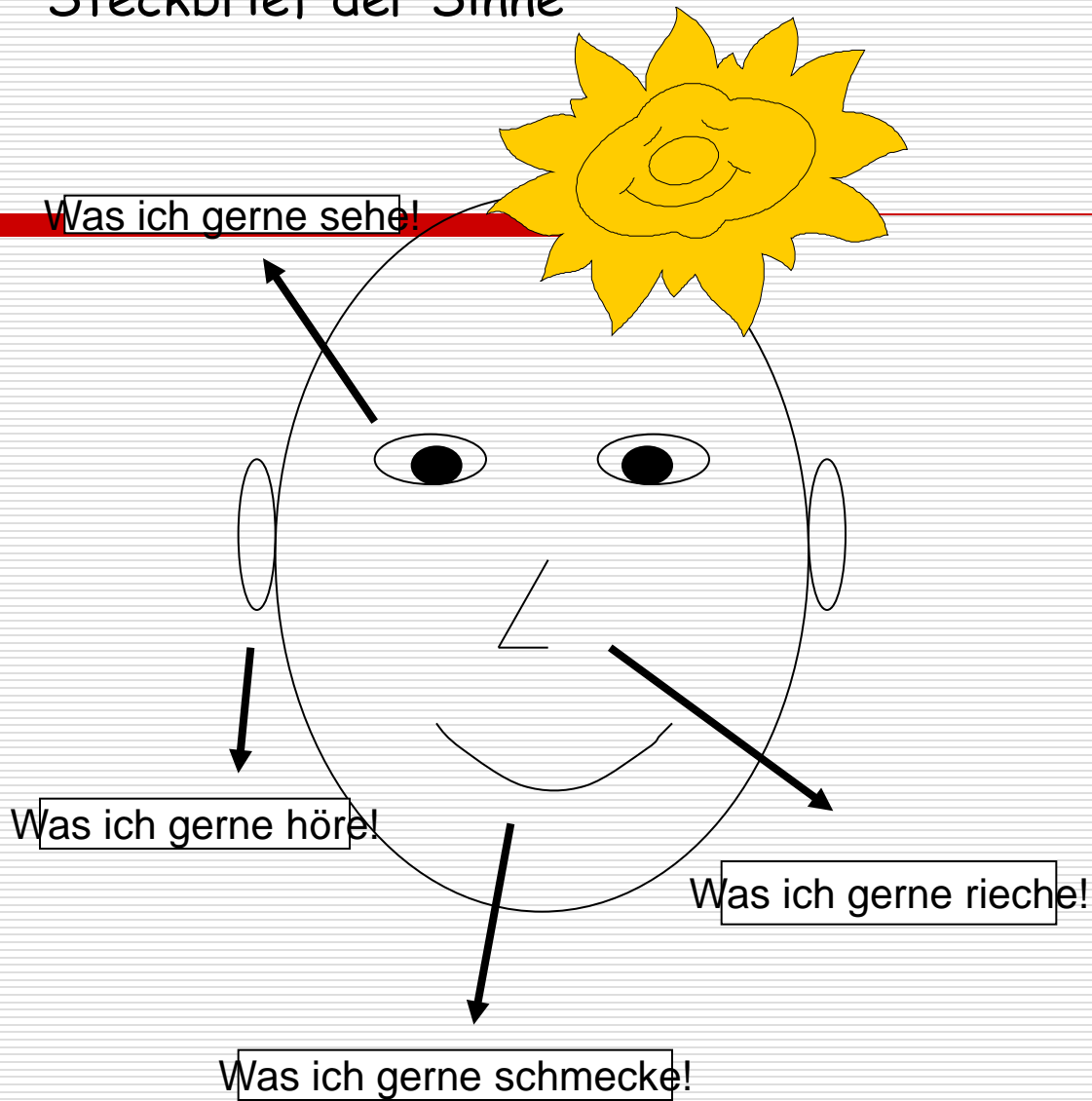


# Längerfristiges Life-Skills-Curriculum (optimal)

---



# Steckbrief der Sinne



**Arbeitsblatt 2/1**

IPSY-  
Einheit 2  
**Selbstbild**

# Evaluation: Stichprobe

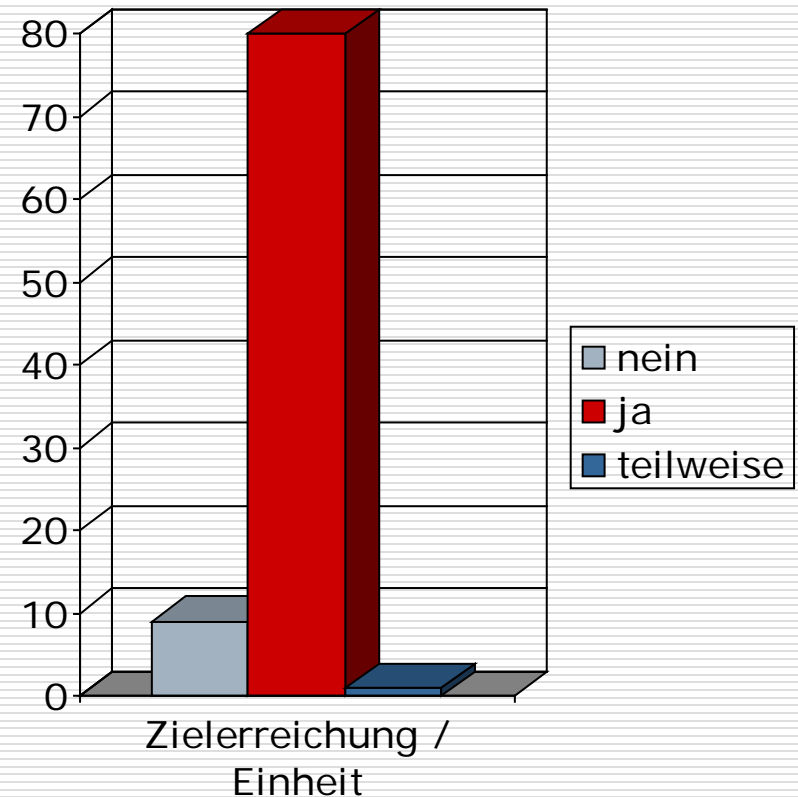
---

- Quasiexperimentelles Design
  - 44 Schulen Thüringens
    - Versuchsgruppe: 23 Schulen (12GY, 11RS)
      - Zufällig ausgewählt aus einem Pool von über 40 Schulen, die sich für ein Präventionsprogramm interessiert haben
    - Kontrollgruppe: 21 Schulen (9GY, 11RS)
      - Zufällig ausgewählt aus dem restlichen Pool Thüringer Schulen
  - $N(t_1) = 1694$ , hohe Vergleichbarkeit beider Teilstichproben zu  $t_1$
  - $N(t_1 + t_2) = 1383$ , über 82% zu  $t_2$  wieder erreicht
-

# Befunde Prozessevaluation

---

- N=630 (Lehrer)
  - Kurzfragebogen nach jeder IPSY/5-Einheit
- Sehr hohe Qualität der Implementation von IPSY/5 durch die trainierten Lehrer
  - In 80% aller vermittelten Einheiten wurde das definierte Stundenziel erreicht
  - Keine Unterschiede zwischen RS und GY



# Lehrer-Statement IPSY/5- Prozessevaluation

---

„... ein Außenseiter der Klasse bekam durch IPSY positives Feedback von Mitschülern, hat Freunde gefunden. Er hat auch erlebt, wie es ist, wenn man sich aktiv in der Gruppe beteiligt. Er und die gesamte Klasse haben IPSY als Integrationschance genutzt. Nun sitzt er im Unterricht aufrecht, schlägt und neckt andere nicht mehr und sagt, dass er sich erleichtert fühlt und Freunde gefunden hat. Ich denke, dass sich unabhängig vom suchtpreventiven Aspekt das Projekt schon deshalb gelohnt hat. Ich hoffe, dass die positiven Entwicklungen in meiner Klasse in Zukunft ausgebaut werden können...“

