

INFORMATIONEN

SUCHTPRÄVENTION UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG AN BERUFLICHEN SCHULEN: MODELLPROJEKT „MEINE ZEIT OHNE“ (MZO)



Matthis Morgenstern,
Priv.-Doz. Dr. phil., Dipl.-Psych.
Benjamin Pietsch,
Dr. phil., M. A. Sportwissenschaften
Reiner Hanewinkel,
Prof. Dr. phil., Dipl.-Psych.
im Namen des gesamten MZO-Teams*
www.meine-zeit-ohne.de

IFT-Nord, Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gemeinnützige GmbH
Harmsstr. 2
24114 Kiel
Tel.: (04 31) 5 70 29 35
Fax: (04 31) 5 70 29 29
E-Mail: morgenstern@ift-nord.de

Förderhinweis

Diese Studie wurde durch das Bundesministerium für Gesundheit gefördert, aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

1. PROJEKTSTECKBRIEF

Die Phase der Berufsausbildung ist häufig von Freude und positiven Erwartungen in Bezug auf die Ausbildung gekennzeichnet, zugleich aber auch von hohem geforderten Einsatz und hohem Erfolgsdruck. Substanzmissbrauch und -abhängigkeit sowie nicht stoffgebundene Abhängigkeiten gehören zu den häufigsten psychischen Störungen im Jugend- und jungen Erwachsenenalter, und Lernende an beruflichen Schulen stellen dabei eine wichtige Zielgruppe für Prävention und Gesundheitsförderung da. Sie rauchen im Vergleich zu Gleichaltrigen häufiger und zeigen häufiger problematische Konsummuster von Alkohol und Cannabis. Internetbezogene Störungen sind unter jungen Menschen im berufsschulfähigen Alter besonders häufig. Der Einsatz evidenzbasierter Konzepte und Programme zur Suchtprävention im Berufsschulsetting ist im Vergleich zum allgemeinbildenden Schulwesen jedoch unterentwickelt. Mit dem hier beschriebenen Vorhaben wurde ein im Setting der allgemeinbildenden Schule etablierter und evidenzbasierter Ansatz der Suchtprävention – die Selbstverpflich-

tung und -erfahrung einer zeitlich begrenzten Abstinenz – auf das Setting Berufsschule übertragen werden. Die Erstellung des Interventionskonzeptes erfolgte dabei in einem partizipativen Prozess gemeinsam mit der Zielgruppe. Die auf diese Weise adaptierte und neu entwickelte Intervention wurde in den Jahren 2020 bis 2022 an einer großen Stichprobe von Lernenden an beruflichen Schulen erprobt und von einer Wirksamkeitsstudie begleitet.

2. DURCHFÜHRUNG, METHODIK

Bei der gezielt für das Berufsschulsetting und die Altersgruppe 16 bis 25 Jahre entwickelten Intervention handelt es sich um eine App-basierte Suchtpräventionsmaßnahme („Meine Zeit ohne – Die Challenge“), bei der sich Teilnehmende freiwillig das Ziel setzen, für einen Zeitraum von zwei Wochen auf ein Konsummittel wie Tabak, Alkohol oder Cannabis bzw. auf eine Verhaltensweise wie Gaming, Glücksspiel, Streaming oder die Nutzung sozialer Medien zu verzichten oder den Konsum spürbar zu reduzieren. Der Fokus lag auf der Entwicklung einer niedrigschwelligen, universalpräventiven Maßnahme, die auf „Gewohnheiten“ der Lernenden abzielt und grundsätzlich alle Lernenden ansprechen kann. Umgesetzt und eingeführt werden sollte die Maßnahme im Klassenkontext durch Personal der jeweiligen beruflichen Schule; die Durchführung erfolgte dann als „Individual-Challenge“, bei der der Verzichtsbereich selbst gewählt werden konnte

und die täglichen Rückmeldungen zu Erfolg oder Misserfolg nur für die teilnehmende Person einsehbar waren. Den Schulen und Lehrkräften wurden Materialien und Methoden zur Verfügung gestellt, um in die Verzichtsthematik inhaltlich einzuführen; es bestand jedoch auch die Möglichkeit, das Projekt lediglich über ein kurzes Erklärvideo vorzustellen (siehe www.meine-zeit-ohne.de).

