

Abschlussbericht

Pretest: Kurzinterventionen bei rauschtrinkenden BerufsschülerInnen am
Berufsbildungszentrum Uster

August 2007

Projektgruppe:

Urs Ambauen, Blaues Kreuz Zürich (Kurzintervention)

Erika Haltiner, Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs

Kathrin Marmet, Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland (Kurzintervention, Abschlussbericht)

Urs Rohr, Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich

Vigeli Venzin, Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung Zürich

Beteiligte Schulen:

Kaufmännische Berufsschule Uster, Kontaktlehrperson Regula Trüeb

Gewerblich-Industrielle Berufsschule Uster, Kontaktlehrperson Vera Inderbitzin

Wir danken den Lehrkräften und SchülerInnen für ihre Mitarbeit und Teilnahme an den
Gesprächen.

Zusammenfassung

Das vorliegende Projekt beschreibt die Resultate einer Kurzintervention bei 24 rauschtrinkenden 17-jährigen BerufsschülerInnen.

Massnahme: Die durchgeführte Massnahme war zweistufig und bestand aus einem Screeningprozess und der eigentlichen Kurzintervention. Die Identifizierung der SchülerInnen, bei denen die Kurzinterventionen durchgeführt werden sollten, erfolgte mit einem Fragebogen zu Häufigkeit und Menge des Alkoholkonsums/Rauschtrinkens, einem CUGE-Test und Fragen zur Veränderungsabsicht, Entscheidungsbalance und Selbstwirksamkeit.

Bei den Kurzinterventionen handelte es sich um Gespräche von 90 Minuten in einer Kleingruppe. Die SchülerInnen sprachen über ihren Alkoholkonsum und wurden motiviert eine Verhaltensänderung bezüglich des Rauschtrinkens vorzunehmen.

Ergebnisse: Die BerufsschülerInnen haben ihr Rauschtrinken nach der 2. Befragung um durchschnittlich 0.8 Trinkgelegenheiten im letzten Monat reduziert (Ausgangswert 3). Das entspricht einer Senkung von 27%. Besonders profitiert haben von der Intervention diejenigen SchülerInnen, deren Konsum bei über 15 Standarddrinks pro Woche und mindestens 3-4-maligem Rauschtrinken im letzten Monat lag. Dort ergab die zweite Befragung eine Verminderung von 43% der Gelegenheiten mit Rauschtrinken im letzten Monat.

Es hat sich gezeigt, dass die Berufsschule sich als Ort für eine Kurzintervention gut eignet. Die SchülerInnen füllten die Fragebogen wahrheitsgemäss aus und nahmen auf Empfehlung der Gesprächsleitenden mit einer Ausnahme freiwillig an den Kleingruppengesprächen teil. Der Leitfaden für die Kurzintervention konnte neu gegliedert und aufgrund der Erfahrungen der Intervention in Kleingruppen inhaltlich differenziert werden.

Schlussfolgerungen:

Die Kurzinterventionen bezüglich Rauschtrinkens im Setting Berufsschule können für weitere Projekte empfohlen werden. Die Wirkung der Kurzinterventionen bei SchülerInnen sollte innerhalb eines grösseren Projektes überprüft werden. Es ist sinnvoll, die Intervention nur noch bei mindestens episodisch Risikokonsumierenden (2-maliges Rauschtrinken im letzten Monat) SchülerInnen durchzuführen. Dabei sollten die Interventionen in möglichst homogenen Gruppen in Bezug auf den Alkoholkonsum pro Woche und das Rauschtrinken stattfinden. Zusätzliche Massnahmen für psychisch belastete Jugendliche oder Jugendliche, die auch nach der Intervention einen hohen Alkoholkonsum angaben, sollten in Betracht gezogen werden. Schliesslich wäre ein Vergleich mit anderen kurzen Massnahmen, wie z.B. einer schriftlichen Rückmeldung auf den Fragebogen, sinnvoll.

Ausgangslage/Bedarfsnachweis

Rauschtrinken bei Jugendlichen hat in den letzten Jahren in der Schweiz stetig zugenommen. Gemäss der ESPAD-Studie (European School Survey Projekt on Alcohol an Other Drugs, Gmel et al., 2004) 2003 tranken über 40% der Jugendlichen mit 16 Jahren im letzten Monat mindestens einmal 5 und mehr Standarddrinks pro Trinkgelegenheit. Eine Studie zu Alkohol-Intoxikationen bei in Schweizer Spitäler eingelieferten Jugendlichen und jungen Erwachsenen hält fest, dass die Intoxikationen ab einem Alter von 14 Jahren sprunghaft ansteigen und dass ab dem Alter von 20 Jahren die Diagnose „Alkoholabhängigkeit“ ansteigt. Dies wird von den Autoren dahingehend interpretiert, als dass einige Jugendliche in der Schweiz schon sehr früh mit starkem Alkoholkonsum beginnen, da man davon ausgeht, dass sich eine Abhängigkeit erst nach etwa 10-15 Jahren starken Alkoholkonsums entwickelt (Gmel & Kuntsche, 2007).