---

# Evaluation (Lehrerbefragung)

---

- Informationen der IPSY-Lehrer nach Programm-Implementation (T2)
    - Implementation hat Spaß gemacht
    - Positive Einschätzung des Klassenklimas während der Implementation
    - Positives Feedback zum Training/Manual/Handhabbarkeit
    - Im allgemeinen fand ein Transfer von Elementen des IPSY-Curriculums in andere Unterrichtsfächer statt
    - Den Lehrern und Schülern hat das Training gefallen
    - Inhalte werden für die Klassenstufe als angemessen angesehen
-

# Evaluation (Lehrerbefragung)

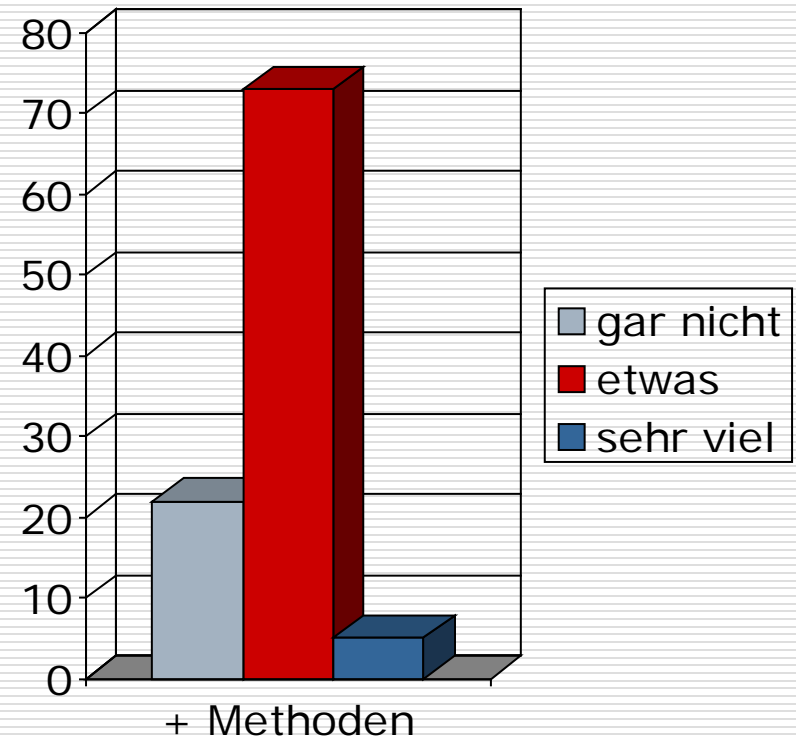
---

- 92% würden IPSY auch außerhalb eines Forschungsprojekts unterrichten
  - Lehrer sind eher für die Verteilung einzelner Einheiten über einen längeren Zeitraum vgl. mit Projektwoche
  - Zeitlicher Aufwand von Seiten des Lehrers wird als angemessen eingeschätzt
  - Gewünschte Verbesserungen am IPSY/5-Programm – was könnte die Vermittlung von IPSY erleichtern?
    - Keine Verbesserungswünsche hinsichtlich Arbeitsmaterialien, Aufbau/Anzahl der Einheiten, Anzahl der Schulungen
    - Aber: bessere Zusammenarbeit unter Kollegen gewünscht
-

