

Risikokompetenz beim Umgang mit Alkohol: Konzepte, Konflikte, Chancen und Grenzen

Österreichische ARGE Suchtvorbeugung 2016 „Brennpunkt Alkohol“



Dr. Henrik Jungaberle

FINDER Institut für Präventionsforschung | www.finder-research.com | Henrik.Jungaberle@finder-research.de
AG Psychotrope Substanzen Charité Universitätsmedizin Berlin

Publications
researchgate.com/henrikjungaberle
henrikjungaberle.com

Hintergrund Henrik Jungaberle

Drogen- und Präventionsforschung

- 10-Jahres-Längsschnittsprojekt RISA am Universitätsklinikum Heidelberg --> **Salutogenese**, Konsummusterforschung und Ritualforschung
- EU-Projekt: Entwicklung des Präventionsprogramms REBOUND an Uni Heidelberg
- Aktuell: MDMA-unterstützte PTSD Therapie (Phase 3 Studie) und in Kooperation mit Charité Universitätsmedizin Berlin: Online Drug Communities and Drug Video Channels

Präventionspraktiker

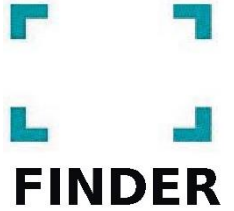
- v.a. REBOUND, Risikokompetenz- und Integrationsansatz

Autor

- „High sein. Ein Aufklärungsbuch“ (mit Jörg Böckem)

TV

- 05.09.2016: Beitrag in der Sendung „Das Jenke Experimente: Drogen“ über LSD und „immersives Atmen“



Publikationen, Projekte, Weiterbildung,
Newsletter/Blog:

henrikjungaberle.com

finder-research.com



Die Beziehung von Menschen zu Risiken ist komplex. Es gibt eine Menge Vorteile und Lernchancen beim Umgang mit Risiken.

Die Gesellschaft tut sich schwer mit einigen intentional eingegangenen Risiken

Ziele des Beitrags und Erkenntnisgewinn

1. Konzepte, Konflikte, Chancen von **Risikokompetenz-Orientierung** in der Suchtprävention

- Wie kann man Risikokompetenz verstehen/definieren/nutzen?
- Von welchen Kompetenzen sprechen wir im Zusammenhang mit Rausch und Alkohol?
- Lassen sich diese Kompetenzen lernen und lehren?

2. Flipped perspective: **Rausch und Drogengebrauch aus positiver, gelingender Perspektive** betrachten



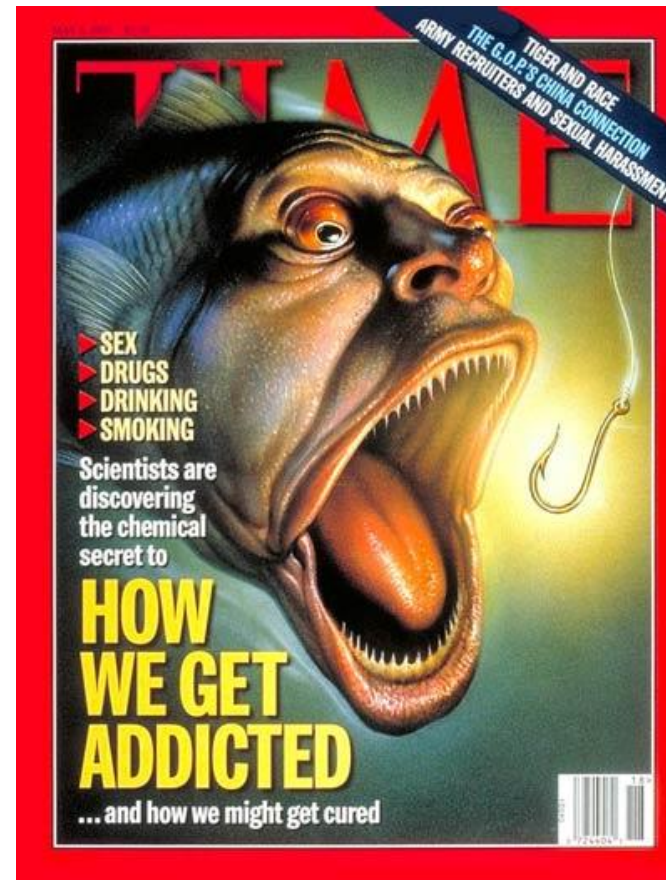
Über Drogen reden heißt auch: sich mit Klischees und Stereotypen beschäftigen

Verharmlosung

„Willst du mit mir Drogen nehmen?
Dann wird es rote Rosen regnen.
Ich hab's in einer Soap gesehen.
Willst du mit mir Drogen nehmen?“

Alligatoah (*1989), deutscher Hip-Hopper,
„Willst du“

Dämonisierung



Rauschkultur



Der Wunsch nach überwältigender Erfahrung: moderne Gesellschaften bürokratisieren die Adoleszenz



Beschneidungsinitia- tion australischer Ureinwohner.