Die ESPAD-Studie weist in ihren Empfehlungen darauf hin, dass sich im Bereich der personenorientierten Prävention bei Erwachsenen Kurzinterventionen als wirksam erwiesen haben. Diese Strategie bedürfe jedoch einer genauen Identifikation der Zielgruppe. Im Weiteren werden verschiedene Risikoindikatoren genannt wie Unfälle, Verwicklung in Gewaltakte usw. Es werden in diesem Zusammenhang die supra-f Projekte des Bundes erwähnt. Im vorliegenden Projekt wird die Zielgruppe nicht über Risikoindikatoren gefunden, sondern mit Hilfe einer Befragung im Rahmen der Schule. Der Vorteil dabei ist die relativ einfache Erreichbarkeit der Zielgruppe.

Kurzbeschreibung des Projekts

Die indizierte Präventionsmassnahme „Kurzinterventionen bei rauschtrinkenden BerufsschülerInnen“ war eingebettet in eine Massnahme zur universellen Prävention mit dem Schwerpunkt Rauschtrinken. Die SchülerInnen von vier ersten Klassen der Kaufmännischen und Gewerblich-industriellen Berufsschule Uster füllten einen Fragebogen zum Thema Alkoholkonsum/Rauschtrinken aus (Fragebogen s. Anhang). In Kleingruppen mit ähnlichem Konsum trafen sich die rauschtrinkenden BerufsschülerInnen etwa zwei Monate später zum Gespräch mit Beratungs- und Präventionsfachleuten. Im Folgenden die Übersicht zu den verschiedenen universellen und indizierten Präventionsmassnahmen des Projektes:

	Universelle Prävention	Indizierte Prävention
1. Morgen	4 Lektionen durchgeführt durch die Lehrkraft anhand der Ausstellung „Menschen wie wir“	Ausfüllen des Fragebogens zum Alkoholkonsum
2. Morgen	2 Lektionen gestaltet durch die Lehrkraft für SchülerInnen ohne Rauschtrinken (Thema offen)	Kleingruppengespräche für Rauschtrinkende durch Beratungs- und Präventionsfachkräfte

Drei Monate später füllten diejenigen SchülerInnen, die an den Gesprächen teilgenommen hatten, einen weiteren Fragebogen zur Wirkungsevaluation aus. Der zweite Fragebogen war mit dem ersten identisch, ausser dass die Fragen des CAGE-Tests (Test zur Ermittlung einer Alkoholproblematik) weggelassen wurden. Die theoretische Basis der Befragung und der Kurzintervention beruht auf den Konzepten des Transtheoretischen Modells (TTM) nach Prochaska & DiClemente (1994) sowie auf der motivierenden Gesprächsführung nach Miller & Rollnick (1999).

Zielgruppe

Die Zielgruppe der Intervention waren rauschtrinkende Schülerinnen und Schüler. Das Kriterium „Rauschtrinken“ ist erfüllt, wenn mindestens einmal innerhalb der letzten 30 Tage 5 oder mehr Getränke bei einer Gelegenheit konsumiert worden sind.

Die Kurzintervention fokussiert auf das Rauschtrinken. Allerdings werden auch SchülerInnen in die Interventionsgruppe aufgenommen, die habituellen Risikokonsum aufweisen (mehr als 2 Drinks pro Tag bei Frauen; mehr als 3 Drinks pro Tag bei Männern) oder wenn sie beim CUGE-Test (Abwandlung des CAGE-Tests, der bei Studenten dadurch eine wesentlich höhere Sensitivität ergab) mindestens eine Frage positiv beantworten.

Beurteilung der Zielerreichung

Ziel 1

Das im Konzept aufgeführte Wirkungsziel bezüglich Rauschtrinkenden lautete:

1. Rauschtrinkende BerufsschülerInnen verändern ihre Einstellung im Durchschnitt um 15 Punkte bezüglich Entscheidungsbalance und Selbstwirksamkeit (Transtheoretisches Modell nach Prochaska & DiClemente) in Richtung einer Reduktion der Trinkgelegenheiten mit Rauschtrinken.

Im Weiteren wurde ausgewertet, ob bei den SchülerInnen eine Absichtsveränderung vorliegt und ob Konsumveränderungen bezüglich durchschnittlichem Alkoholkonsum pro Woche sowie Rauschtrinken stattgefunden haben.

Die Evaluationsfrage zu Ziel 1 lautete: Gibt es Hinweise einer Wirkung in Richtung Ziel? Der Indikator für Ziel 1 sind die ausgewerteten Fragebögen. 24 Datensätze, der 28 SchülerInnen, die an der Intervention teilnahmen, wurden ausgewertet. Eine Person wurde ausgeschlossen, weil kein Rauschtrinken vorhanden war. Drei Jugendliche waren bei der zweiten Datenerhebung nicht mehr erreichbar.

Veränderung der Einstellung

Um die Veränderung der Einstellung zu messen, wurden die Fragen acht und neun zur Entscheidungsbalance und Selbstwirksamkeit und die Frage fünf zur Stufe der Veränderungsabsicht ausgewertet. Das Ziel der Einstellungsveränderung um 15 Punkte bezüglich Entscheidungsbalance/Selbstwirksamkeit wurde nicht erreicht. Die Veränderung betrug lediglich durchschnittlich zwei Punkte pro Person (s. Auswertung Gesamt: rot eingefärbte Kolonne). Bei der Absichtsstufe ergab sich eine Veränderung von 0.7 Stufen pro Person in Richtung einer Reduktion des Alkoholtrinkens (Möchten Sie Ihre Trinkgewohnheiten ändern, so dass Sie zu bestimmten Zeiten weniger oder gar nicht mehr trinken?).

