



„Initiierte Abstinenz“

Ergebnisse der Evaluation einer
suchtpräventiven Verzichtübung an Schulen

Dr. Jens Kalke

Institut für Interdisziplinäre Sucht- und
Drogenforschung (ISD, Hamburg)



Gliederung des Vortrages

- Konsumverhalten der Schüler
- Vorstellung der Maßnahme
- Forschungsdesign
- Beteiligung an der Maßnahme
- Akzeptanz der Maßnahme
- Effekte der Maßnahme
- Fazit



1. Konsum- verhalten

Aktueller Konsum der Schüler

(Substanzen, 12- bis 19-jährige Schüler)

	aktueller Konsum in %	Anzahl Schüler insgesamt
Zigaretten	29 %	5.680
Alkohol	51 %	5.680
Cannabis	10 %	5.680
Ecstasy	1 %	5.680
Kokain*	2 %	2.858
Speed*	1 %	2.863
Bio-Drogen*	2 %	2.863
Lösungsmittel	3 %	5.670
Medikamente	8 %	5.647
Appetitzügler*	2 %	2.856

* = ausschließlich GS II



Aktueller Konsum der Schüler

(Unterhaltungsmedien, 12- bis 19-jährige Schüler)

	aktueller Gebrauch in %	Anzahl Schüler insgesamt
TV/Video	97%	5.662
PC-Spiele/Play-Station	66%	5.662
Surfen im Internet	58%	5.662

Zigarettenkonsum nach Alter

Alter in Jahren	12	13	14	15	16	17	18	19	Ge- samt
Anteil aktueller Rau- cher in %	3%	9%	21%	35%	35%	39%	47%	51%	29%
Anzahl der Tage, an denen im Monat ge- raucht wurde im Ø	n.n.	7,8	9,8	14,1	15,1	17,5	18,1	18,7	15,3
Anzahl	414	809	1017	807	838	786	693	316	5680

Alkoholkonsum nach Alter

Alter in Jahren	12	13	14	15	16	17	18	19	Ge- samt
Anteil Konsu- menten in %	7%	12%	29%	54%	70%	82%	83%	82%	51%
Anzahl der Ta- ge, an denen im Monat Alkohol getrunken wird im Ø	3,63	3,60	3,63	5,24	5,00	5,96	6,07	6,58	5,40
Anzahl	414	809	1017	807	838	786	693	316	5680

Cannabiskonsum nach Alter

Alter in Jahren	12	13	14	15	16	17	18	19	Gesamt
Anteil aktueller Cannabiskonsumenten in %	1%	1%	3%	9%	13%	16%	24%	20%	10%
Anzahl der Tage, an denen im Monat Cannabis konsumiert wurde im Ø	n.n.	n.n.	5,2	5,4	6,0	7,3	6,8	8,1	6,7
Anzahl	414	809	1017	807	838	786	693	316	5680

TV-Konsum nach Alter

Alter in Jahren	12	13	14	15	16	17	18	19	Ge- samt
Anteil TV-Konsumenten in %	94%	95%	96%	96%	99%	98%	98%	98%	97%
Anzahl der Stunden, an denen in der Woche fern gesehen wurde im Ø	7,1	8,1	8,6	9,7	9,9	9,7	9,4	9,4	9,1
Anzahl	414	809	1016	805	832	779	693	314	5662

PC-Spiele nach Alter

Alter in Jahren	12	13	14	15	16	17	18	19	Ge- samt
Anteil PC-Spieler in %	76%	77%	75%	71%	62%	57%	50%	50%	66%
Anzahl der Stun- den, an denen in der Woche mit dem PC gespielt wurde im Ø	6,9	7,4	7,7	8,3	7,5	7,3	6,8	7,2	7,5
Anzahl	414	809	1016	805	832	779	693	314	5662

Gesundheitliche Gründe für und gegen den Konsum von Tabak, Alkohol und Cannabis

(N=2.871)

Gesundheitliche Aspekte	Tabak	Alkohol	Cannabis
<i>Nicht-Konsumenten</i>			
Gesundheitsschädigung	90 %	74 %	84 %
Abhängigkeit möglich	62 %	48 %	75 %
<i>Aktuelle Konsumenten</i>			
kann nicht verzichten	50 %	8 %	15 %
kein Risiko	25 %	50 %	54 %

Eigene Erfahrungen als Gründe für und gegen den Konsum von Tabak, Alkohol und Cannabis

(N=2.871)

