

Fazit.

ForschungsSpiegel von Sucht Schweiz

MOVENDI: KURZINTERVENTIONEN NACH ALKOHOLKONSUMPROFIL BEI SCHÜLER:INNEN

Das Projekt MOVENDI – durch die «Fondation vaudoise contre l'alcoolisme» (FVA) ins Leben gerufen – basiert auf Kurzinterventionen zur Alkoholprävention in Kleingruppen mit gleichem Konsumprofil. Durch multiple Ansatzpunkte, welche an das jeweilige Konsumprofil angepasst sind, sollen möglichst alle Jugendlichen angesprochen werden. Eine von Sucht Schweiz durchgeführte Evaluationsstudie zeigt positive Effekte auf die Konsumkompetenzen der Jugendlichen.

NORA BALSIGER, FLORIAN LABHART
Sucht Schweiz, fazit@suchtschweiz.ch
STEPHANE CADUFF, ESTELA VILLAMARIN,
FIDJI JORAT
Fondation vaudoise contre l'alcoolisme

In der Schweiz ist Alkohol die von Jugendlichen am häufigsten konsumierte psychoaktive Substanz. Gemäss der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2022 konsumierten 68,1 % der 15- bis 24-Jährigen mindestens einmal pro Monat Alkohol, und 21,6 % berichteten, sich mindestens einmal pro Monat in den Rausch zu trinken [mind. vier (Frauen) bzw. fünf (Männer) Getränke zu einer Gelegenheit] (BFS 2024). Rauschtrinken gilt als besonders risikoreich, da es zu unmittelbaren Folgen wie Unfällen, Alkoholvergiftungen, gewalttätigen Handlungen oder riskantem Sexualverhalten führen kann (Labhart et al. 2018). Des Weiteren erhöht ein früher Einstieg in den Alkoholkonsum während der Adoleszenz das Risiko, im Erwachsenenalter einen problematischen Alkoholkonsum zu entwickeln (Pitkänen et al. 2005).

Nebst strukturellen Präventionsmassnahmen wie Preis-, Werbe- und Zugangsregulierung, ist es wichtig, auch auf Individuumsebene geeignete Präventionsprogramme zu entwickeln und evaluieren. Im Jahr 2010 wurde im Kanton Zürich eine Studie durchgeführt, um die Wirksamkeit von Gruppenkurzinterventionen zum Thema Rauschtrinken an weiterführenden Schulen mithilfe einer kontrollierten nicht-randomisierten Studie zu evaluieren (Gmel et al. 2010). Die Ergebnisse dieser Studie zeigten einen Rückgang in der Anzahl der pro Monat konsumierten Getränke bei Jugendlichen mit einem als moderat risikoreich eingestuften Konsum, sowie einen signifikanten Rückgang der Häufigkeit des Rauschtrinkens nach sechs Monaten in allen Risikogruppen.

In jüngerer Zeit hat die «Fondation vaudoise contre l'alcoolisme» (FVA) das Projekt MOVENDI ins Leben gerufen. Das Projekt MOVENDI stützt sich auf die aktuellen Empfehlungen zur Verhaltensprävention im Suchtbereich (Abderhalden 2022; Bühler et al. 2020) und basiert auf Präventionsinterventionen in kleinen, homogenen Gruppen mit demselben Konsumprofil. Parallel dazu wurde MOVENDI durch Sucht Schweiz evaluiert. Der vorliegende Artikel bietet somit einen allgemeinen Überblick über den Ansatz und präsentiert die relevantesten Ergebnisse.