Veränderung des Verhaltens

Der durchschnittliche Konsum pro Woche betrug fast fünf Standarddrinks weniger als im Monat vor der Intervention. Vier SchülerInnen senkten ihren Konsum sogar um 10 Standarddrinks und mehr pro Woche. Das Rauschtrinken war im Monat vor der 2. Befragung durchschnittlich um 0.8 Trinkgelegenheiten weniger geworden (Ausgangswert: 3-maliges Rauschtrinken). Dies entspricht einer Senkung des Rauschtrinkens von 27%. Die Antwortkategorien der Frage drei bezüglich der Häufigkeit des Rauschtrinkens waren gegen oben offen (5 und mehr), so dass möglicherweise eine höhere Senkung des Rauschtrinkens vorliegt.

Speziell angeschaut wurden die Konsumsenkungen nochmals bei den Personen, die einen Konsum von 15 Standarddrinks und mehr pro Woche sowie mindestens 3-4-maliges Rauschtrinken im letzten Monat aufwiesen (blau eingefärbte Kolonne). Zu dieser Gruppe gehörten acht Jugendliche. Hier ergab sich eine durchschnittliche Senkung des Konsums von 8.2 Standarddrinks pro Woche und eine Reduktion der Trinkgelegenheiten mit Rauschtrinken im letzten Monat von 1.9 (Ausgangswert 4.4). Das entspricht einer Senkung von 43.2 Prozent.

Auswertung GIBU

Nummer, Geschlecht	1m	2m	3m	4m	5m	6m	7m	8m	9m	10m	11m	Total GIB/ pro Person
Alter	17	17	16	16	17	17	16	16	18	18	18	16.9
Wochenkonsum im letzten Monat* (vorher)	-10.5 (16.5)	-6 (16)	-2 (13)	+2 (39)	-8 (12)	+2 (7)	-3 (7)	-9 (30)	-33 (48)	-10 (10)	-2 (2)	-79.5 / -7.2 p.P.
Rauschtrinken im letzten Mt	-3.5	-1.5	-1.5	k.V.	-2.5	+1.5	-1	k.V.	-3	+1	-1	-11.5 / -1.0 p.P.
Absichtsstufe	+2	k.V.	+2	-1	+2	k.V.	k.V.	+3	k.V.	k.V.	k.V.	+8 / +0.7 p.P.
Entscheidungsbalance/Selbstwirksamkeit	+21	-6	+2.5	+5	+33	-1	-2	+9	-5	+3	+6	+65.5 / +6.0 p.P.

Auswertung KV

Nummer, Geschlecht	12 w	13 m	14 w	15 w	16 m	17 m	18 m	19 w	20 w	21 w	22 m	23 m	24 m	Total KV/ p.P.
Alter	18	18	20	19	16	17	17	16	16	16	16	16	16	17
Wochenkonsum im letzten Mt* (vorher)	k.V. (16)	-3 (6)	- (9)	-2 (9)	-16 (20)	+1 (12)	-3 (24)	+1 (3)	+2 (0)	+0.5 (3)	-3 (9)	-3 (6)	-6 (17)	-31.5 / -2.6 p.P.
Rauschr. im letzten Monat	k.V.	-5	+3	k.V.	-2	+1.5	-3	-1	-1	-2	+1.5	+4	-4	-8 / -0.6 p.P.
Absichtsstufe	+1	+3	+1	k.V.	k.V.	+1	k.V.	-1	k.V.	k.V.	+1	+2	k.V.	+8 / 0.6 p.P.
Entscheid.-balance/Selbstwirksamkeit	-	+8	-6	-10	+16	-15	-10	+1	+20	-4	+15	-16	-20	-21 / -1.6 p.P.

Auswertung Gesamt

	Total GIB & KV Gesamt/pro Person	„Gruppe 15 SD & 3-4x RT“ Gesamt/p.P.
Alter	17	
Wochenkonsum im letzten Monat *	-111 / -4.8 SD*	-65.5 / -8.2 SD*
Rauschtrinken im letzten Monat	-19.5 / -0.8	-15 / -1.9
Absichtsstufe	+16 / +0.7 Punkte	
Entscheidungsbalance/Selbstwirksamkeit	+44.5 / +1.9 Punkte	

* in Standarddrinks: 3dl Bier, 2 dl Wein, 0.25 dl Schnaps, 2.75 dl (1 Flasche) Alcopop

Die Beantwortung der Evaluationsfrage lautet: Es gibt gute Hinweise darauf, dass die Kurzinterventionen Wirkung gezeigt haben. Je grösser das Problemverhalten ist, desto grösser ist die Verhaltensveränderung.