Eigene Erfahrungen	Tabak	Alkohol	Cannabis
<i>Nicht-Konsumenten</i>			
bringt persönlich nichts	93 %	84 %	88 %
schlechte Erfahrungen	17 %	24 %	17 %
<i>Aktuelle Konsumenten</i>			
bei Stress	67 %	14 %	34 %
mag Rauscherlebnis		47 %	82 %
angenehm	77 %	67 %	90 %

Freunde/Partner als Gründe für und gegen den Konsum von Tabak, Alkohol und Cannabis

(N=2.871)

	Tabak	Alkohol	Cannabis
<i>Nicht-Konsumenten</i>			
Freunde auch nicht	30 %	23 %	56 %
Partner mag es nicht	43 %	27 %	62 %
<i>Aktuelle Konsumenten</i>			
Freunde auch	60 %	71 %	76 %
Partner auch	41 %	47 %	45 %



2. Maßnahme



Der Baustein „Initiierte Abstinenz“

- Gläserne Schule ist ein suchtpreventives Rahmenprogramm
- Besonderheit: anonyme Klassenbefragung („Konsumprofil“)
- Initiierte Abstinenz (IA) ist ein Baustein der Gläsernen Schule
- Bei der IA handelt es sich um eine zweiwöchige Verzichtübung



Lerntheoretischer Ansatz der „Initiierten Abstinenz“

- durch bewusstes Verzichterlebnis im Kindes- und Jugendalter einen kontrollierten und gesundheitsbewussten Umgang mit Sucht- und Genussmittel erlernen
- Soziale Lerntheorie, Theorie der Selbstwirksamkeit (Bandura)

Typologische Einordnung der „Initiierten Abstinenz“

- IA = **Selbsterfahrungsübung**

Andere Ansätze, u.a.:

- Informationsveranstaltungen
- Lebenskompetenzprogramme
- Standfestigkeitstraining
- Erlebnispädagogik
- Safer-Use-Programme



Ablauf der Maßnahme

- Befragung
- Vermutungsbogen
- Vorstellung des Klassenprofils
- Übung: „Gründe-Wirkungen-Folgen“
- **Zweiwöchiger Verzicht**
- Abschlussgespräch



Verzichtsgegenstände

- TV, Videos, DVDs
- PC-Spiele, Play-Station, Game-Boy
- Surfen im Internet
- SMS senden
- Zigaretten
- Alkohol
- Cannabis
- Ecstasy
- „Bio-Drogen“
- Medikamente zur Beruhigung oder Ermunterung

(bis zu zwei konnte jeder Schüler auswählen)



Verzichtsoptionen

vollständiger Verzicht

oder

Gebrauch einschränken



3. Forschungs- design



Laufzeit und beteiligte Länder

- Laufzeit: 01.09.2002 – 12.03.2004
- Beteiligte Länder (Regionen):
 - Südtirol (I)
 - Deutsch-dänisches Grenzgebiet (D)
 - Innsbruck und Umgebung (A)
 - Eupen und Umgebung (B)



Sprachkreise, Zielgruppe und Schultypen

- Beteiligte Sprachkreise:
 - deutsch (I, D, A, B)
 - italienisch (I)
 - französisch (B)
 - dänisch (D)
- Zielgruppe: Schüler im Alter zwischen 15 und 19 Jahren
- Schultypen: Gymnasien und Berufsschulen



Fragestellung

- Wirkt die IA auch bei älteren Schülern und welchen Einfluss hat der Schultyp, das Land und der Sprachkreis?

(bei 11-14jährigen Schülern positive Konsumeffekte festgestellt, GS I)

Ablauf der Schüler-Befragungen

	Experimental- klasse	Kontrollklasse
Eingangsbefragung (4 Wochen vor dem Unterrichtsprogramm)	Ja	Ja
Unterrichtsprogramm „Initiierte Abstinenz“ (über 2 Wochen)	Ja	Nein
Nachbefragung (direkt nach dem Unterrichtsprogramm)	Ja	Nein
Abschlussbefragung (12 Wochen nach dem Unterrichtsprogramm)	Ja	Ja
Außerdem: Befragung der Lehrer (12 Wochen nach dem Unterrichtsprogramm)	Ja	Nein

Untersuchungsgruppen: Anteil wiedererreichter Schüler

	Deutsch- land (Grenzge- biet Däne- mark)	Italien	Belgien	Österreich	Insgesamt
Experimentalgruppe					
Eingangsbefragung	368	540	553	439	1900
Panel-Erhebung	275	365	449	367	1456
Anteil wieder er- reichter Schüler	75 %	68 %	81 %	84 %	77 %
Kontrollgruppe					
Eingangsbefragung	127	166	126	149	568
Panel-Erhebung	98	124	108	128	458
Anteil wieder er- reichter Schüler	77 %	75 %	86 %	86 %	81 %