*In urtümlichen Initia-
tionsriten ist der Junge
aus seiner Kindheit her-
ausgeholt, sein Körper ist
mit Hautritzungen verse-
hen worden. Er hat jetzt
den Körper eines Man-
nes. Es ist ausgeschlos-
sen, daß er nach einem
solchen Ereignis wieder
in die Kindheit zurück-
fällt.*

Risikokompetenz

... ist die Fähigkeit mit Risiken erfolgreich und verantwortungsvoll umgehen zu können

Weibel et al. (2006):

- a. unterschiedliche Risiken gegeneinander aufgrund von Konsequenzen abwägen zu können
- b. Diese Kenntnis auch in Entscheidungssituationen als Handlungsgrundlage präsent zu haben,
- c. Wohl informierte Entscheidungen auch unter Bedingungen von reduzierter Aufmerksamkeit, Zeit- und Gruppendruck treffen zu können
- d. An der Entscheidung festzuhalten
- e. Aus Fehlern die entsprechende Konsequenzen ziehen zu können

Kurzfilm als Ausgangspunkt von Risikokompetenz-Training



Risikokompetenz

... dem steht eine Alltagstheorie gegenüber, nach der Risikokompetenz, die Fähigkeit ist Gefahren aus dem Weg zu gehen.

→ also: „Trink nicht, nimm keine Drogen“

Das ist zugleich die Banalisierung eines alternativen theoretischen Konzepts im Umgang mit psychoaktiven Substanzen.

Historisch: von Ecstasy zu Alkohol

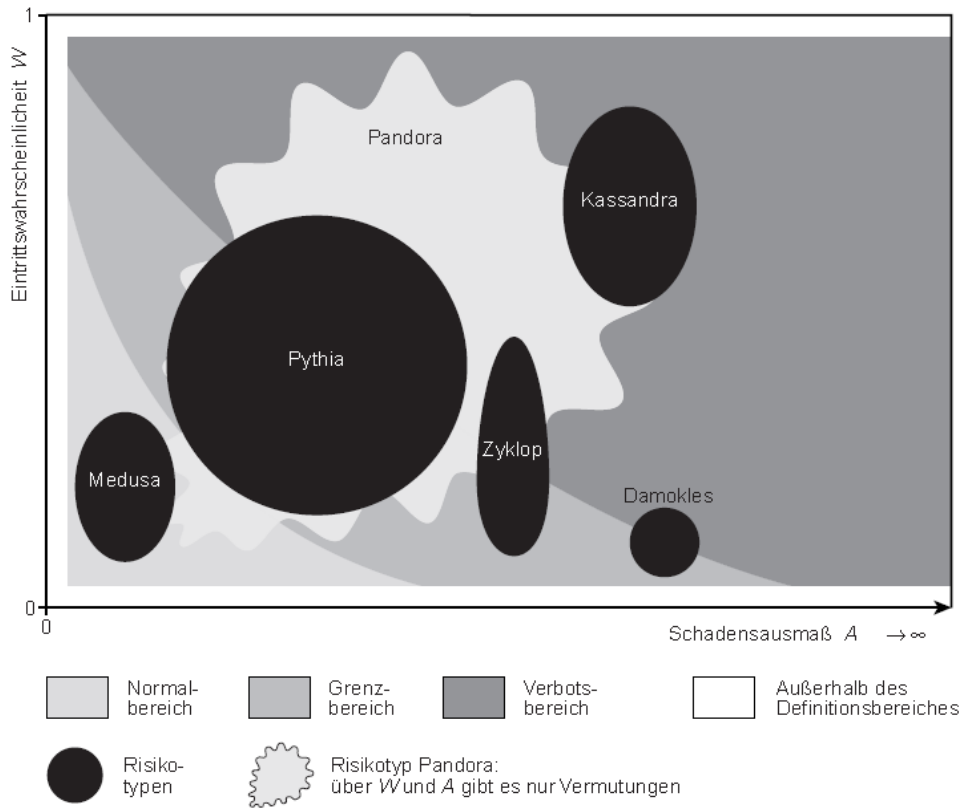
1990er: Paradigmenwechsel von den Abschreckungsstrategien zu einer konsumakzeptierenden Haltung und Risikobegleitung: Förderung eines verantwortungsvollen Substanzkonsums als Ziel neuer Präventionsmaßnahmen
Franzkowiak (1996; 2001)