# Evaluation (Lehrerbefragung)

---

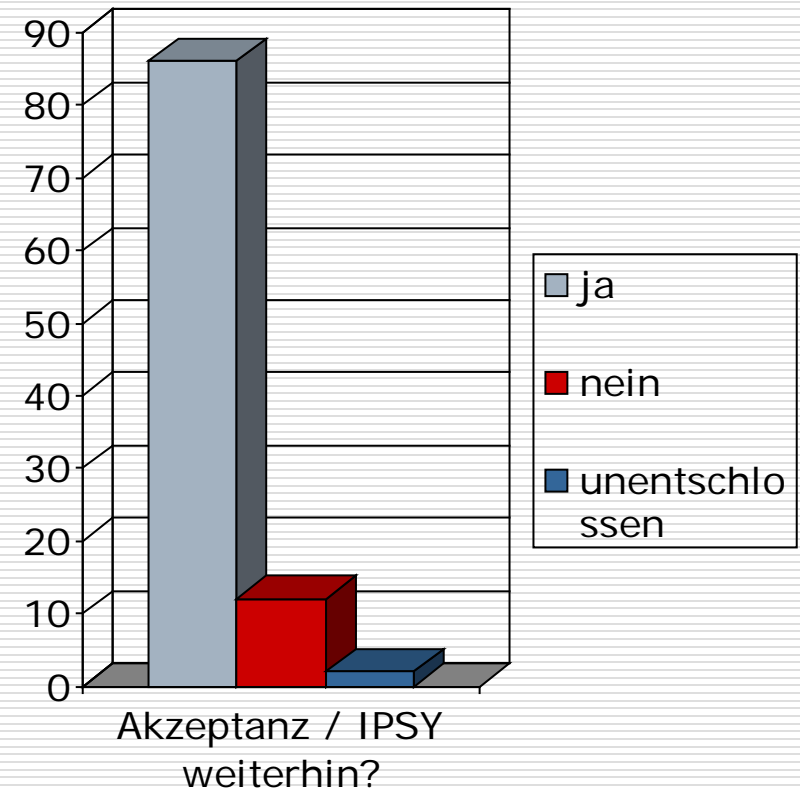
- Inwieweit hat sich Ihr methodisches Repertoire verbessert durch IPSY?
  - Bei insgesamt 78% der IPSY-Lehrer hat sich das methodische Repertoire etwas/sehr verbessert



# Befunde Prozessevaluation

---

- N=232 (Schüler)
  - Kurzfragebogen nach der letzten IPSY/5-Einheit
- Sehr hohe Akzeptanz von IPSY/5 bei den Schülern
  - 86% der Schüler sind der Meinung, dass es IPSY an ihrer Schule weiterhin geben sollte
  - Keine Unterschiede zwischen RS und GY



# Schüler-Statement IPSY/5- Prozessevaluation

## WAS ICH VON IPSY HALTE



Bitte beantworte folgende Fragen:

Wie fandest Du insgesamt den IPSY-Unterricht? Und: Warum fandest Du ihn so?

Ich fand den IPSY-Unterricht toll.  
Meine Klassenkameraden kenne ich jetzt  
besser. Ich habe viel dazu gelernt.

Was hast Du im IPSY-Unterricht gelernt?

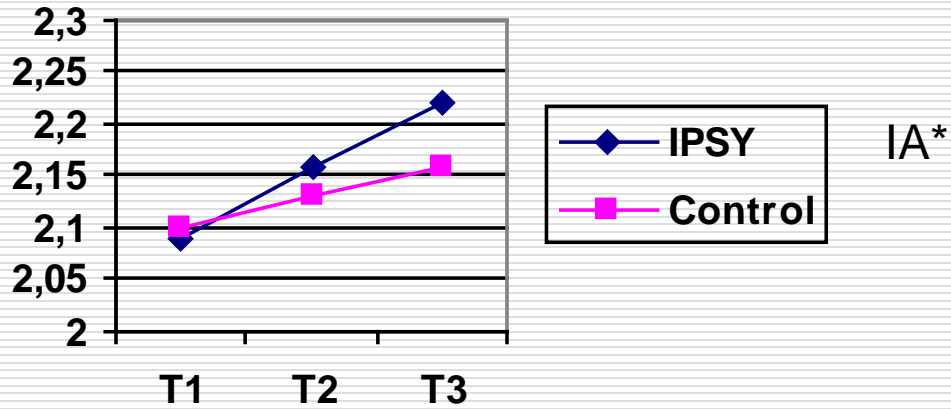
In dieser Woche habe ich sehr viel über  
ungesunde Sachen gelernt  
(z.B. Rauchen, Drogen, Alkohol)

Was hat Dir am besten gefallen?