Die Resultate zur Einstellungsveränderung bezüglich der Entscheidungsbalance und Selbstwirksamkeit zeigten in diesem Pretest wenig Zusammenhang zu den Resultaten der Verhaltensveränderung. Dazu muss ergänzend gesagt werden, dass viele Schüler Mühe hatten, die - vorgängig bereits vereinfachten - Fragen zu verstehen. Beim Ausfüllen des ersten Fragebogens wurden diesbezüglich einige Fragen gestellt und es gab Diskussionen unter den Schülern wie die Fragen zu verstehen seien.

Ziel 2

Das im Konzept beschriebene Ziel bezüglich Setting lautete:

2. Es ist geklärt, ob eine Schule ein geeignetes Setting für Kurzinterventionen ist.

Die Evaluationsfragen zu Ziel 2 lauteten: Kommen Rauschtrinkende in die Kurzintervention oder bleiben sie mit dem Rest der Klasse im Klassenzimmer? Ist die Kurzintervention in der Kleingruppe gut durchführbar oder ist eine Einzelintervention nötig?

Zielgruppenerreichung

Kommen Rauschtrinkende in die Kurzintervention oder bleiben sie mit dem Rest der Klasse im Klassenzimmer? Der Indikator zur Beantwortung dieser Frage ist die Zielgruppenerreichung.

Die Fragebogen wurden in je zwei KV-Klassen und zwei GIB-Klassen verteilt. Alle anwesenden SchülerInnen füllten die Fragebogen aus. Von insgesamt 58 Schülern, die den Fragebogen ausgefüllt hatten, wiesen 28 mindestens einmaliges Rauschtrinken auf (48%). Bei einem durchschnittlichen Alter von 17 Jahren liegt der Anteil rauschtrinkender SchülerInnen damit etwa beim Anteil von rauschtrinkenden Jugendlichen der ESPAD-Studie 2003 (Jungen, 16 Jahre: 51%; Mädchen: 35%). Damit kann angenommen werden, dass die Jugendlichen die Fragebögen im Rahmen des Unterrichts wahrheitsgetreu ausgefüllt haben.

Die 28 rauschtrinkenden SchülerInnen wurden den Interventionsgruppen zugeteilt (Einteilungskriterien: Konsummenge, Veränderungsabsicht, Geschlecht). Eine Schülerin wurde der Interventionsgruppe zugewiesen, weil sie zwar kein Rauschtrinken angab, dafür auf dem Fragebogen fest hielt, etwas am Alkoholkonsum verändern zu wollen. Den rauschtrinkenden SchülerInnen wurde zu Beginn der Intervention empfohlen an der Kurzintervention teilzunehmen, falls sie dies aber nicht tun wollten, konnten sie mit der Restgruppe im Klassenzimmer verbleiben (Freiwilligkeit). Eine Person kam nicht zur Intervention. Insgesamt kamen 28 SchülerInnen (8 w / 20 m) zur Kurzintervention.

Da alle anwesenden SchülerInnen den Fragebogen mit grosser Sicherheit wahrheitsgetreu ausgefüllt haben und ausser einer Schülerin alle rauschtrinkenden SchülerInnen an der Intervention teilgenommen haben, kann die Zielgruppenerreichung als sehr gut bewertet werden.

Intervention in der Kleingruppe

Ist die Kurzintervention in der Kleingruppe gut durchführbar oder ist eine Einzelintervention nötig? Der Indikator dafür sind die Berichte über den Verlauf der Kleingruppengespräche.

Die Folgerungen aus den Berichten zur Dynamik in der Kleingruppe sind untenstehend zusammengefasst:

- Die Gespräche waren grundsätzlich offen. In der GIB gab es lebhaftere Gespräche als am KV. Eventuell hängt das mit der tendenziell stärkeren Problembetroffenheit der GIB-Schüler zusammen.
- Die Interventionen mit 3-4 Teilnehmern wurden als offener erlebt, als diejenigen mit mehr Teilnehmern.
- Homogene Gruppen bezüglich durchschnittlichem Wochenkonsum und Rauschtrinken wurden als besser erlebt, weil sonst die weniger Konsumierenden das Gespräch dominieren und die anderen sich nicht mehr einzubringen wagen.
- Bei einem Teilnehmer der GIB gab es Widerstand in der Richtung, dass er nicht verstand, weshalb er in die Interventionsgruppe „gerutscht“ war, weil er ja fast nicht trinke. Diese Äusserungen wiederholten sich bei den normalerweise mässig trinkenden Mädchen der Interventionsgruppe im KV. Dabei wird nicht klar, ob sich der Widerstand gegen die Intervention an sich wendete oder dagegen, mit anderen (stark trinkenden) MitschülerInnen am Gespräch teilzunehmen.
- Als besonders nützlich wurde die Gruppe bei der Nennung von Nachteilen des Rauschtrinkens empfunden. Jeder Gesprächsteilnehmer lieferte dabei wieder andere Beispiele.

Werden also die Gespräche in einer kleinen, bezüglich des Ausmasses des Alkoholkonsums/Rauschtrinkens homogenen Gruppe geführt, ist die Gruppenintervention einer Einzelintervention wahrscheinlich nicht unterlegen. Mässigen Widerstand gegen die Kurzintervention gab es nur von SchülerInnen, die in geringem Ausmass Alkohol konsumieren, aber doch einmaliges Rauschtrinken im letzten Monat ankreuzten.