Die Überprüfung der Wirksamkeit erfolgte durch eine wissenschaftliche Begleitstudie mit zwei Studienarmen und Prä-Post-Befragung, die in den drei Bundesländern Schleswig-Holstein, Hamburg und Bayern umgesetzt wurde. Allen Lernenden in sog. „Interventionsklassen“ wurde das Projekt vorgestellt und sie konnten dann individuell über die Teilnahme entscheiden. Lernende aus „Kontrollklassen“ kamen auf eine Warteliste und wurden erst nach Abschluss der Befragungen zur Teilnahme an der Challenge eingeladen. Die Zuordnung einer Klasse als „Intervention“ oder „Kontrolle“ erfolgte per Zufall. Zur Eingangsbefragung konnten insgesamt 4.591 Schülerinnen und Schüler aus 277 Berufsschulklassen (138 Interventions- und 139 Kontrollklassen) erreicht werden. Die Nachher-Befragung fand 30 Tage nach Ende der Challenge statt, um Verhaltensänderungen über die den festgelegten Verzichtszeitraum hinaus zu erfassen. Vollständige Daten zu beiden Messzeitpunkten lagen von 2.861 (62,3 %) Schülerinnen und Schülern vor. Die Teilnahmequote für die Challenge lag bei 55,2 %. Zu

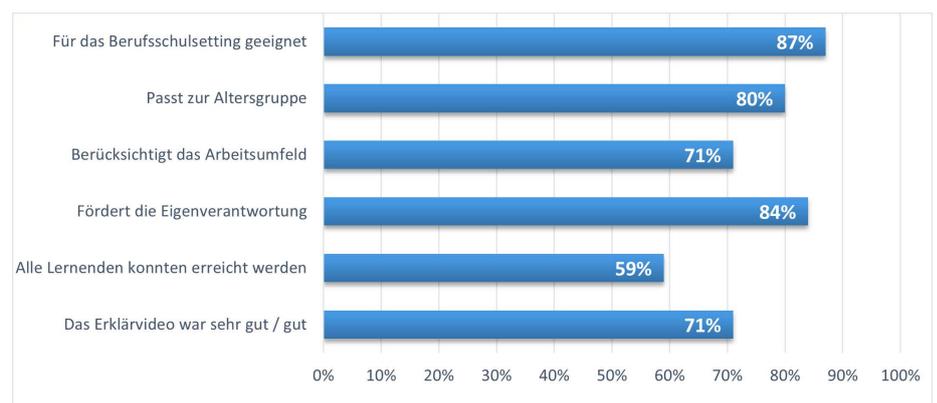


Abb. 1: Einschätzungen von Lehrkräften zu „Meine Zeit ohne“

© MZO (4)

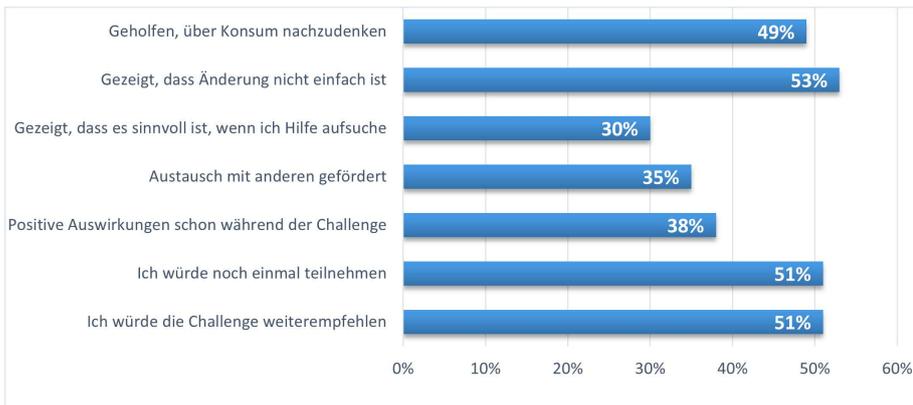


Abb. 2: Einschätzungen von teilnehmenden Berufsschullernenden zu „Meine Zeit ohne“

beiden Befragungszeitpunkten wurden neben soziodemografischen und ausbildungsbezogenen Merkmalen das Konsumverhalten der Lernenden in den Bereichen Rauchen (Zigaretten und E-Produkte), Alkohol, Cannabis, soziale Medien, Videospiele sowie Glücksspiel erfasst. Weitere Maße umfassten die körperliche Aktivität, das subjektive Wohlbefinden und die wahrgenommene Selbstwirksamkeit. In den Analysen wurden Veränderungen auf den erfassten Größen zwischen Interventions- und

Kontrollgruppe über die Zeit verglichen. Prozessbegleitende Messungen wurden durchgeführt, um die Durchführbarkeit der Maßnahme und die Akzeptanz bei Lehrkräften und Lernenden abzuschätzen.