Zielebenen	Ziele
Wissen	(1) informiertes Problembewusstsein über Drogenwirkungen und Risiken des Drogenkonsums
Einstellung	(2) kritische Einstellung gegenüber legalen und illegalen Drogen (3) Verzicht auf bestimmte Substanzen (harte Drogen, Selbstmedikation) (4) Bereitschaft und Fähigkeit zum Konsumverzicht (Punktnüchternheit) in bestimmten Situationen, Lebensräumen und Entwicklungsphasen (Kindheit, frühe Jugend, Schule, Arbeitswelt, Straßenverkehr, Schwangerschaft, etc.)
Verhalten	(5) Vermögen, sich zwischen Abstinenz und mäßigem Konsum in tolerierten Situationen ohne negative Konsequenzen bewusst und verantwortlich entscheiden zu können sowie (6) Entwicklung von Regeln für einen genussorientierten und maßvollen Konsum, Beherrschung von Sicherheitsregeln, die sowohl das persönliche Risiko als auch das für die Umwelt mindern (z.B. kein täglicher Alkoholkonsum)

Risiko – Definitionen

- Risiko ist Merkmal einer Handlung mit ungewissen Folgen
- Risiko ist ein Merkmal von Entscheidungen oder Handlungen mit unsicheren Konsequenzen. Es beruht auf unvollständigem Wissen der künftigen Entwicklung eines Systems und seiner Umwelt und aus der gegenseitigen Abhängigkeit menschlichen Handelns in einer Gesellschaft (Holzeu 1993, zit. nach Haller 2003)
- Risiko ist eingeschränkte Kontrollierbarkeit (Brun,1994)

Differenzierung von 6 objektivierbaren Schadenstypen



Eintrittswahrscheinlichkeit, Schadensausmaß und Abschätzungssicherheit

Damokles-Schwert: Eintritt gegen 0, aber Ausmaß gegen unendlich, Abschätzung hoch

Beispiel: Kernenergie, Staudämme, Meteoriten

Zyklon: Eintritt ungewiss, Abschätzungsrisiko gering; Schadensfolgen groß und bekannt; Reversibilität hoch, persistent

Beispiel: Überschwemmungen, Erdbeben, HIV-Infektion

Pythia: Abschätzungssicherheit sehr klein, Schadensausmaß hoch, Eintrittswahrscheinlichkeit ungewiss

Beispiel: Treibhauseffekt, transgene Pflanzen (Genmais)

Büchse der Pandora: Eintritt unbekannt, Abschätzung klein, Persistenz hoch, Reversibilität niedrig, Schaden vermutet

Beispiel: Endokrin wirksame Stoffe (Pestizide, Biozide)

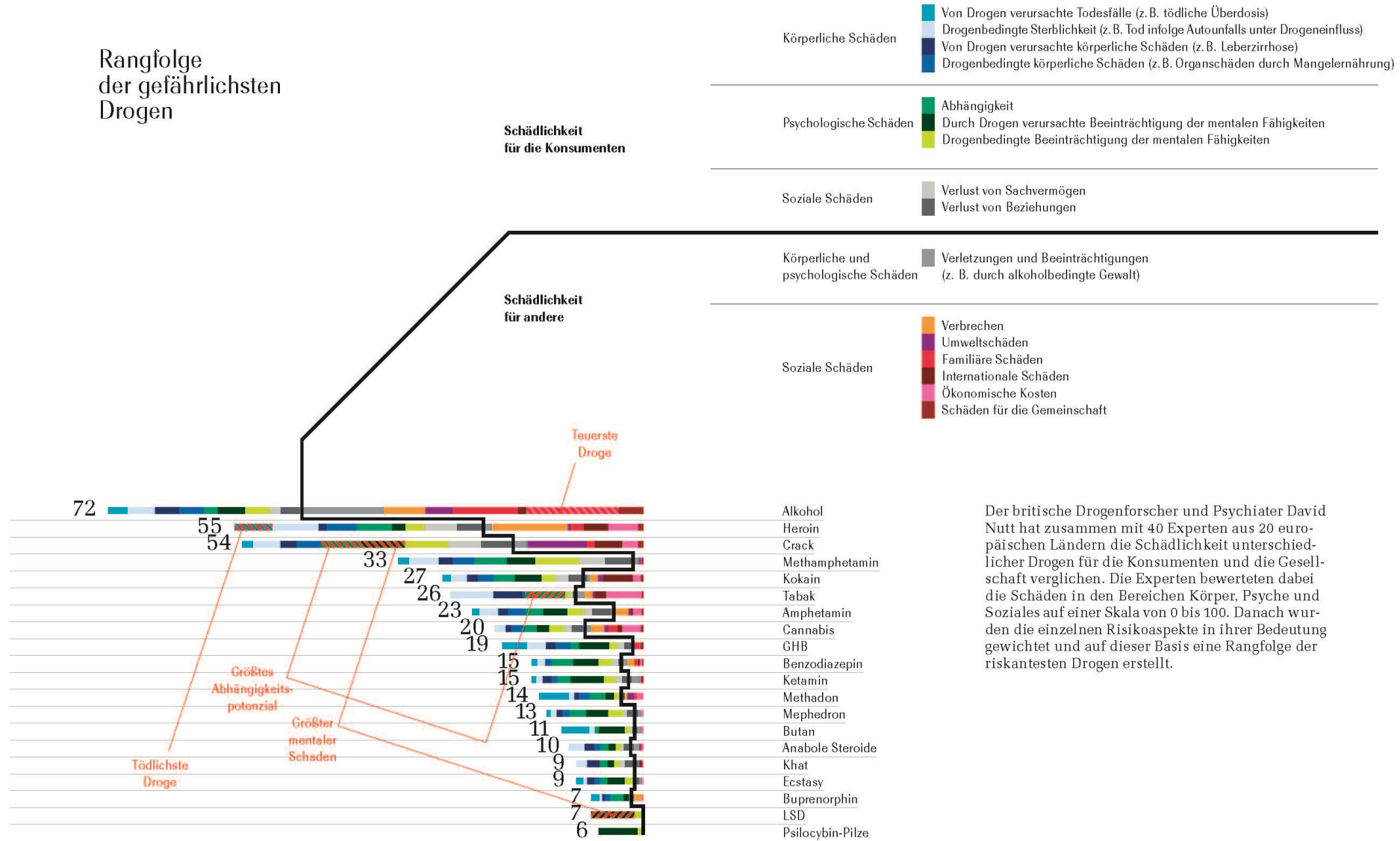
Kassandra: Eintritt hoch, Schaden hoch, Abschätzung mittel, Verzögerungswirkung hoch