Zum Ziel 2 kann zusammenfassend gesagt werden, dass sich das Setting Berufsschule gut eignet für Kurzinterventionen bezüglich Rauschtrinkens.

Ziel 3

Das im Konzept beschriebene Ziel bezüglich des Inhalts der Kurzintervention lautete:

3. Der Ablauf der Kurzinterventionen im Kleingruppensetting ist schriftlich festgehalten.

Die Evaluationsfragen zu Ziel 3 lauteten: Muss die Kurzintervention in einer Kleingruppe anders aussehen als im Einzelsetting? Wie muss die Kurzintervention im Kleingruppensetting gegliedert sein?

Die Indikatoren zur Beantwortung dieser Fragen sind die Berichte über den Verlauf der Kleingruppengespräche und der überarbeitete Leitfaden. Der Leitfaden für die Kurzintervention wurde auf der Grundlage des Transtheoretischen Modells von Prochaska et al. (1994), der Motivierenden Gesprächsführung von Miller & Rollnick (1999) und in der praktischen Umsetzung nach Kremer (2000) entwickelt. In der Intervention wurde mit den Techniken der Rückmeldung, Ambivalenz, Diskrepanz und des Ratschlags gearbeitet, da sich die allermeisten Teilnehmer im Stadium der Absichtslosigkeit und einige im Stadium der Absichtsbildung befanden.

Der Leitfaden für das Gespräch sah folgendermassen aus:

Leitfaden Kurzintervention

Gruppe Rauschtrinkende in der Absichtslosigkeit/Absichtsbildung

Diskussion über Vorteile

- Ihr trinkt ab und zu viel Alkohol. Ihr habt auf dem Fragebogen Vorteile des Konsums angegeben. Es ist mir aufgefallen, dass besonders erwähnt wird. Sind das alle Vorteile oder gibt es noch weitere? (So lange über die Vorteile reden wie möglich; warten bis sie selbst mit Nachteilen kommen.)

Diskussion über Nachteile

- Wenn sie nicht drauf kommen, die Nachteile aus dem Fragebogen aufgreifen.

Waage beeinflussen

- Vorteile hinterfragen; Nachteile stützen (nur solange kein Widerstand kommt)

Pause

Nur bei Absichtslosigkeit

Nach Diskrepanzen suchen

- Wenn ihr mögt, machen wir jetzt einen Zeitsprung. Stellt euch vor, ihr seid 25. Wo seid ihr dann? Was macht ihr? Wo arbeitet ihr? Wie sieht euer Privatleben aus?
- Was sagen andere über euren Alkoholkonsum?

Nur bei Absichtsbildung

Waage aufstellen

- Vor-, Nachteile aufschreiben und werten lassen

Alle

Information Rauschtrinken

- Was wäre für euch die Obergrenze beim Alkoholkonsum?
- Was würdest du deinen kleinen Geschwistern empfehlen bezüglich Alkoholkonsum?
- Was ist Rauschtrinken? Grenzwerte bekannt machen und diskutieren: Sind diese sinnvoll? Wenn nicht, was wären sinnvolle Werte?
- Was sind die Gefahren beim Rauschtrinken?
- (Empfehlung abgeben, sich an die Limite fürs Rauschtrinken zu halten.)

Weitere Themen

- Wenns nicht läuft: Über was für ein Thema würdet ihr gerne diskutieren? Wie könnten wir die Zeit bis... sinnvoll nutzen?
-

(Ein Leitfaden für die Gruppe auf der Stufe der Vorbereitung war vorhanden, wurde aber nicht benutzt.)

Anhand der Berichte über den Verlauf der Kleingruppengespräche werden im Folgenden Themen oder Gesprächsverläufe festgehalten, die in mehreren Kurzinterventionen vorgekommen sind:

- Die Nachfrage zu Konsummengen wurde als hilfreich empfunden in den Gesprächen: Dann ist allen klar, wovon beim Einzelnen ausgegangen werden kann.
- Die SchülerInnen unterscheiden in den Gesprächen viel trinken und wirklich zuviel trinken. Beim „wirklich zuviel Trinken“ gibt es nur noch Nachteile („Filmriss, Erbre-

chen“). Fast in jeder Gruppe gibt es Jugendliche, die erwähnen, dass sie nach Abstürzen ihren Konsum verändert haben.

- Bei den Nachteilen werden in verschiedenen Gruppen Beispiele von Freunden oder Kollegen genannt. Mehrmals wird auch erwähnt, dass Familienangehörige ein Alkoholproblem haben.
- Bei den Nachteilen wird vor allem das Thema Aggression von allen als Problem genannt.
- Von Seiten der Gesprächsleitenden wurde das Thema Toleranzentwicklung eingebracht und beim Suchen nach Diskrepanzen als hilfreich empfunden.
- Bei der Suche nach Diskrepanzen wurden in den verschiedenen Gruppen die Fragen unterschiedlich aufgenommen. Bei der einen Gruppe brachte die Frage nach den Zielen in der Zukunft viel Diskussionsstoff, in anderen Gruppen nicht. Deshalb scheint es sinnvoll, verschiedene Diskrepanzen „durchzuprobieren“ und zu schauen, welche Diskrepanz ankommt.
- Die Diskrepanz „Rauschtrinken/episodischer Risikokonsum“ und eigener Alkoholkonsum erzeugte am meisten Widerstand.