3. ERGEBNISSE, SCHLUSSFOLGERUNG, FORTFÜHRUNG

In den Akzeptanzanalysen stimmten 89 % der befragten Lehrkräfte zu, dass die Maßnahme für das Berufsschulsetting

geeignet sei. Hohe Zustimmungswerte fanden sich auch für die Passung zur Altersgruppe (80 % Zustimmung), der Berücksichtigung der Arbeitsumwelt (71 % Zustimmung) und der Eigenverantwortung der Schüler:innen (84 % Zustimmung). Bei der Bewertung der Nützlichkeit der bereitgestellten Projektmaterialien für die Ansprache der Schüler:innen gaben 59 % der Lehrkräfte an, dass alle bis fast alle Lernenden über die vorhandenen Projektmaterialien erreicht werden konnten; insgesamt wurden die Projektmaterialien als gut bis sehr gut eingeschätzt. Am besten schnitten die erklärenden Videos ab, für die 71 % der Lehrkräfte eine gute bis sehr gute Bewertung abgaben (siehe Abb. 1).

Auch die Akzeptanz aufseiten der Lernenden wurde als zufriedenstellend bis hoch eingestuft (siehe Abb. 2). So zeigten sich bei etwa einem Drittel der Teilnehmenden bereits während der Teilnahme positive Auswirkungen auf das subjektive Wohlbefinden und etwa die Hälfte bestätigte, die Teilnahme an der Challenge weiterzuempfehlen. Technische Probleme mit der App traten bei lediglich 13 % der Befragten auf und die Nutzerfreundlichkeit wurde von 47 % als sehr gut bzw. gut eingestuft.

Die Wirksamkeitsüberprüfung zeigte auf Verhaltensebene eine Reihe von Unterschieden zwischen Interventions- und Kontrollgruppe in den Prä-Post-Vergleichen auf (siehe Abb. 3). So ergab sich bei Schülerinnen und Schülern aus Interventionsklassen häufiger eine Reduktion der Social-Media-Zeit von mindestens 20 Minuten (48,4 % vs. 41,8 %; OR = 1,31; $p < 0,001$) sowie häufiger eine positive Veränderung (Reduktion oder dauerhafte Abstinenz) in irgendeinem der Konsum- und Verhaltensbereiche (73,0 % vs. 68,8 %; OR = 1,24; $p = 0,001$). In einer weniger konservativen Analyse, die lediglich Lernende betrachtete, die auch tatsächlich an einer spezifischen Challenge teilgenommen hatten, waren die Unterschiede zwischen Interventions- und Kontrollgruppe in der Häufigkeit positiver Veränderungen deutlicher. Dort zeigte sich eine gesundheitsförderliche Verhaltensänderung bei 55,7 % (Interventionsgruppe) vs. 41,8 % (Kontrollgruppe) für Social-Media; 43,0 % vs. 25,2 % für Videospiele; 16,1 % vs. 6,0 % für Glücksspiel; 25,2 % vs. 10,0 % für konventionelle Zigaretten; 20,2 % vs. 9,3 % für E-Zigaretten und 7,9 % vs. 4,1 % für Cannabis.