Beispiel: Anthropogener Klimawandel

Medusa: Eintritt gering, Abschätzung gering, Schaden gering

Beispiel: Elektromagnetische Felder

Rangfolge der gefährlichsten Drogen



Der britische Drogenforscher und Psychiater David Nutt hat zusammen mit 40 Experten aus 20 europäischen Ländern die Schädlichkeit unterschiedlicher Drogen für die Konsumenten und die Gesellschaft verglichen. Die Experten bewerteten dabei die Schäden in den Bereichen Körper, Psyche und Soziales auf einer Skala von 0 bis 100. Danach wurden die einzelnen Risikoaspekte in ihrer Bedeutung gewichtet und auf dieser Basis eine Rangfolge der riskantesten Drogen erstellt.

Kompetenz – Definitionen

- Lateinisch = „das Zusammentreffen“
- *allgemein*: Sachverstand, Fähigkeit, Zuständigkeit; *im engeren Sinn* die Fähigkeit eines Menschen, bestimmten Anforderungen gewachsen zu sein.
- ... beschreibt, inwieweit Individuen den Anforderungen in verschiedenen Kontexten gewachsen sind: z.B. Sozialkompetenz, Selbstkompetenz, Fachkompetenz
- Schlüsselmerkmal: Bezug zum wirklichen Leben → „eine Effektive Interaktion zw. Individuum und Umwelt“
- ...ist eine realisierte Fähigkeit (Connel, Scheridan, & Gardner, 2003)
- „Die bei Individuen verfügbaren oder durch sie erlernbaren kognitiven Fähigkeiten und Fertigkeiten, um bestimmte Probleme zu lösen, sowie die damit verbundenen motivationalen, volitionalen und sozialen Bereitschaften und Fähigkeiten, um die Problemlösungen in variablen Situationen erfolgreich und verantwortungsvoll nutzen zu können“ (Weinert, F.E., 2001)

Grenzen 1: ein kognitivistisches Konzept?

“The emphasis should be on providing all pupils with accurate, credible and consistent **information** about the hazards of tobacco, alcohol and other drugs, including volatile substances”

Advisory Council for the Misuse of Drugs (2011)

→ Nein. Menschen handeln nicht (nur) aufgrund von Informationen



Ändert Information Verhalten?

- Dermota 2013 – Konsumenten weit besser informiert (mehr *health literacy*)
- Auch negative Erinnerungen stimulieren (Krank 2010)
- Die Mehrheit kennt die Risiken (Yap 2012)
- “Harm Reduction” in der Prävention (*informier Dich => kontrollier Dich*) funktioniert nicht durchgängig (Vogl 2009)
- SHAHRP: Jugendliche redeten mehr mit Eltern, ohne den Konsum zu reduzieren (Midford 2012)