Anhand dieser Erfahrungen wurde der Leitfaden neu überarbeitet:

Leitfaden Kurzintervention

Gruppe Rauschtrinkende in der Absichtslosigkeit/Absichtsbildung

Rückmeldung/Einleitung

- Ihr habt im Fragebogen angegeben, dass ihr mindestens einmal oder mehrmals im Monat 5 oder mehr Standarddrinks trinkt. Wir nennen diese Menge von Alkoholkonsum auch Rauschtrinken, d.h. das ist eigentlich zuviel Alkoholkonsum pro Abend. Deshalb haben wir euch empfohlen, an diesem Gespräch teilzunehmen. Wir möchten euch aber nicht ermahnen, sondern eine Diskussion übers viel Alkoholtrinken führen. Ihr sollt euch am Ende des Gesprächs bewusster entscheiden können, wie oft und wie viel ihr trinkt.

Überprüfung der Angaben im Fragebogen

- Mengen- und Häufigkeitsangaben überprüfen

Ambivalenz fördern

Vorteile hinterfragen

- Was bringt euch das Rauschtrinken?
- Genannte Vorteile zusammenfassen und hinterfragen

Nachteile stützen

- Gibt es auch Nachteile beim Rauschtrinken (Ev. auch bei Freunden, Kollegen)?
- Genannte Nachteile zusammenfassen und unterstützen
- Wenn keine mehr kommen, werden die aus Untersuchungen bekannten Nachteile ergänzt: Kennt ihr diese Nachteile?

Pause

Diskrepanzen suchen (Auswahl an möglichen Diskrepanzen)

Diskrepanz zwischen der Menge Alkohol, die am Anfang des Konsums getrunken wurde und heutigem Konsum

- Als ihr angefangen habt mit Trinken, hättet ihr diese Mengen Alkohol trinken können? Warum nicht?
- Hinweis auf Toleranzentwicklung
- Was bedeutet das für euch, dass euer Körper sich an diese Menge Alkohol gewöhnt hat?

Diskrepanz zwischen einer Empfehlung für kleine Geschwister und eigenem Alkoholkonsum

- Was würdet ihr euren kleinen Geschwistern empfehlen bezüglich Alkoholkonsum?
- Weshalb empfiehlt ihr euren Geschwistern weniger als ihr selbst trinkt?

Diskrepanz zwischen der Limite für Rauschtrinken/episodisches Risikotrinken und eigenem Alkoholkonsum?

- Definition für episodisches Risikotrinken erwähnen.
- Was heisst das jetzt für euch, dass ihr gemäss offizieller Definition risikoreich Alkohol konsumiert?

Diskrepanz zwischen dem Alkoholkonsum eines Freundes oder Familienmitgliedes und eigenem Alkoholkonsum

- Du hast erwähnt, dass Probleme hat mit Alkohol. Trotzdem trinkst auch du öfters zuviel? Wie bringst du diese zwei Dinge zusammen?

Diskrepanz zwischen beruflichen und privaten Zielen in der Zukunft und Alkoholkonsum

- Was macht ihr im Jahre 2025 (beruflich, privat)? Wie sieht dann euer Alkoholkonsum aus?
- Hinweis darauf, dass sich ein vernünftiger Alkoholkonsum ev. nicht wieder von selbst einstellt und dass sich eine Abhängigkeit schleichend entwickeln kann.

Ratschlag

- Wir möchten euch empfehlen, euren Konsum zu reduzieren und nicht mehr als 4 Drinks pro Trinkgelegenheit zu trinken, so dass ihr den Alkohol in Zukunft mit geringem Risiko geniessen könnt.
-

Zur Beantwortung der Fragen zum Ziel drei kann gesagt werden, dass sich nach unseren Erfahrungen der Inhalt der Kurzintervention in der Kleingruppe nicht vom Inhalt einer Einzelintervention unterscheidet. Der Leitfaden wurde nach den Durchführungen der Gespräche im Pretest inhaltlich differenziert und übersichtlicher gegliedert.

Empfehlungen für ein Pilotprojekt

Der Sinn des Pretests war es herauszufinden, ob sich die Berufsschule als Ort für Kurzinterventionen bezüglich Rauschtrinken bei Jugendlichen eignet, ob eine Wirkung der Kurzintervention - im Rahmen der beschränkten evaluatorischen Möglichkeiten - festzustellen ist und die Weiterentwicklung des Leitfadens für die Intervention. Im Folgenden werden Empfehlungen für ein grösser angelegtes, mit besseren Mitteln evaluiertes Pilotprojekt festgehalten:

Befragung

- Die „Anonymisierung“ der Fragebogen ist sinnvoll. Handynummern sind allerdings nicht geeignet; einige SchülerInnen konnten sich nicht an die Nummern erinnern, in einem Fall gab es gar eine Verwechslung. Ein „Passwort“ könnte besser erinnert werden (z.B. Mädchename der Mutter).
- Die Resultate zur Einstellungsveränderung bezüglich der Entscheidungsbalance und Selbstwirksamkeit zeigten wenig Zusammenhang zu den Resultaten bei der Verhaltensveränderung. Eventuell müssten sie vereinfacht oder ganz weggelassen werden.
- Die Fragen bezüglich Konsummengen wurden teilweise widersprüchlich beantwortet. Es sollte überprüft werden, ob sich die Fragen kürzen und vereinfachen lassen.
- Bei der Frage drei zur Häufigkeit des Rauschtrinkens sollte eine klare Mengenangabe möglich sein, um genaue Aussagen zur Reduktion des Rauschtrinkens machen zu können.