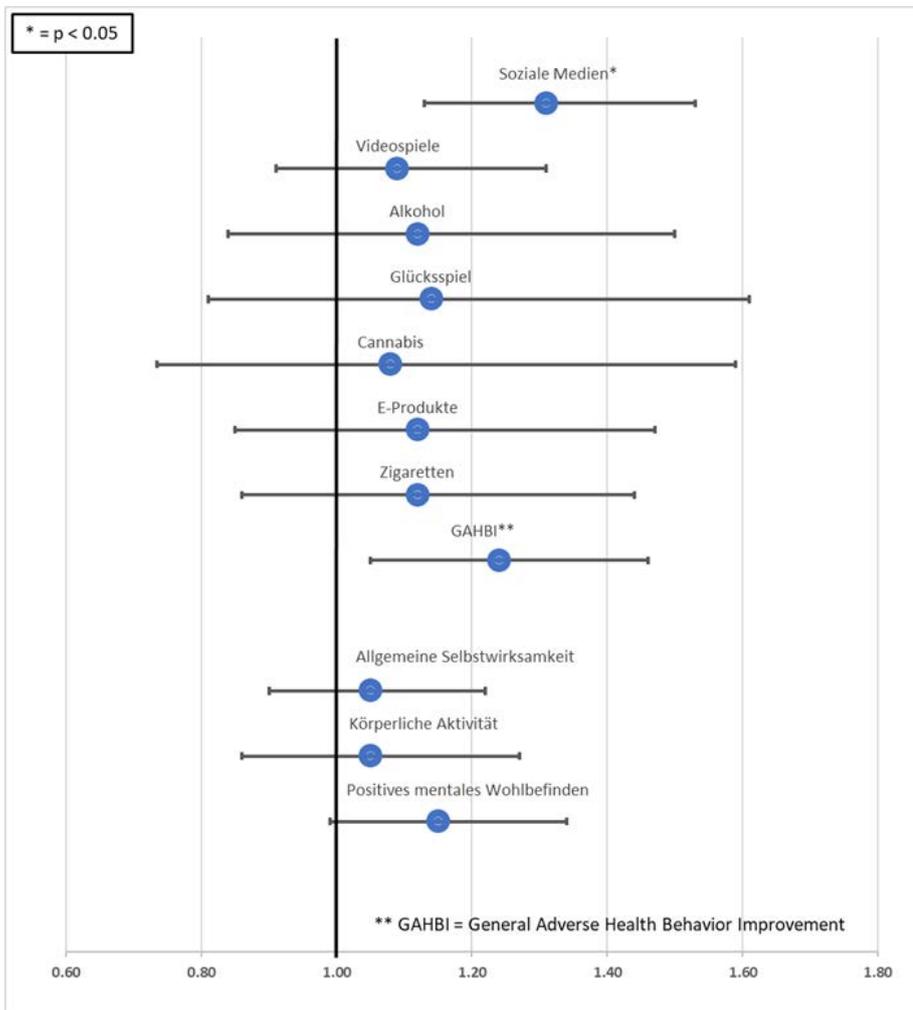


Abb. 3: Veränderungen des Verhaltens in der Interventionsgruppe verglichen mit der Kontrollgruppe, Odds-Ratio und 95%-KI, n = 2.861

4. FAZIT UND GESAMTEINSCHÄTZUNG

Insgesamt konnten die Umsetzung und Anpassung der Präventionsmaßnahme auf das Setting Berufsschule als erfolgreich bewertet werden. Damit steht für dieses Setting eine niedrigschwellige Suchtpräventionsmaßnahme zur Verfügung, die durch eine digitale Anwendung ökonomisch eingesetzt werden kann, aufseiten der Zielgruppen ausreichend akzeptiert wird und eine positive Wirkung auf das Gesundheitsverhalten zu haben scheint. Eine Fortführung des Projektes über die Modellphase hinaus wird ausdrücklich empfohlen. Bezüglich der

Bekanntmachung und Verbreitung der Maßnahme ist sowohl eine Top-Down-Strategie (über Schulleitungen) als auch eine Bottom-up-Strategie (über Schulpsychologie und Schulsozialarbeit) geplant. In diesem Zuge sind auch Schulungen von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren zu empfehlen, um eine festgelegte Verantwortungsstruktur innerhalb einer Schule zu gewährleisten. Der Bezug der App soll auch zukünftig kostenfrei über die entsprechenden App-Stores möglich sein.

5. WEITERFÜHRENDE LITERATUR

Arnaud, N. et al.: Effectiveness of an app-based intervention to reduce substance use, gambling, and digital

media use in vocational school students: study protocol for a randomized controlled trial. *Trials* 2022; 23: 277.