Spezifische Interventionen in kleinen homogenen Gruppen

Das Projekt MOVENDI basiert auf der Erkenntnis, dass Jugendliche sehr unterschiedliche Konsumprofile und -erfahrungen haben und dass Interventionen in ganzen Klassen in der Regel den risikoreich konsumierenden Jugendlichen zu viel Raum geben (mit dem Risiko den starken Alkoholkonsum zu normalisieren) und die Bedürfnisse der anderen Jugendlichen vernachlässigen. Um gezielt Botschaften zu vermitteln und den Inhalt der Interventionen an die Bedürfnisse der Teilnehmenden anzupassen, wurden im Projekt MOVENDI Teilnehmende aus mehreren Klassen gemäss drei Konsumprofilen in homogene Kleingruppen von etwa zehn Personen eingeteilt: Nicht-Konsumierende, Konsumierende mit gering risikoreichem Konsum und Konsumierende mit moderat bis hoch risikoreichem Konsum. Das Konsumprofil der einzelnen Teilnehmenden wurde anhand der Häufigkeit des Rauschtrinkens im letzten Monat (vier und mehr Getränke pro Gelegenheit für Mädchen sowie fünf und mehr Getränke pro Gelegenheit für Jungen) bestimmt.

Die Interventionen waren auf zwei Schullektionen bzw. 1,5 Stunden ausgelegt und folgten je nach Konsumprofil der Teilnehmenden einem unterschiedlichen Ansatz.

Da davon ausgegangen werden kann, dass die Jugendlichen so oder so konsumieren werden, weil dies ein normaler Teil der Adoleszenz darstellt (Gmel et al. 2017), lag der Fokus der Interventionen auf anderen Aspekten als die Konsummenge oder -häufigkeit. Für Nicht-Konsumierende zielten die Interventionen darauf ab, einen Raum für Gespräche zu bieten, ihre Einstellung in einer Gesellschaft, in der Alkohol sehr präsent ist, zu normalisieren und protektive Verhaltensweisen zu stärken (Chok et al. 2023). Bei Teilnehmenden mit einem gering risikoreichen Alkoholkonsum zielten die Interventionen darauf ab, sie für die Risiken des Rauschtrinkens zu sensibilisieren und ihnen Skills (Fertigkeiten) zur Schadensminderung zu vermitteln (Benec'h et al. 2014). Bei Teilnehmenden mit einem moderat bis hoch risikoreichen Konsum zielten sie darauf ab, die allfällig auftretende Ambivalenz in Bezug auf den Alkoholkonsum hervorzuheben, spezifische Strategien zur Schadensminderung anzubieten und die Häufigkeit des Rauschtrinkens zu reduzieren (Grazioli 2016).

Evaluationsmodalitäten

Das Projekt umfasste ebenfalls eine Evaluationsstudie, die von Sucht Schweiz durchgeführt wurde. Ziel der Studie war es, die Verhaltensveränderungen bei Teilnehmenden, die eine Intervention erhielten, im Vergleich zu einer Kontrollgruppe zu messen und zu untersuchen, welche Aspekte der Intervention zu nachhaltigen Veränderungen führten. Während sich viele Evaluationsstudien zur Wirkung von Präventionsprojekten in Schulen (Hennessy & Tanner-Smith 2015) auf die Veränderung des Trinkverhaltens (z. B. Konsumhäufigkeit, Gläser pro Trinkgelegenheit, Häufigkeit des Rauschtrinkens) konzentrieren, wurden bei MOVENDI die Auswirkungen der Intervention anhand breiter definierter Endpunkte, wie z. B. das Entwickeln von Gründen für den Nichtkonsum, das Anwenden von Strategien zur Schadensminderung und das Ausbleiben negativer Konsequenzen, gemessen. Schliesslich zielten die Interventionen in erster Linie darauf ab, dass sich die Jugendlichen ihres Konsums und der dahinterliegenden Motive bewusst wurden sowie Strategien zur Schadensminderung erlernten, und nicht unbedingt darauf, die Menge oder die Häufigkeit des Konsums zu reduzieren.

Der Zeitplan für die Interventionen und die Evaluation wurde so gestaltet, dass er sich über ein Schuljahr erstreckte. Vor den Herbstferien füllten die an den Interventionen teilnehmenden Jugendlichen sowie eine gleich grosse Kontrollgruppe einen Fragebogen aus, um die Situation vor der Intervention zu erfassen und die Konsumprofile zu bestimmen. Die Interventionen fanden etwa vier Wochen später, im November statt.