4. Beteiligung

Von den Schülern gewählte Vertragsgegenstände (N=1.456)

Vertragsgegenstände	Anzahl Vertrags-schließender	Anteil an den aktu-ell Konsumierenden
Fernsehen	443	31 %
PC-Spiele	250	31 %
Internet	210	28 %
SMS	329	26 %
Zigaretten	252	47 %
Alkohol	290	26 %
Cannabis	51	24 %
Ecstasy	4	25 %
Bio-Drogen	5	28 %
Medikamente	12	11 %

Vertragsgegenstände der Schüler nach ihrem Konsumverhalten (N=1.456)

Vertragsgegenstände	Ausgangsniveau mit Vertrag	Ausgangsniveau ohne Vertrag	Signifikanz
Fernsehen (Std./Woche)	10,6	10,6	n.s.
PC-Spiele (Std./Woche)	8,9	7,3	**
Internet (Std./Woche)	7,6	6,5	*
SMS (Anzahl/Woche)	31,8	25,8	**
Zigaretten (Umfang: Stück/Monat)	179,6	132,3	***
Alkohol (Umfang: Gläser/Monat)	28,8	22,3	**
Cannabis (Frequenz: Tage/Monat)	8,4	6,6	n.s.

Art des Verzichtes der Schüler

(N=1.456)

Vertragsgegenstände	Vertragsinhalt: ganz verzichten		Vertragsinhalt: teilweise verzichten	
Fernsehen	16 %		84 %	
PC-Spiele	41 %		59 %	
Internet	22 %		78 %	
SMS	25 %		75 %	
Zigaretten	27 %		73 %	
Alkohol	49 %		51 %	
Cannabis	41 %		59 %	
Ecstasy	50 %		50 %	
Bio-Drogen	60 %		40 %	
Medikamente	67 %		33 %	

Gründe des Verzichts der Schüler

(Mehrfachnennungen, N=1.456)

Gründe	Männer	Frauen	Insgesamt
Experimenteller Verzicht	64 %	72 %	68 %
Problemorientierter Verzicht	61 %	68 %	65 %
Gesundheitliche Gründe	24 %	23 %	22 %
Erneuter, wiederholter Verzicht	12 %	14 %	13 %
Peer-Group-Orientierung	10 %	8 %	9 %
Ablehnung durch Partner/Eltern	11 %	7 %	9 %

Einhaltung der Verzichtvereinbarung (N=1.456)

Vertragsgegenstände	Vertrag: ganz/teilweise erfüllt	Vertrag: nicht erfüllt
Fernsehen	53 %	47 %
PC-Spiele	70 %	30 %
Internet	51 %	49 %
SMS	68 %	32 %
Zigaretten	52 %	48 %
Alkohol	53 %	47 %
Cannabis	51 %	49 %
Ecstasy	75 %	25 %
Bio-Drogen	60 %	40 %
Medikamente	75 %	25 %

Einhalten der Verzichtvereinbarung nach Konsumverhalten vor Beginn der Maßnahme (N=1.456)

Vertragsgegenstände	Vertrag ganz/teilweise erfüllt	Vertrag nicht erfüllt	Signifikanz
Fernsehen (Std./Woche)	13,8	7,0	***
PC-Spiele (Std./Woche)	9,8	6,6	**
Internet (Std./Woche)	10,7	4,3	***
SMS (Anzahl/Woche)	34,0	26,5	*
Zigaretten (Umfang: Stück/Monat)	191,5	167,1	n.s.
Alkohol (Umfang: Gläser/Monat)	35,6	21,2	**
Cannabis (Frequenz: Tage/Monat)	9,3	7,5	n.s.
Ecstasy (Frequenz: Tage/Monat)	9,5	1,5	n.s.
Bio-Drogen (Frequenz: Tage/Monat)	10,3	1,5	n.s.
Medikamente (Frequenz: Tage/Monat)	5,2	1,5	n.s.