... und Jugendliche sind eher

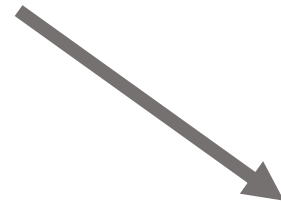
Impulsiv

Risiko suchend

Affektintensiv

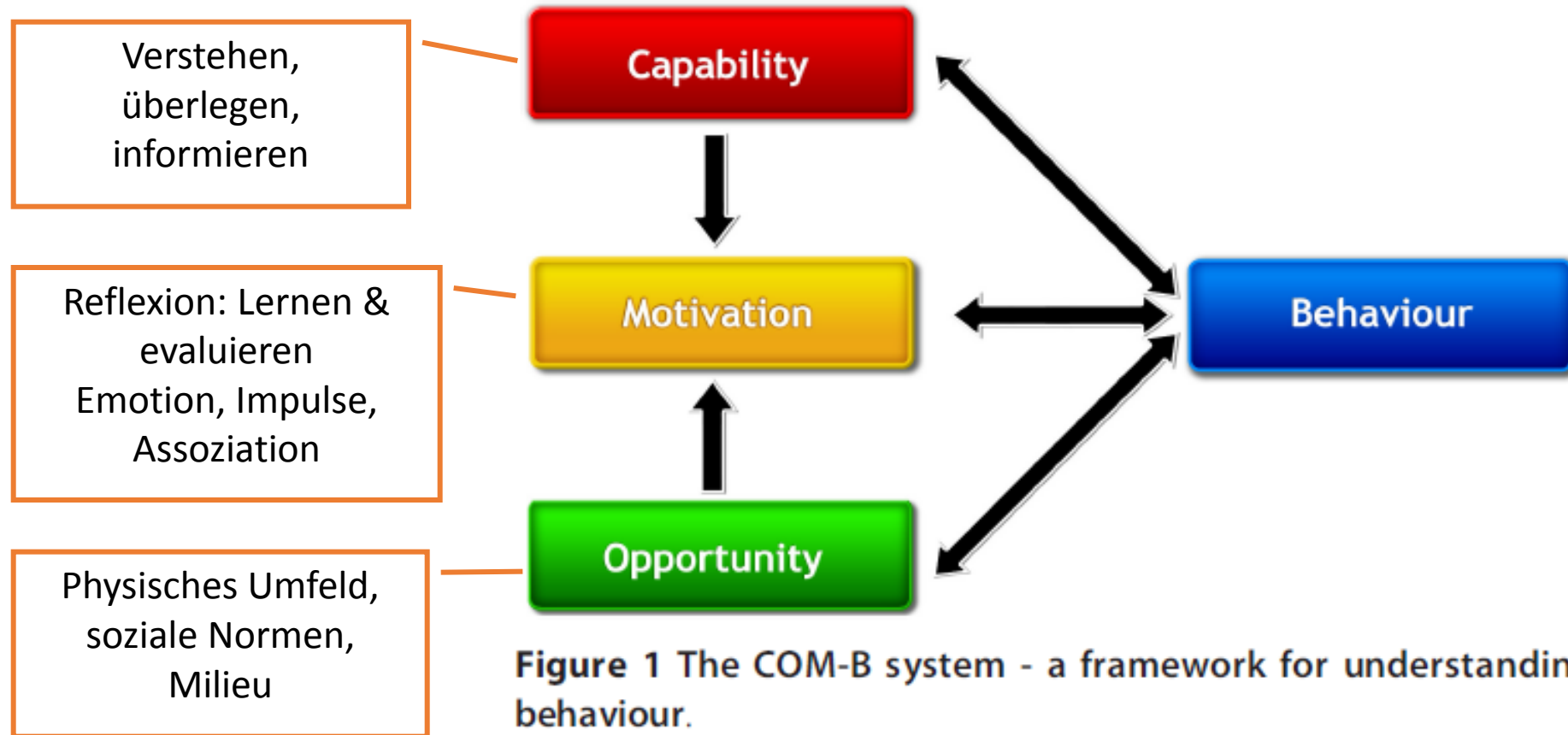
Peer-orientiert

Soziales hat Vorrang

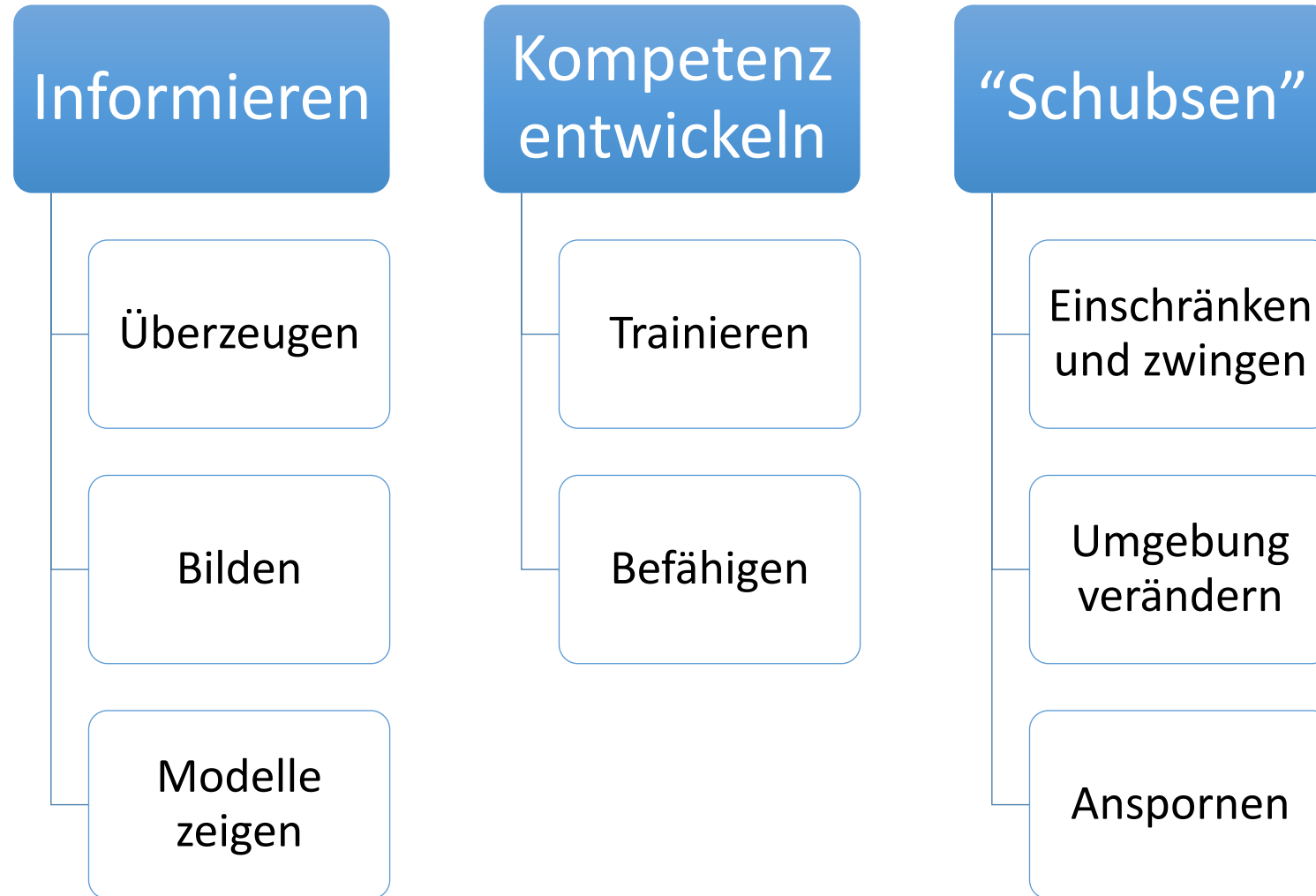


- Sexueller Erfolg
- Schnelle Anpassung an instabile feinselige Umgebungen
- hilft beim Reifen und Erfahrungen sammeln

Was steuert unser Verhalten?



Drei Dimensionen von Prävention



Grenzen 3: Der beliebte Schalter funktioniert nicht

- Kompetenzen **entwickeln sich manchmal über Jahrzehnte**
- Historisch: Taxonomie von Lernzielen (Benjamin Bloom 1956)
 - Wissen – Verstehen – Anwenden – Analyse – Synthese – Evaluation
- Simplifiziertes Stufenmodell:
 - **Wissen** (was Risikokompetenz ist)
 - **Anwenden** können (auf konkrete Situationen)
 - **Erklären** können (damit andere es lernen)