Schliesslich füllten alle Jugendlichen im April des folgenden Jahres erneut einen Fragebogen aus, um die Verhaltensweisen und Einstellungen zum Alkoholkonsum fünf Monate nach der Intervention zu messen. Im Schuljahr 2020/2021 waren vier Berufsschulen und im Schuljahr 2021/2022 sieben Gymnasien an der Studie beteiligt. Insgesamt füllten 3486 Schüler:innen im Alter von 14 bis 25 Jahren in 239 Klassen den Fragebogen vor der Intervention aus und 2958 aus denselben Klassen den Fragebogen nach der Intervention. Für 2565 Schüler:innen (Rücklaufquote von 73,6%) aus 236 Klassen konnten die Fragebögen vor und nach der Intervention einander zugeordnet werden.

Entwicklung des Konsumverhaltens

Die Ergebnisse der Evaluationsstudie zeigen einen Anstieg der Häufigkeit des Alkoholkonsums in den letzten 30 Tagen (für die Gruppen mit gering bzw. moderat bis hoch risikoreichem Konsum) und der Häufigkeit des Rauschtrinkens (für die Gruppe mit gering risikoreichem Konsum) bei den Interventionsteilnehmenden im Vergleich zu den Teilnehmenden der Kontrollgruppe. Dieses Ergebnis erscheint auf den ersten Blick kontraintuitiv, ist jedoch weniger überraschend, wenn berücksichtigt wird, dass die Jugendlichen während den Interventionen gelernt haben, ihren Konsum besser im Auge zu behalten. So waren sie im Fragebogen nach der Intervention eher in der Lage, ihren Konsum akkurat einzuschätzen, während der Konsum in der Kontrollgruppe möglicherweise unterschätzt wurde (Heather 2014). Ausserdem ist es möglich, dass die Teilnehmenden dank der während der Interventionen erlernten Skills sicherer mit ihrem Konsum umzugehen wussten und so mehr zu experimentieren wagten. Ein Anstieg des Konsums bedeutet zudem nicht, dass die Risikobereitschaft an sich auch anstieg; zumal die Jugendlichen nun während den Interventionen erlernte Strategien zur Schadensminderung angewendet haben könnten.

Entwicklung der Konsumkompetenzen

In Anbetracht der Zielsetzung der Interventionen fanden sich die interessantesten Ergebnisse im Hinblick auf die Einstellungen zum Konsum und die Anwendung von Strategien zur Verringerung der negativen Konsequenzen. So gaben die an den Interventionen teilnehmenden Jugendlichen mit einem gering risikoreichen Konsum nach den Interventionen häufiger an, dass sie aus den nachfolgenden Gründen keinen Alkohol tranken:

- a) um die Kontrolle darüber zu behalten, was man sagt oder tut;
- b) um Unfälle zu vermeiden;
- c) um bei der Arbeit und im Studium bzw. bei Sport- oder Freizeitaktivitäten leistungsfähig zu bleiben.

In derselben Gruppe stieg auch die Häufigkeit der Anwendung mehrerer Strategien zur Schadensminderung signifikant an, nämlich:

- a) sich weigern, mit einem/r alkoholisierten Fahrer/in nach Hause zu fahren;

- b) eine stark alkoholisierte Person nicht allein lassen und für ihre Sicherheit und Unversehrtheit sorgen;
- c) den ganzen Abend in Begleitung von vertrauenswürdigen Personen sein;
- d) vor oder während des Alkoholkonsums essen;
- e) darauf achten, was man auf den Sozialen Medien postet;
- f) die Bar oder Party zu einer im Voraus festgelegten Zeit verlassen.

In der Gruppe mit moderat bis hoch risikoreichem Konsum kam es zu einem statistisch signifikanten Anstieg der Häufigkeit, mit der die Strategie, eine vordefinierte Anzahl Getränke nicht zu überschreiten, angewendet wurde. Dies könnte beispielsweise auf die während der Interventionen erarbeiteten Skills (z. B. Berechnung des Blutalkoholspiegels) zurückzuführen sein.