Die Spiele, A.-Blätter und die  
Entspannungsübungen.



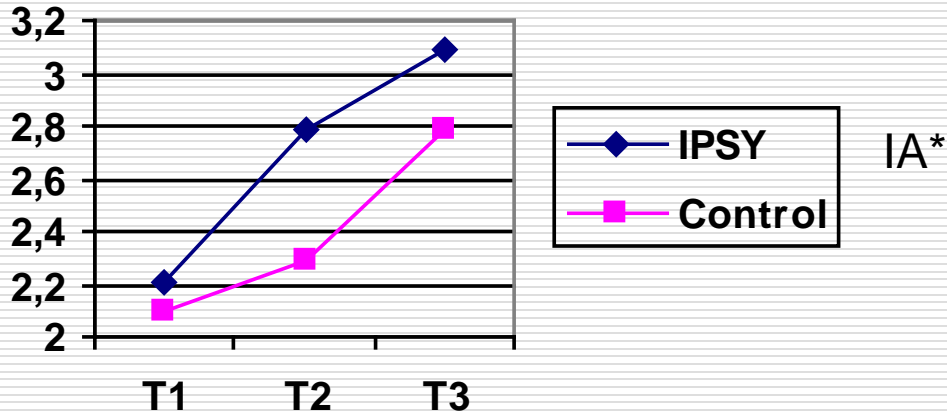
# Psychosoziale Ressourcen



□ Stärkerer Anstieg in Ressourcen in Versuchs- vs. Kontrollgruppe



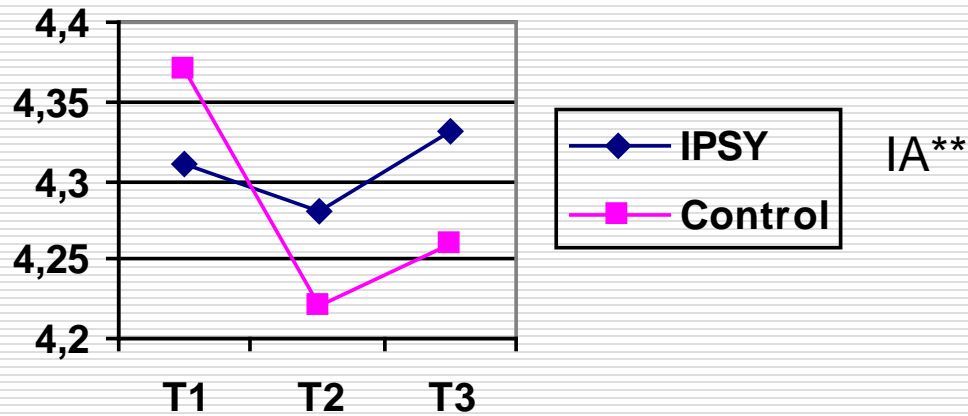
## Wissen Selbstsicherheit



- Mehr Zuwachs an Wissen in Versuchs- vs. Kontrollgruppe (ähnliche Befunde für Wissen über Kommunikation allgemein und Gruppenregeln)



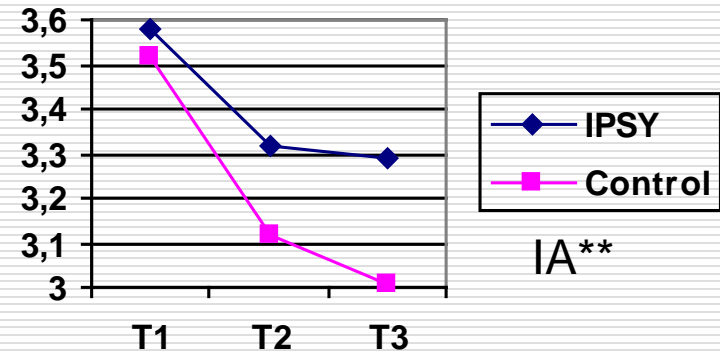
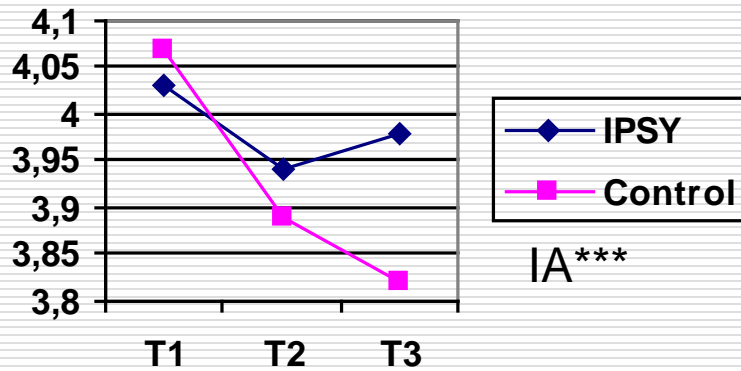
# Widerstand gegenüber dem Druck von Peers