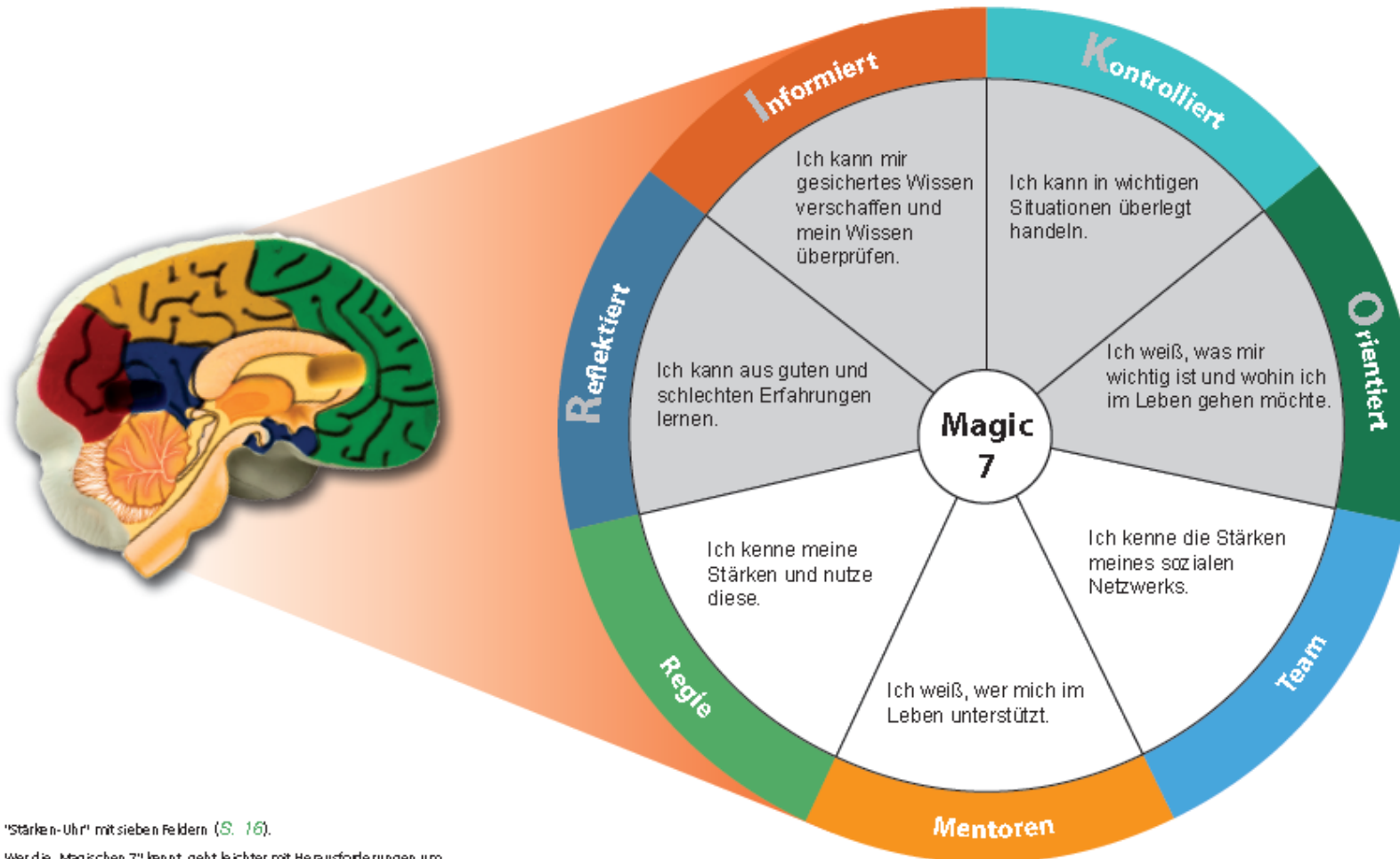
Grenzen 4: die Vulnerablen

- **Einige Menschen erlernen Risikokompetenz** (z.B. im Umgang mit Alkohol) **nicht oder schlecht**: risk sensitivity, risk attitude and specific fear (Sjöberg 2000; Weber et al. 2002)
- Menschen unterscheiden sich hinsichtlich ihrer *Sensibilität für Risiken*: Manche Personen sind sehr schnell besorgt, während andere relativ schwer aus der „Fassung zu bringen“ sind
- Risikowahrnehmung ist mehr als nur ein Personenmerkmal. Es ist ein soziales und kulturelles Konstrukt, welches **Werte, Symbole, Geschichte und Ideologien beinhaltet** (Weinstein, 1989)

Chancen 1

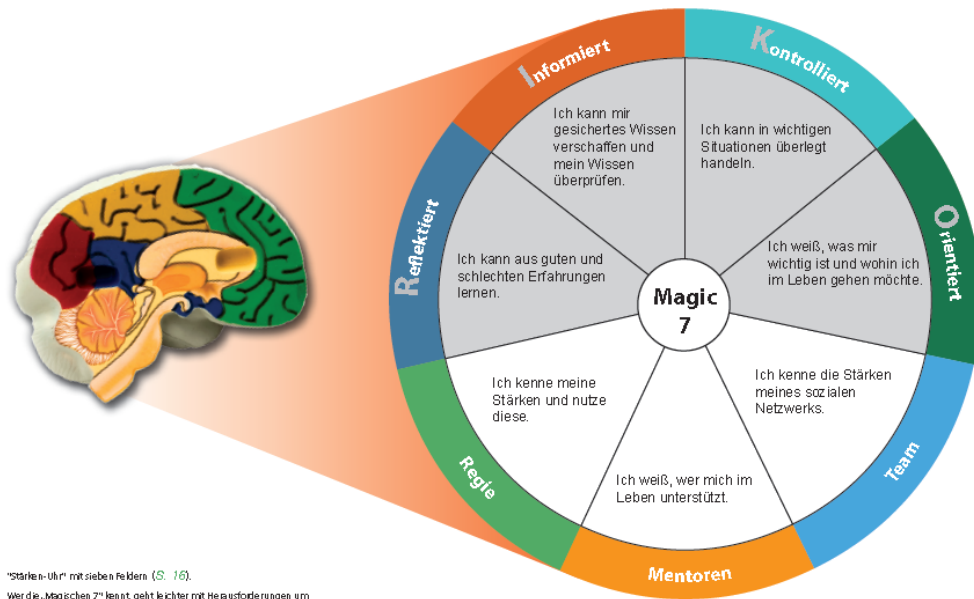
1. Es gibt keine Alternative zu Risikokompetenz (RIKO)
2. RIKO lehrt alle etwas über die menschlichen Bedürfnisse und Entwicklungszyklen. RIKO hilft dabei, irrealer Erwartungen an Prävention aufzulösen (→ Elternarbeit!)
3. Unterstützt dabei, aus Erfahrungen zu lernen (und macht die Bedingungen klar, in denen das passieren kann)
4. ... lenkt den Blick auf Individualisierung von Prävention (kein *one size fits all*)
5. ... mit Vulnerablen anders umgehen als mit Resilienten (z.B. *preventure*)