Weniger negative Konsequenzen

Die Interventionen hatten ebenfalls signifikante Auswirkungen auf zwei Arten von negativen Konsequenzen. Zum einen verringerten die Interventionen in den Gruppen mit gering bzw. moderat bis hoch risikoreichem Konsum den Anteil der Jugendlichen, die negative Konsequenzen in ihren zwischenmenschlichen Beziehungen erlebten (Probleme mit dem Umfeld, bedauerte sexuelle Handlungen sowie bedauerte Posts oder Nachrichten auf den Sozialen Medien). Andererseits berichteten nach der Intervention weniger Jugendliche aus der Gruppe mit moderat bis hoch risikoreichem Konsum von Folgen für ihre körperliche Unversehrtheit wie Schlägereien, Auseinandersetzungen oder Verletzungen als in der Kontrollgruppe.

Diese Ergebnisse sind besonders vielversprechend, insofern dass die Interventionen Schäden in einer Altersgruppe, die mit Empfehlungen zu einem moderaten Konsum nur schwer zu erreichen ist, reduziert haben. Die Arbeit an der Schadensminderung scheint besonders relevant zu sein, wenn berücksichtigt wird, dass die meisten Jugendlichen beim Übergang ins Erwachsenenalter allmählich zu einem moderateren Konsum übergehen. Deshalb ist die Arbeit der Schadensminderung insbesondere im Jugendalter wichtig, um langfristige negative Auswirkungen, welche aus dieser Lebensphase resultieren, zu vermeiden.

Multiple Ansätze, um jede/n anzusprechen

Insgesamt zeigt das Projekt MOVENDI, dass es bei den Konsumierenden keinen magischen Ansatz oder keine universelle Präventionsbotschaft gibt. Stattdessen reagierten die Teilnehmenden empfänglich auf eine Kombination verschiedener Ansatzpunkte wie Konsummotive, Gründe, nicht zu konsumieren, Strategien zur Schadensminderung und Abbau negativer Konsequenzen. Diese Ergebnisse unterstreichen die Wichtigkeit eines vielfältigen Interventionsansatzes, um die Teilnehmenden auf verschiedenen Ebenen zum Nachdenken anzuregen und sie mit dem für sie am besten geeigneten Ansatz zu erreichen.

Den Nicht-Konsumierenden mehr Platz geben

Das Projekt MOVENDI bot auch Interventionen für Nicht-Konsumierende an. Diese Zielgruppe umfasste mehr als ein Drittel der an den Interventionen Teilnehmenden und sogar 43 % der Gymnasiast:innen. Die Nicht-Konsumierenden schätzten es, für sie spezifische Interventionen zu erhalten, da sie, auch wenn sie selbst nicht konsumieren, häufig mit dem Konsum anderer und dessen Folgen konfrontiert werden. Das Projekt machte deutlich, dass es noch Lücken in den aktuellen Präventionsansätzen, die sich ausschliesslich auf Konsumierende fokussieren, gibt. Es ist besonders wichtig, Interventionen zu entwickeln, die die Entscheidung, nicht zu konsumieren, in einem Umfeld mit grossem Gruppendruck positiv stärken.

Konsolidierung der Erkenntnisse und Perspektiven für die Zukunft

Das Projekt MOVENDI bietet vielversprechende Perspektiven für die Entwicklung von Präventionsmassnahmen. Es zeigt, dass es möglich ist, durch eine Intervention von zwei Schulstunden (zwei Mal 45 Minuten) bei Schüler:innen in weiterführenden Schulen positive Effekte in wichtigen Bereichen, wie eine häufigere Anwendung von Strategien zur Schadensminderung sowie eine Verringerung des Anteils der Jugendlichen mit negativen Konsequenzen, zu erreichen. Die kleine Gruppengrösse und die Homogenität der Konsumprofile der Teilnehmenden verbesserten zudem die Qualität der Interaktionen und ermöglichten einen aufrichtigeren Dialog und eine tiefere Reflexion über die gemachten Erfahrungen.