Subjektive Beurteilung der Verzichtsphase durch die Schüler (N=1.391)

Wohlbefinden am Ende des Verzichts	3 % (schlecht)	37 % (gemischt)	60 % (prima)
Verzichtserlebnis im Verlauf	15 % (immer schwerer)	60 % (konstant)	26 % (immer leichter)



6. Akzeptanz

Bewertung der Gesamtmaßnahme durch die Lehrer (N=69)

	Bewertung (Durchschnitt)	Bewertung (Anteil „2 und besser“)
Idee	1,8	86 %
Inhalte	2,4	68 %
Strukturierung	2,6	49 %
Durchführbarkeit	2,8	45 %
N	69	69

Nutzen der Maßnahme - Beurteilung durch die Lehrer (MF, N=70)

	Anteil
Sensibilisierung Konsumverhalten	80 %
Lernen zu verzichten	73 %
Erhalt Informationen Konsumverhalten	72 %
Förderung Persönlichkeit	57 %
Schüler besser kennen gelernt	41 %
Aufklärung Suchtmittel	37 %
Veränderung Konsumgewohnheiten	36 %
Positive Auswirkungen Klassenklima	35 %
Möglichkeit frühzeitiger Hilfestellung	27 %
N	70

Maßnahme in der Klasse wiederholen?

– Antworten der Lehrer (N=70)

Wiederholen?	Anteil
Ja	73 %
Nein	11 %
Weiß nicht	16 %
N	70

Positiver Nutzen der Maßnahme aus Sicht der Schüler (MF, N=1.465)

	Direkt nach Maßnahme	12 Wo. nach Maßnahme
Neue Informationen	38 %	55 %
Zum Nachdenken über mein Verhalten angeregt	44 %	51 %
Spannender Unterricht/neue Erfahrung	40 %	50 %
Mit Freunden/zu Hause offener über Konsumverhalten geredet	11 %	21 %
Verbesserung Klassenklima/ Verhältnis zum Lehrer besser	7 %	12 %
Gar nichts	24 %	21 %

Bereitschaft der Schüler zum nochmaligen Verzicht (MF, N=1.465)

	Direkt nach Maßnahme	12 Wochen nach Maß- nahme	davon: erneut mit „ja“ ge- antwortet
Ganz bestimmt/ Wahrscheinlich	66 %	64 %	79 %
Unsicher	16 %	12 %	32 %
Unwahrscheinlich/ Bestimmt nicht	18 %	24 %	42 %

Mit wem die Schüler einen Verzicht wiederholen würden (MF, N=883)

	Anteil
Freunden/Freundinnen	59 %
Alleine	49 %
Klasse	29 %
Partner/Partnerin	27 %
Geschwister	23 %
Eltern	21 %
Bekannten	10 %



6. Effekte

Konsumreduktion der Schüler mit und ohne Verzichtvereinbarung während der Verzichtsphase (N=1.456)

Verzichtsgegenstände	Reduktion mit Vertrag	Reduktion ohne Vertrag	Keine Reduktion mit Vertrag	Keine Reduktion ohne Vertrag	Gesamteffekt
Fernsehen	16 %	21 %	15 %	48 %	37 %
PC-Spiele	22 %	37 %	9 %	33 %	59 %
Internet	15 %	25 %	13 %	47 %	40 %
SMS	18 %	44 %	8 %	31 %	62 %
Zigaretten	24 %	20 %	23 %	33 %	44 %
Alkohol	14 %	31 %	12 %	43 %	45 %
Cannabis	12 %	40 %	12 %	36 %	52 %
Ecstasy	19 %	56 %	6 %	19 %	75 %
Bio-Drogen	17 %	61 %	11 %	11 %	78 %
Medikamente	8 %	72 %	3 %	17 %	80 %

Ausgangskonsum der Schüler differenziert nach Vertragssituation und Verzichtserfolg (N=1.456)

Verzichtsgegenstände	Reduktion mit Vertrag	Reduktion ohne Vertrag	Keine Reduktion mit Vertrag	Keine Reduktion ohne Vertrag	Signifikanz
Fernsehen (Std./Woche)	13,8	14,2	7,0	8,9	***
PC-Spiele (Std./Woche)	9,8	8,2	6,6	6,3	***
Internet (Std./Woche)	10,1	9,0	4,8	5,1	***
SMS (Anzahl/Woche)	34,5	30,5	26,0	19,1	***
Zigaretten (Umfang: Stück/Monat)	191,5	118,3	167,1	140,6	***
Alkohol (Umfang: Gläser/Monat)	35,6	27,7	21,2	18,6	***
Cannabis (Frequenz: Tage/Monat)	9,3	7,2	7,5	5,9	n.s.
Ecstasy (Frequenz: Tage/Monat)	9,5	7,8	1,5	2,3	n.s.
Bio-Drogen (Frequenz: Tage/Monat)	10,3	5,0	1,5	1,5	n.s.
Medika. (Frequenz: Tage/Monat)	5,2	5,0	1,5	4,8	n.s.