Zielgruppe:

- Bei Jugendlichen, die keine episodisch Risikokonsumierenden sind, regte sich teilweise Unverständnis und damit Widerstand gegen die Intervention. Für das Pilotprojekt wird deshalb empfohlen, die Interventionen nur bei episodisch Risikokonsumierenden (mind. 2-maliger Konsum im Monat von 5 oder mehr Standarddrinks pro Trinkgelegenheit) durchzuführen.
- Um die Intervention effizienter und effektiver zu machen, ist eine Kurzintervention bei der „Hochrisikogruppe“ (15 SD pro Woche und 3-4-maliges Rauschtrinken im Monat) zu empfehlen.

Gruppeneinteilung:

- Die wichtigsten Kriterien bei der Einteilung in Kleingruppen sollte die durchschnittlich konsumierte Alkoholmenge pro Woche und die Häufigkeit des Rauschtrinkens im letzten Monat sein. Hinsichtlich dieser Kriterien müssen die Gruppen möglichst homogen zusammengestellt werden.
- Eine Gruppengrösse von vier Teilnehmern ist ideal, weil so eine intensive Diskussion mit jedem Teilnehmer geführt werden kann.

Ergebnisse:

- Es gibt auch nach der Intervention immer noch drei Jugendliche, die mehr als 15 Standarddrinks pro Woche konsumieren und mind. 3-4-maliges Rauschtrinken pro Monat aufweisen. Vom fachlichen Standpunkt aus sollte man diesen SchülerInnen nochmals eine Massnahme anbieten können.
- Aufgefallen sind den Fachkräften SchülerInnen, die psychisch belastet wirkten. Da bekannt ist, dass risikoreich Suchtmittel konsumierende Jugendliche vermehrt Störungen der Befindlichkeit haben (Evaluationen der supra-f Projekte des BAG) wäre zu überlegen, ob bei den Kurzinterventionen nicht ein spezifischer Teil zur Hebung der Befindlichkeit eingefügt werden müsste. Eventuell könnte man versuchen, die betreffenden SchülerInnen an Beratungsstellen zu triagieren.

Projekt insgesamt:

- Das dreimalige Aufsuchen der Klassen (Fragebogen 1, Kurzintervention, Fragebogen 2) war aufwändig und organisatorisch schwierig. Ebenfalls wird die 2-malige Inanspruchnahme von Schulstunden nicht von allen Lehrkräften der Berufsschule geschätzt. Die Kurzinterventionen liessen sich effizienter gestalten, wenn die erste Befragung im Vorfeld durch die Lehrkraft durchgeführt und die Kurzintervention dann parallel zu einer universellen Massnahme an einem Halbtage durchgeführt werden könnte.
- Da die Kurzinterventionen im Vergleich mit anderen Massnahmen zeit- und personalintensiv sind, wäre für ein evaluiertes Pilotprojekt ein Vergleich mit weniger aufwändigen Massnahmen sinnvoll; z.B. Kurzintervention durch Fachkraft im Vergleich mit dem Programm feelok.ch, im Vergleich mit der Abgabe von schriftlichen Informationen für Rauschtrinkende.

Literatur

- Gmel, G. & Kuntsche, 2007: Alkohol-Intoxikationen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Eine Analyse der Schweizer Krankenhausstatistik. In: Abhängigkeiten 1/2007: 36-49.
- Gmel, G., Rehm, J., Kuntsche E., Wicki, M. & Grichting, E., 2004: Das European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (EDPAD) in der Schweiz. Wichtigste Ergebnisse 2003 und aktuelle Empfehlungen. Lausanne: Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme / Institut für Suchtforschung.
- Kremer, G., 2000: Motivational Interviewing – Motivierende Gesprächsführung. Grundlagen, Prinzipien und Strategien. In: Kurzintervention und motivierende Gesprächsführung. Schöppingen: Workshop.
- Miller, W. R. & Rollnick, S., 1999: Motivierende Gesprächsführung. Ein Konzept zur Beratung von Menschen mit Suchtproblemen. Freiburg im Breisgau: Lambertus.

3-4x	θ
5x und mehr	θ

Frage 4

Haben Sie schon einmal das Gefühl gehabt, dass Sie Ihren Alkoholkonsum reduzieren sollten?

Ja Nein

Waren Sie schon öfter in Situationen alkoholisiert, in denen dies gefährlich war (z.B. im Strassenverkehr, beim Sport)?

Ja Nein

Haben Sie sich wegen Ihres Alkoholkonsums schon schlecht oder schuldig gefühlt?