- Weniger Abfall im Widerstand gegenüber Peerdruck in Versuchs- vs. Kontrollgruppe



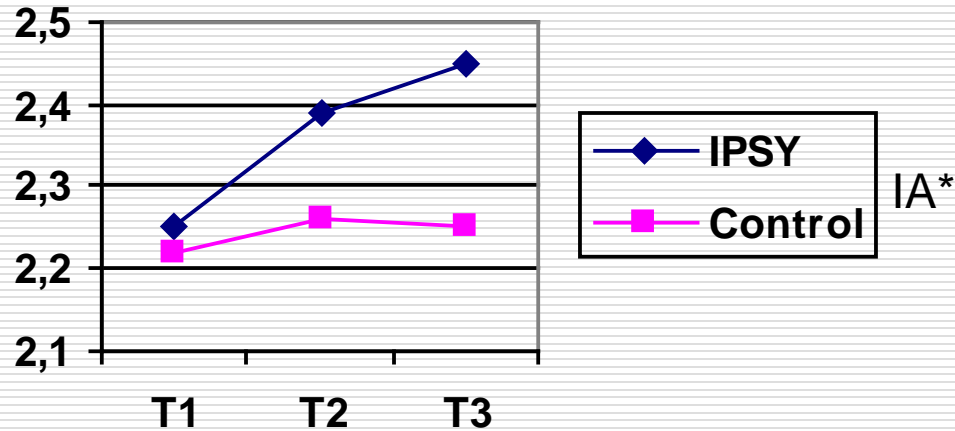
# Klassenklima und Schulbindung



- Geringerer Abfall in Klassenklima und Schulbindung in Versuchs- vs. Kontrollgruppe



