

# Einfach und bestimmt Nein sagen

Kinder und Jugendliche sollen mit dem IPSY-Programm von Jenaer Psychologen lernen, Zigaretten, Alkohol und Drogen zu widerstehen

Von Angelika Schimmel

Jena. Auch wenn die modernen Helden im Film schon lange nicht mehr rauchen oder wie James Bond dazumal in allen Lebenslagen genüsslich am Martini nippeln – mit dem Glimmstängel im Mundwinkel und der Bierflasche in der Hand fühlt sich mancher Jugendliche schon mächtig erwachsen.

„Der Griff zur Zigarette oder zum Alkohol wird in der Phase der Pubertät bei Kindern und Jugendlichen oft vom Freundeskreis initiiert. Wer aus mangelndem Selbstbewusstsein und fehlender Anerkennung bei Gleichaltrigen sich an Älteren orientiert, kopiert unreflektiert deren Verhaltensweisen – und eben auch deren Drogenkonsum“, weiß Karina Weichold, Psychologieprofessorin an der Friedrich-Schiller-Universität Jena.

## Schwierige Zeit beginnt schon mit 10, 11 Jahren

„Diese schwierige Zeit beginnt nicht erst mit 14 oder 15 Jahren, sondern schon mit 10 oder 11 Jahren.“ In jene Zeit falle auch der Schulwechsel von der Grund- zur weiterführenden Schule, wo die Kinder vor ganz neuen und ziemlich großen Herausforderungen stünden. „Zudem werden sie durch den Schulwechsel häufig aus ihrem Freundeskreis herausgerissen, müssen sich in neue Gruppen einfinden“, ergänzt sie.

Das alles zusammen ist der Grund, warum Weichold und ihre Kollegen am Institut für Psychologie in Jena das Programm IPSY (Information und psychosoziale Kompetenzen) entwickelt haben. „Suchtprävention in der Schule“ haben die Psychologen als Lebenskompetenzprogramm für die Klassenstufen 5 bis 7 konzipiert. „Im Kern geht es darum, die Persönlichkeit der Kinder zu stärken, ihr gesundes Selbstbewusstsein zu entwickeln und Kompetenzen wie Einfühlungsvermögen, Kommunikation und Entscheidungsfindung zu vermitteln, damit sie der Versuchung, zu legalen oder gar illegalen Drogen zu greifen, besser widerstehen können.“

Dafür haben die Entwicklungspsychologen mehr als 30



Suchtprävention wird oftmals darauf reduziert, Kinder und Jugendliche über die Arten der verschiedenen Rauschmittel und die damit verbundenen Gesundheitsgefahren aufzuklären, bemängeln Entwicklungspsychologen um Karina Weichold in Jena. Ihr Präventionsprogramm setzt darauf, Kindern und Jugendlichen mehr Selbstsicherheit und -vertrauen zu geben, damit sie ihr Leben meistern – ohne Zigaretten, Alkohol und Drogen. Archivfoto: dpa

Module erarbeitet mit Aufgaben, Rollenspielen und interaktiven Aktionen, die gemeinsam im Klassenverband zu lösen sind. Die Aufgabenstellungen differieren nach Klassenstufe und Entwicklungsstand der Kin-

sache geht es nicht darum, Fehler zu finden und zu korrigieren, sondern darum, bei jedem Kind Stärken zu suchen und zu verstärken.“

Nach den Erfahrungen der Pädagogen, die bisher mit IPSY ge-

Programm teilgenommen haben, sind fröhlicher, gehen lieber zur Schule als andere und finden ihre Lehrer sympathischer. Und sie greifen weitaus weniger zu Alkohol, Zigaretten und illegalen Drogen als andere in ihrem Alter“, berichtet Karina Weichold.

Sie und ihre Kollegen haben nicht nur die Lehrer geschult, die mit IPSY gearbeitet haben – sie haben das Programm auch über Jahre hinweg wissenschaftlich verfolgt und evaluiert. „In unsere wissenschaftliche Studie einbezogen waren 40 Thüringer Schulen, 20 haben das IPSY-Programm durchgeführt. Die anderen 20 waren die Kontrollgruppe. „Jährlich haben die Schüler Fragebögen zu Einstellung und Verhalten ausgefüllt und uns wichtige Ergebnisse geliefert.“ IPSY soll, nachdem in den vergangenen drei Jahren

rund 150 Thüringer Schulen damit erfolgreich gearbeitet haben, jetzt Schulen bundesweit zur Verfügung gestellt werden. „Wir werden den Lehrern und Sozialarbeitern nicht nur ein Papier in die Hand geben, sondern für sie Workshops vor Ort organisieren, denn es geht darum, dass sie in die IPSY-Philosophie eindringen“, erklärt Karina Weichold.

## Krankenkasse unterstützt Programm

„Suchtprävention wird oftmals darauf reduziert, über die Arten der verschiedenen Rauschmittel und die damit verbundenen Gesundheitsgefahren aufzuklären“, sagt Karina Weichold. „Doch ein solches Programm kann viel mehr. Lehrer können ihren Schülern so das Rüstzeug

geben, das sie brauchen, um einfach Nein zu Drogen zu sagen und auch sonst gefestigter durchs Leben zu gehen.“

Dafür werden in den anderen Bundesländern IPSY-Stützpunkte geschaffen und Mitarbeiter eingestellt. Die Techniker Krankenkasse, die schon in Thüringen Partner der Studie war, unterstützt das Projekt ab 1. März für vier Jahre mit rund 750 000 Euro. „IPSY gehört zu den wenigen evidenzbasierten Präventionsprogrammen, deren Wirkung in langjähriger wissenschaftlicher Forschung belegt ist“, begründet Thomas Holm, Leiter für Gesundheitsförderung in Lebenswelten bei der Techniker Krankenkasse.

Der nächste IPSY-Workshop findet am 20. März in Jena statt. Online-Anmeldung: [www.ipsy](http://www.ipsy)



„Schüler, die an unserem Programm teilgenommen haben, greifen weitaus weniger zu Alkohol, Zigaretten und illegalen Drogen.“

Psychologin Karina Weichold, Uni Jena

der und Jugendlichen. „Wichtigster Partner sind dabei die Lehrer und Sozialarbeiter an Schulen, die jedoch beim Umgang mit den Schülern andere Methoden als im üblichen Unterricht nutzen müssen“, erklärt Weichold. „In der Haupt-

arbeitet haben, „lernen diese die Kinder dabei von ganz anderer Seite als im Unterricht kennen“. Auch positive Wirkungen auf den Klassenzusammenhalt und generell die Einstellung der Kinder zur Schule seien zu beobachten. „Schüler, die an unserem