Ja Nein

Haben Sie schon einmal morgens Alkohol getrunken, um Ihre Nerven zu beruhigen oder den Kater loszuwerden?

Ja Nein

Frage 5

Möchten Sie Ihre Trinkgewohnheiten ändern, so dass Sie zu bestimmten Zeiten weniger oder gar nicht mehr trinken?

Nein, ich denke nicht darüber nach, etwas an meinem Alkoholkonsum zu ändern.

Jein („Ja, aber...“ oder „Ich weiss es noch nicht“).

Ja, ich habe mich entschieden, etwas an meinem Alkoholkonsum zu ändern.

Beantworten Sie die Fragen 6 und 7 nur, wenn Sie bei Frage 2 Antwort a), b) oder c) angekreuzt haben. Ansonsten gehen Sie direkt zu Frage 8 auf Seite 5.

Frage 6

Im Folgenden können Sie angeben, aus welchen Gründen Sie Alkohol trinken oder darauf verzichten. Wie wichtig sind die aufgeführten Aussagen für Sie?

	Diese Aussage ist für mich....				sehr wichtig
	nicht wichtig				
Wenn ich Alkohol trinke, bin ich lockerer und gesprächiger.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, ist die Gefahr für Unfälle grösser.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, kann ich Probleme und Stress vergessen.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, ist es eher möglich, dass ich mich in Gefahr bringe.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, kann ich eine Party besser geniessen.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, denke ich manchmal, dass ich abhängig werden könnte.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, gehe ich vielleicht das Risiko einer Alkoholvergiftung ein.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, geht es mir um das Gruppenerlebnis.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, geht es mir darum, Grenzen zu überschreiten.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, habe ich mehr Probleme in der Schule/Lehre.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, komme ich eher in eine Schlägerei/Kampf.	0	0	0	0	0
Wenn ich Alkohol trinke, mache ich das, weil die anderen es auch tun.	0	0	0	0	0

Frage 7

Stellen Sie sich vor, Sie haben sich vorgenommen, in den untenstehenden Situationen keinen Alkohol zu trinken: Wie sicher sind Sie sich, dass Sie es schaffen?

	Da bin ich mir...				sehr sicher
	gar nicht sicher				
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich an einer Party bin.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich mich traurig fühle.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich Spass haben möchte.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich Stress habe.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich jemanden, denn ich mag, ansprechen möchte.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich in angenehme Stimmung kommen möchte.	0	0	0	0	0

	Da bin ich mir...				sehr
	gar nicht				sicher
	sicher				
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich Streit mit jemandem habe, der mir wichtig ist.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich es mit anderen lustig haben möchte.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich Grenzen überschreiten möchte.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn meine Freunde trinken.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn es etwas zu feiern gibt.	0	0	0	0	0
Ich schaffe es, nicht zu trinken, wenn ich mir Sorgen mache.	0	0	0	0	0

Beantworten Sie die Fragen 8 und 9 nur, wenn Sie bei Frage 2 Antwort d) oder e) angekreuzt haben.

Frage 8

Im Folgenden können Sie angeben, aus welchen Gründen Sie 5 oder mehr Gläser Alkohol trinken oder nicht. Wie wichtig sind die aufgeführten Aussagen für Sie?

	Diese Aussage ist für mich...				
	nicht wichtig		sehr wichtig		
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, bin ich lockerer und gesprächiger.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, ist die Gefahr für Unfälle grösser.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, kann ich Probleme und Stress vergessen.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, ist es eher möglich, dass ich mich in Gefahr bringe.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, kann ich eine Party besser geniessen.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, denke ich manchmal, dass ich abhängig werden könnte.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, gehe ich vielleicht das Risiko einer Alkoholvergiftung ein.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, geht es mir um das Gruppenerlebnis.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, geht es mir darum, Grenzen zu überschreiten.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, habe ich mehr Probleme in der Schule/Lehre.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, komme ich eher in eine Schlägerei/Kampf.	0	0	0	0	0
Wenn ich 5 oder mehr Gläser Alkohol trinke, mache ich das, weil die anderen es auch tun.	0	0	0	0	0

Frage 9

Stellen Sie sich vor, Sie haben sich vorgenommen, in den untenstehenden Situationen nicht mehr als vier Gläser Alkohol zu trinken: Wie sicher sind Sie sich, dass Sie es schaffen?

	Da bin ich mir...				sehr sicher
	gar nicht sicher				
Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich an einer Party bin.	0	0	0	0	0

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich mich traurig fühle.

θ θ θ θ θ
 Da bin ich mir...
 gar nicht sehr
 sicher sicher

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich Spass haben möchte.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich Stress habe.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich jemanden, den ich mag, ansprechen möchte.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich wenn ich in angenehme Stimmung kommen möchte.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich Streit mit jemandem habe, der mir wichtig ist.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich es mit anderen lustig haben möchte.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich Grenzen überschreiten möchte.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn meine Freunde viel trinken.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn es etwas zu feiern gibt.

θ θ θ θ θ

Ich schaffe es, nicht mehr als 4 Gläser zu trinken, wenn ich mir Sorgen mache.

θ θ θ θ θ

Danke für die Beantwortung der Fragen!
K. Marmet, Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