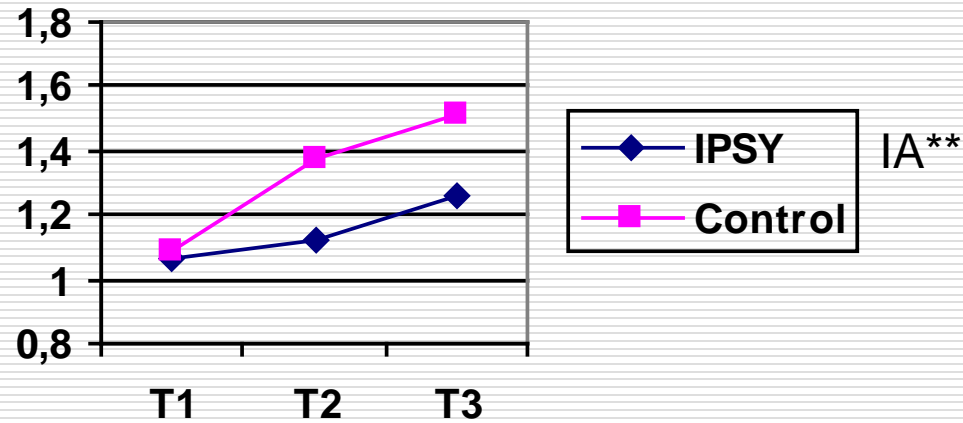
# Distanz zum zukünftigen Tabakkonsum



□ Anstieg in Distanz zum Rauchen in Versuchs- vs. Kontrollgruppe



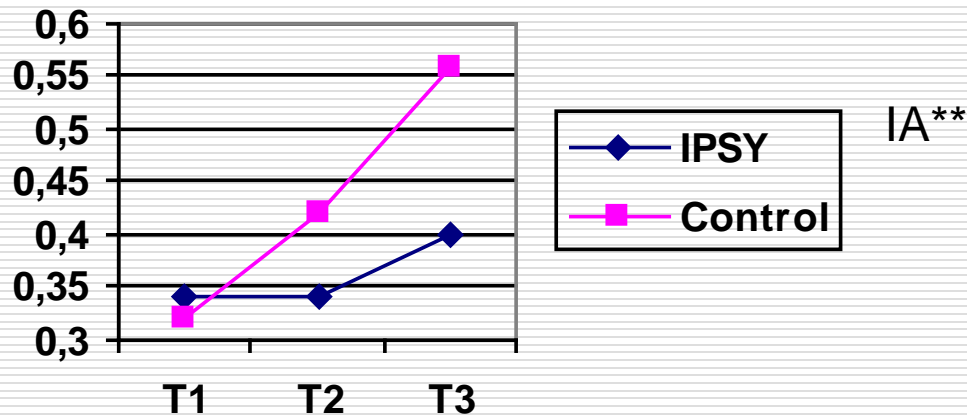
# Zukünftige Konsummenge Tabak



- Stärkerer Anstieg in erwartetem Tabak-Konsum in Kontroll- vs. versuchsgruppe



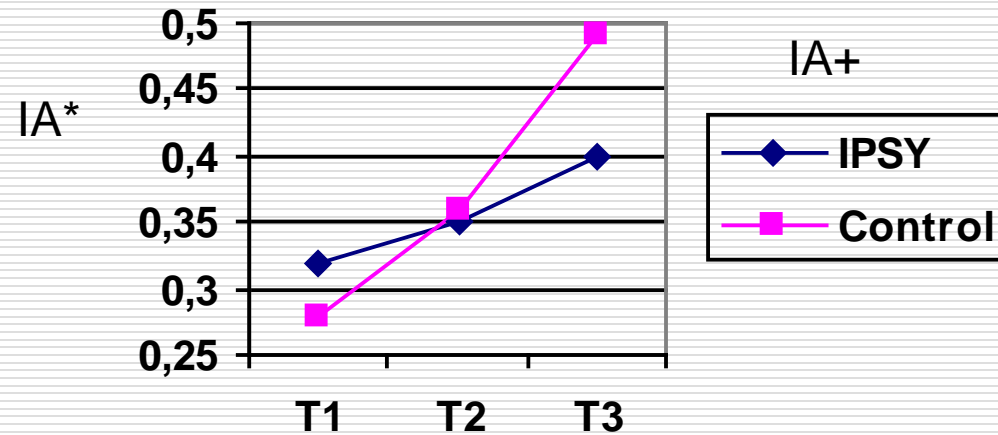
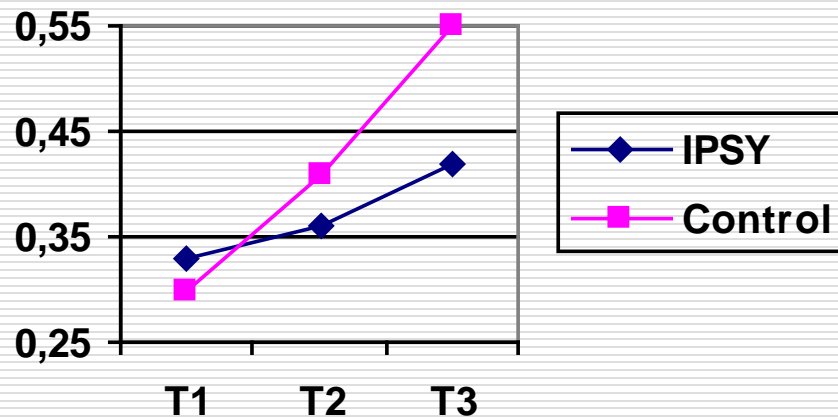
# Positive Einstellung zu regelmäßigem Konsum im folgenden Jahr