Es muss jedoch betont werden, dass die Durchführung einer Evaluationsstudie mit einer gleich grossen Kontrollgruppe in einem schulischen Umfeld eine grosse organisatorische Herausforderung darstellt. U. a. mussten gut ein Dutzend Schulen überzeugt werden, Stunden für das Ausfüllen der Fragebögen und die Durchführung der Interventionen zur Verfügung zu stellen und sich an den Projektzeitplan zu halten. Die Erkenntnisse und Erfahrungen aus diesem Projekt zeigen, dass eine systematische Einführung von MOVENDI im Bereich der schulischen Prävention erhebliche personelle und finanzielle Ressourcen erfordern würde. Angesichts der vielversprechenden Ergebnisse, auch bei den Nicht-Konsumierenden, lohnt es sich jedoch, über den Stellenwert eines solchen Ansatzes im Rahmen der schulischen Prävention nachzudenken.

Literatur

- Abderhalden, I. (2022): Enjeux et défis de la prévention comportementale. Rencontre intercantonale latine (RIL). Lausanne, Suisse. <https://t1p.de/sr3ud>, Zugriff 23.10.2024.
- Benec'h, G. (2014): Chapitre 2 – les mesures de prévention les plus efficaces. Les jeunes et l'alcool: 65-124. Dunod.
- Bühler, A./Thruß, J./Gomes de Matos, E. (2020): Expertise zur Suchtprävention 2020.
- BFS – Bundesamt für Statistik (2024): Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung. <https://t1p.de/178o8>, Zugriff 23.10.2024.
- Chok, L./Suris, J.-C./Barrense-Dias, Y. (2023): Non-consumption of alcohol : The adolescents' point of view. Unisanté – Centre universitaire de médecine générale et santé publique. Lausanne, Suisse. <https://t1p.de/t71w7>, Zugriff 23.10.2024.

- Gmel, G./Labhart, F./Venzin, V./Marmet, K. (2010): Kurzinterventionen bei risikoreich Alkohol konsumierenden Berufs- und Mittelschülerinnen und -schülern im Kanton Zürich. Sucht Info Schweiz, Bildungsdirektion Kanton Zürich 2010.
- Gmel, G./Kuendig, H./Notari, L./Gmel, C. (2017): *Monitoring suisse des addictions : Consommation d'alcool, tabac et drogues illégales en Suisse en 2016*. Lausanne: Addiction Suisse.
- Grazioli, V. (2016): *Alcohol harm-reduction approaches across different populations*. Doctoral Dissertation. Université de Lausanne, Faculté de biologie et médecine. <https://t1p.de/5o42b>, Zugriff 23.10.2024.
- Heather, N. (2014): Interpreting null findings from trials of alcohol brief interventions. *Frontiers in psychiatry* 2014(5): 85. Doi: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2014.00085>
- Hennessy, E.A./Tanner-Smith, E.E. (2015): Effectiveness of brief school-based interventions for adolescents: A meta-analysis of alcohol use prevention programs. *Prevention Science* 16: 463-474. <https://t1p.de/bimvr>, Zugriff 23.10.2024.
- Labhart, F./Livingston, M./Engels, R./Kuntsche, E. (2018): After how many drinks does someone experience acute consequences – determining thresholds for binge drinking based on two event-level studies. *Addiction* 113(12): 2235-2244. <https://t1p.de/ulj5l>, Zugriff 23.10.2024.
- Pitkänen, T./Lyyra, A.-L./Pulkkinen, L. (2005): Age of onset of drinking and the use of alcohol in adulthood: A follow-up study from age 8-42 for females and males. *Addiction* 100(5): 652-661. <https://t1p.de/qzwih>, Zugriff 23.10.2024.

Endnoten

- ¹ Für weitere Informationen zum Projekt Movendi siehe Website von Sucht Schweiz zum Projekt: <https://t1p.de/1gxu6>, Zugriff 12.11.2024.
- ² Für weitere Informationen zur Fondation Vaudoise contre l'alcoolisme siehe Website der Organisation: <https://www.fva.ch/>, Zugriff 12.11.2024.