Pietsch, B. et al.: Effects of an App-Based Intervention Program to Reduce Substance Use, Gambling, and Digital Media Use in Adolescents and Young Adults: A Multicenter, Cluster-Randomized Controlled Trial in Vocational Schools in Germany. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2023; 20: 1970.

Montag, J. et al.: Verbreitung und Korrelate des Substanzkonsums unter 5.688 Auszubildenden an beruflichen Schulen. *Gesundheitswesen* 2015, 77, 411–417.

Morgenstern, M. et al.: Suchtprävention an beruflichen Schulen. *Bildung und Beruf* 2019; 2: 50–7.

Onrust, S. A. et al.: School-based programmes to reduce and prevent substance use in different age groups: What works for whom? Systematic review and meta-regression analysis. *Clin Psychol Rev* 2016, 44, 45–59.

Kalke, J. et al.: „Initiierte Abstinenz“. *Präv Gesundheitsf* 2006, 1, 219–226.

AUS DEM DL

NEUWAHLEN BEIM DEUTSCHEN LEHRERVERBAND STEFAN DÜLL TRITT DIE NACHFOLGE VON HEINZ-PETER MEIDINGER AN

Bei dem alle drei Jahre tagenden Bundeshauptausschuss, dem höchsten Gremium des Deutschen Lehrerverbands, fanden heute Neuwahlen statt. Nach zwei Amtszeiten trat DL-Präsident Heinz-Peter Meidinger nicht mehr zur Wahl an. Als sein Nachfolger wurde einstimmig Stefan Düll zum zukünftigen Präsidenten des Deutschen Lehrerverbandes gewählt; er tritt dieses Amt zum 1. Juli 2023 an. Stefan Düll ist stellvertretender Bundesvorsitzender im Deutschen Philologenverband DPhV und leitet seit 2014 das Justus-von-Liebig-Gymnasium in Neuss.

Der neue Präsident Stefan Düll betonte: „Professionell und schulartspezifisch ausgebildete Lehrkräfte leisten einen unschätzbaren Dienst für die Gesellschaft. Sie dienen Deutschland. Schulen bilden den entscheidenden Kitt für den gesellschaftlichen Zusammenhalt und die Identifikation mit einer freiheitlichen demokratischen Grundordnung. Sie bilden jungen Menschen zu emanzipierten Persönlichkeiten heran, die die Zukunft unseres Landes und Europas gestalten und verantworten.“ DL-Schatzmeister Dominik Berdin (BvLB) wurde einstimmig im Amt bestätigt. Der scheidende DL-Präsident Heinz-Peter Meidinger wurde von der Wahlversammlung zum Ehrenpräsidenten ernannt.

Am Vortag der Delegiertenversammlung fand in Kooperation mit der Konrad-Adenauer-Stiftung eine Fachtagung zum Thema Lehrkräftemangel statt, ein Thema, das aktuell die Debatten in Politik und Gesellschaft bestimmt.

Unter dem Titel „Schule ohne Lehrkräfte? Probleme, Lösungsansätze und Zukunftsperspektiven“ diskutierten Vertreterinnen und Vertreter des Deutschen Lehrerverbandes mit Vertreterinnen und Vertretern der Politik, der Ständigen Wissenschaftlichen Kommission der KMK sowie der Eltern und Schüler und zahlreichen Lehrkräften und weiteren an der Bildung Beteiligten. Moderiert wurde die

Veranstaltung vom Bildungsjournalisten Martin Spiewak.

Einig waren sich alle Beteiligten, dass die Qualitätsstandards in der Lehrkräfteausbildung trotz des bestehenden Lehrkräftemangels im Interesse der Schülerinnen und Schüler nicht heruntergefahren werden dürfen. Der Deutsche Lehrerverband ist der Dachverband der folgenden allgemeinschulischen und berufsschulischen Lehrerverbände: Deutscher Philologenverband DPhV, Bundesverband der Lehrkräfte für Berufsbildung BvLB, Verband Deutscher Realschullehrer VDR und Katholische Erziehergemeinschaft KEG.



Die Delegierten des BvLB mit dem neu gewählten DL-Präsidenten Stefan Düll (Mitte) und dem DL-Schatzmeister Dominik Berdin (rechts), der auch weiterhin BvLB-Schatzmeister ist.

© BvLB