- Stärkerer Anstieg der positiven Einstellung zum regelmäßigen Konsum in Kontroll- vs. Versuchsgruppe



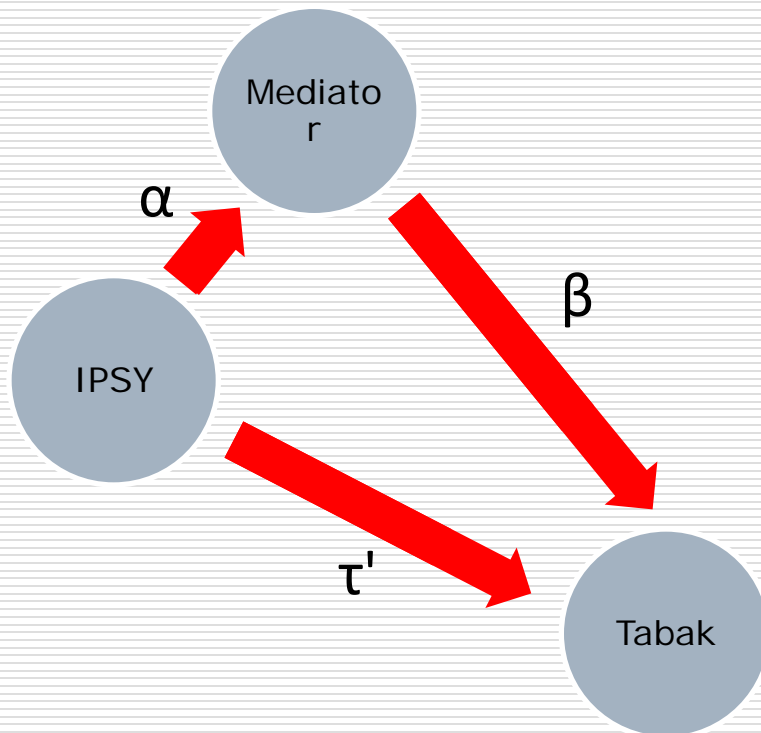
# Konsumfrequenz (30 Tage)



- Stärkerer Anstieg in der Konsumfrequenz (Wein und Bier) in Kontroll- vs. Versuchsgruppe (Konsumenten)
- Kein Effekte für Mixgetränke und Spirituosen



# Parallele Wachstumsmodelle



Gibt es eine Mediation ( $\alpha\beta$ ) „auf Kosten“ des direkten Zusammenhangs ( $\tau$ )?

Beispiel Tabakkonsum T5, Analyse von Mediatoren

# Ergebnisse



	Standfestigkeit in Gruppen	Wissen über Selbstsicherheit	Nachgeben bei Peerdruck	
$\alpha$	<b>.12</b>	<b>.11</b>	<b>-.14</b>	
$\beta$	.09	<b>-.28</b>	<b>.36</b>	
$\tau$	<b>-.10</b>	<b>-.05</b>	<b>-.04</b>	
$Y_1$	<b>-.08</b>	.03	.01	
$Y_2$	Gesteigerte Selbstsicherheit und geringeres Nachgeben gegenüber dem Druck von Peers infolge der Teilnahme an IPSY vermitteln den Programmeffekt auf den Verlauf im Tabakkonsum, nicht aber Standfestigkeit			
$Y_3$				
$Y_4$	<b>-.06</b>	<b>-.13</b>	<b>.30</b>	

# Kontakt zu IPSY

---

## □ Dr. Karina Weichold

Lehrstuhl für Entwicklungspsychologie

CADS – Center for Applied Developmental Science

Institut für Psychologie

Am Steiger 3 / Haus I

07743 Jena

[karina.weichold@uni-jena.de](mailto:karina.weichold@uni-jena.de)

03641 / 945221

---