

# Stärkere Persönlichkeiten sagen eher Nein zu Drogen

Umfassender Ansatz für Prävention wird von Jenaer Forscherin an Lehrer weitergegeben – das ist nachweislich erfolgreicher als reine Abschreckung

VON FLORIAN GIRWERT

**JENA.** Drogenprävention – die meisten Schüler und wohl auch Eltern stellen sich darunter einen Polizisten vor, der für eine Stunde vor einer Klasse oder in einem Jugendklub über die Gefahren legaler und illegaler Rauschmittel spricht. Den Zeigefinger hebt, vielleicht Anschauungsmaterialien dabei hat.

Das, so weiß Karina Weichold, ist zwar gut gemeint, wirkt jedoch langfristig wenig bis gar nicht. Die habilitierte Psychologin der Friedrich-Schiller-Universität Jena befasst sich seit vielen Jahren mit Suchtprävention. Gestern hat sie zusammen mit ihrer Kollegin Anja Blumenthal ihre Erkenntnisse an etwa 140 Lehrer, Schulsozialarbeiter und Psychologen aus ganz Thürin-



Kennt sich mit Suchtprävention aus: Psychologin Karina Weichold von der Uni Jena. Foto: fg

gen weitergegeben – im Rahmen des Programms „IPSY“. Das steht für Information + Psychosoziale Kompetenz = Schutz und verfolgt einen Ansatz, der

deutlich tiefer reicht als eine Schulstunde über die Gefahren durch Drogenmissbrauch.

„Es gibt sehr viele Faktoren, die eine Rolle dabei spielen, wie jemand auf Versuchungen reagiert“, erläutert Weichold. Stärken, Schwächen oder soziales Umfeld sind nur einige davon. „Natürlich sind persönliche Einflüsse wichtig“, so die Forscherin. Wer sich mit Freunden umgebe, bei denen viel geraucht, getrunken oder gekifft werde, für den sei die Wahrscheinlichkeit höher, es selbst zu versuchen.

„Aber wie stark solche Faktoren wirken, hängt vom familiären Umfeld, der Akzeptanz gesellschaftlicher Normen und vor allem eigener Kompetenz ab.“ Die Grundthese lautet: Wer selbstsicher ist, ein hohes Selbstvertrauen hat, also über sogenannte Le-

benskompetenzen verfügt, der hat mit höherer Wahrscheinlichkeit die Kraft, im richtigen Moment „Nein“ zu sagen. Der Lebenskompetenzenansatz in der Präventionsarbeit soll umfassender sein, Wissen aufbauen, Fähigkeiten und Empathie stärken.

Auf positive Resonanz stößt das Programm bei vielen Lehrern, die über die Jahre an den zertifizierten Fortbildungen teilgenommen haben – und bei der Techniker Krankenkasse. Die bezuschusst die Weiterbildungen mit 30 000 Euro über drei Jahre, sagt TK-Sprecherin Christiane Haun-Anderle. Das Geld werde überwiegend verwendet, die Weiterbildung und das Trainingsmanual zu finanzieren.

Am Dienstag sind Lehrer aus mehr als 70 Thüringer Schulen

dabei. Bereits nach der ersten Weiterbildung können die Techniken angewandt werden. Angesetzt wird dabei bereits in der fünften Klasse: In den insgesamt 15 Einheiten, die für ein Schuljahr vorgesehen sind, finden sich auf den ersten Blick nur zwei, die sich um Tabak und Alkohol drehen. Stattdessen geht es zunächst ums gegenseitige Kennenlernen, um Selbstsicherheit, den Umgang mit Stress oder die Fähigkeit, Nein zu sagen. „Es gibt zum Beispiel Rollenspiele, in denen Verhaltensweisen durchgespielt werden“, erläutert Weichold – etwa wie man darauf regiere, wenn ein Freund um das Verstecken eines Joints vor dem Lehrer bitte.

Eigenrecherche sei für Lehrer nicht notwendig, die vorhandenen Materialien enthielten alles

Nötige. „Es lässt sich dann über Jahre immer wieder Bezug auf die Erfahrungen während des Programms nehmen.“

Und die Wirkung? Seit nunmehr zwölf Jahren befasst sich Karina Weichold mit Prävention. Von ihr mit erstellte Langzeitstudien zeigen positive Effekte. Wer als Schüler an einem solchen Programm teilgenommen hat, zeigt im Schnitt positivere Selbsteinschätzungen, höhere psychosoziale Kompetenz, mehr Wissen, mehr Widerstand gegen möglichen Druck aus einer Gruppe – und einen späteren und weniger wahrscheinlichen Einstieg in den Konsum von Alkohol und Zigaretten. Zudem sei ein Unterschied in der Nutzung erkennbar. Die Motive der Programmteilnehmer beim Konsum von Alkohol, Tabak

oder illegalen Rauschmitteln seien anders: „Es geht eher ums Spaß haben.“ Im Bevölkerungsdurchschnitt, das haben Vergleiche mit einer Kontrollgruppe ergeben, gehe es häufiger um die Bewältigung von Stress oder Problemen, die Vorreiter für Sucht darstellen können.

Dabei sei es nicht pauschal schlecht, etwa Alkohol zu trinken. Natürlich komme es auf das Maß an. „Teilnehmer unseres Programms geben sich seltener dem Rauschtrinken hin“, erläutert Weichold. Wer hingegen bewusst mit Rauschmitteln experimentiere, könne unter Umständen sogar in seiner Persönlichkeitsentwicklung vorangebracht werden – es sei eben immer eine Frage der Dosis. Regelmäßiger Kontrollverlust sei keine gute Idee.