Anzahl der Verzichtsgegenstände (Konsumreduktion mit oder ohne Vertrag)

Anzahl der Verzichtsgegenstände	Anzahl der Schüler	Anteil der Schüler
0	152	10 %
1	356	25 %
2	395	27 %
3	304	21 %
4	165	11 %
5	62	4 %
6	17	1 %
7	5	0 %
Insgesamt	1456	100 %

Konsumsituation der erfolgreichen „Verzichter“ nach 3 Monaten (N=1.456)

	Verzichter mit Vertrag	Verzichter ohne Vertrag
Fernsehen (Std./Woche)	-4,5	-5,3
PC-Spiele (Std./Woche)	-3,1	-3,9
Internet (Std./Woche)	-3,5	-3,0
SMS (Anzahl/Woche)	-11,3	-11,7
Zigaretten (Stück/Monat)	-29,7	-36,7
Alkohol (Gläser/Monat)	-15,6	-8,4
Cannabis (Tage/Monat)	-4,8	-4,0

Konsumsituation der erfolgreichen und nicht-erfolgreichen „Verzichter“ nach 3 Monaten (N=1.456)

	Erfolgreiche Reduktion mit/ohne Vertrag	Keine Reduktion
Fernsehen (Std./Woche)	-5,0	1,0
PC-Spiele (Std./Woche)	-3,6	0,4
Internet (Std./Woche)	-3,2	1,1
SMS (Anzahl/Woche)	-11,6	4,6
Zigaretten (Stück/Monat)	-32,8	39,4
Alkohol (Gläser/Monat)	-10,5	6,4
Cannabis (Tage/Monat)	-4,2	2,7

Konsumsituation der erfolgreichen „Verzichter“ und der Kontrollgruppe nach 3 Monaten (N=1.456)

	Erfolgreiche Reduk- tion mit/ohne Ver- trag	Kontrollgruppe
Fernsehen (Std./Woche)	-5,0	-1,6
PC-Spiele (Std./Woche)	-3,6	-1,4
Internet (Std./Woche)	-3,2	-0,3
SMS (Anzahl/Woche)	-11,6	-2,5
Zigaretten (Stück/Monat)	-32,8	23,4
Alkohol (Gläser/Monat)	-10,5	1,9
Cannabis (Tage/Monat)	-4,2	-1,5

Konsumsituation aller „Verzichter“ und der Kontrollgruppe nach 3 Monaten (N=1.456)

	Alle Verzichter mit/ohne Vertrag	Kontrollgruppe
Fernsehen (Std./Woche)	-3,2	-1,6
PC-Spiele (Std./Woche)	-3,0	-1,4
Internet (Std./Woche)	-2,0	-0,3
SMS (Anzahl/Woche)	-10,0	-2,5
Zigaretten (Stück/Monat)	-5,4	23,4
Alkohol (Gläser/Monat)	-6,1	1,9
Cannabis (Tage/Monat)	-2,9	-1,5



7. Fazit



Zusammenfassung I

- Neun von zehn Schülern hatten ein positives Verzichtserlebnis, d.h. bezüglich der vorgegebenen Verzichtsgegenstände wurde zumindest ein Verzicht durchgehalten.
- Bei der Verzichtübung gibt es über die Einhaltung der „offiziellen“ Verpflichtung hinaus übergreifende Effekte: Der tatsächliche Konsumverzicht der Schüler umfasst mehr als sie gegenüber Dritten vereinbart haben.



Zusammenfassung II

- Die Schüler machen es sich nicht leicht mit der Auswahl der Verzichtsgegenstände. Sie wählen tendenziell die aus, die sie intensiv konsumieren, und nicht diejenigen, die sie eher sporadisch nutzen.
- Ein gelungener Verzicht führt zu einer überproportionalen und nachhaltigen Reduzierung des Konsums (3-4 Monate später).



Zusammenfassung III

- Das gilt sowohl für die „offiziell“ Verzichtenden als auch für die diejenigen Schüler, die ohne Verzichtsvereinbarung auf die entsprechende Substanz (Medium) verzichten.
- Auch der Vergleich mit den Kontrollklassen zeigt, dass es zu einer überproportionalen und nachhaltigen Reduzierung des Konsums kommt.



Zusammenfassung IV

- Insgesamt kann festgestellt werden, dass die „Initiierte Abstinenz“ für die 15- bis 19-jährigen Schüler von Berufsschulen und Gymnasien als suchtpreventive Maßnahme geeignet ist. Das gilt für alle beteiligten Länder und Sprachkreise.
- Ein solches Präventionskonzept, das auf konkreter Selbsterfahrung (Selbstwirksamkeit) basiert, stellt eine effektive Bereicherung schulischer Suchtprävention dar.