RIKO-Modell im Präventionsprogramm REBOUND



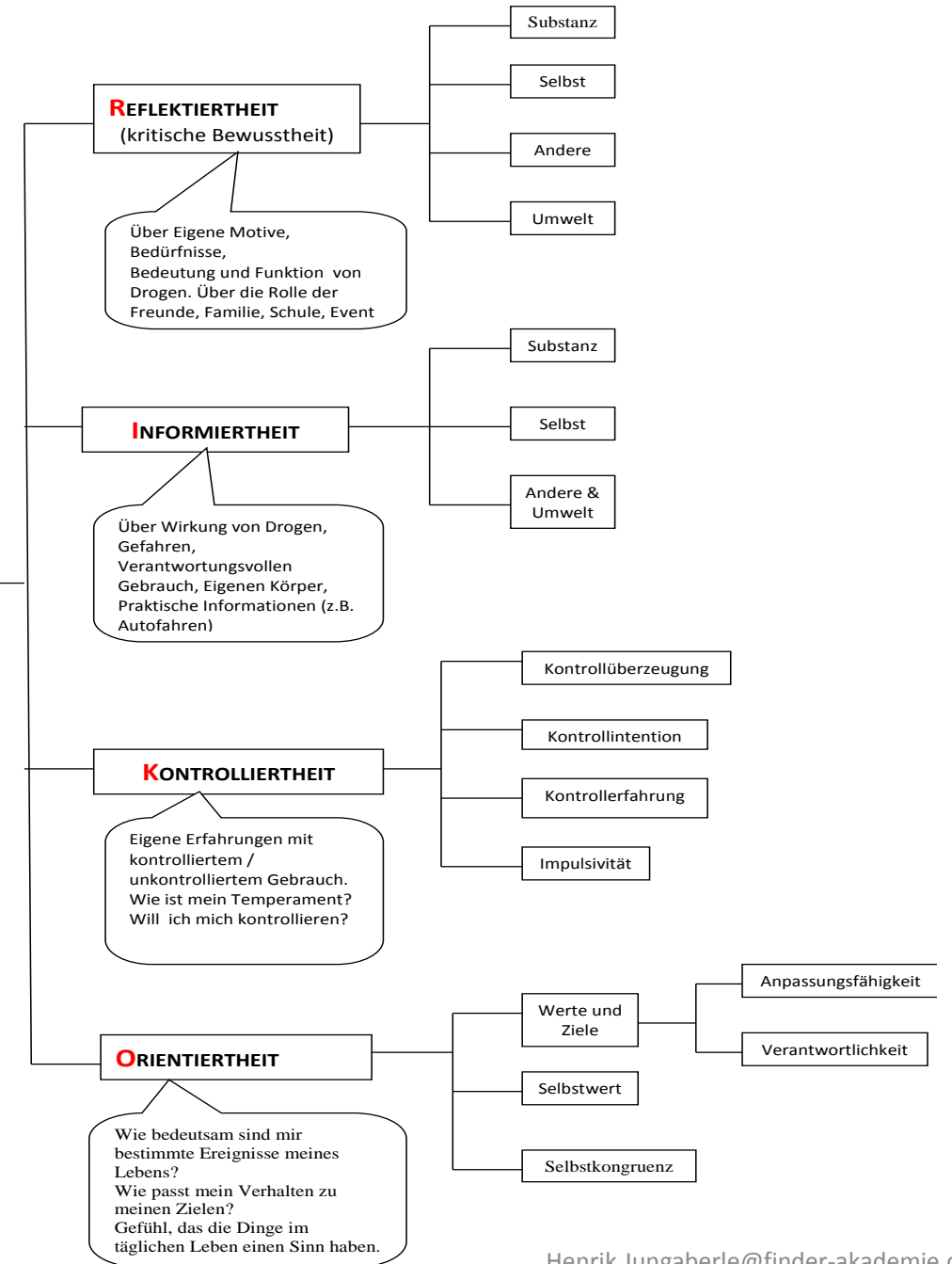
"Stärken-Uhr" mit sieben Feldern (S. 16).
Wer die „Magischen 7“ kennt, geht leichter mit Herausforderungen um

Risikokompetenz - Dimensionen



"Stärken-Uhr" mit sieben Feldern (S. 16).
Wer die „Magischen 7“ kennt, geht leichter mit Herausforderungen um

R I S I K O K O M P E T E N Z



Chancen 2: Alkohol. Über die (Un)Fähigkeiten des Einzelnen und der Gesellschaft Rausch als Kultur(gut) zu begreifen

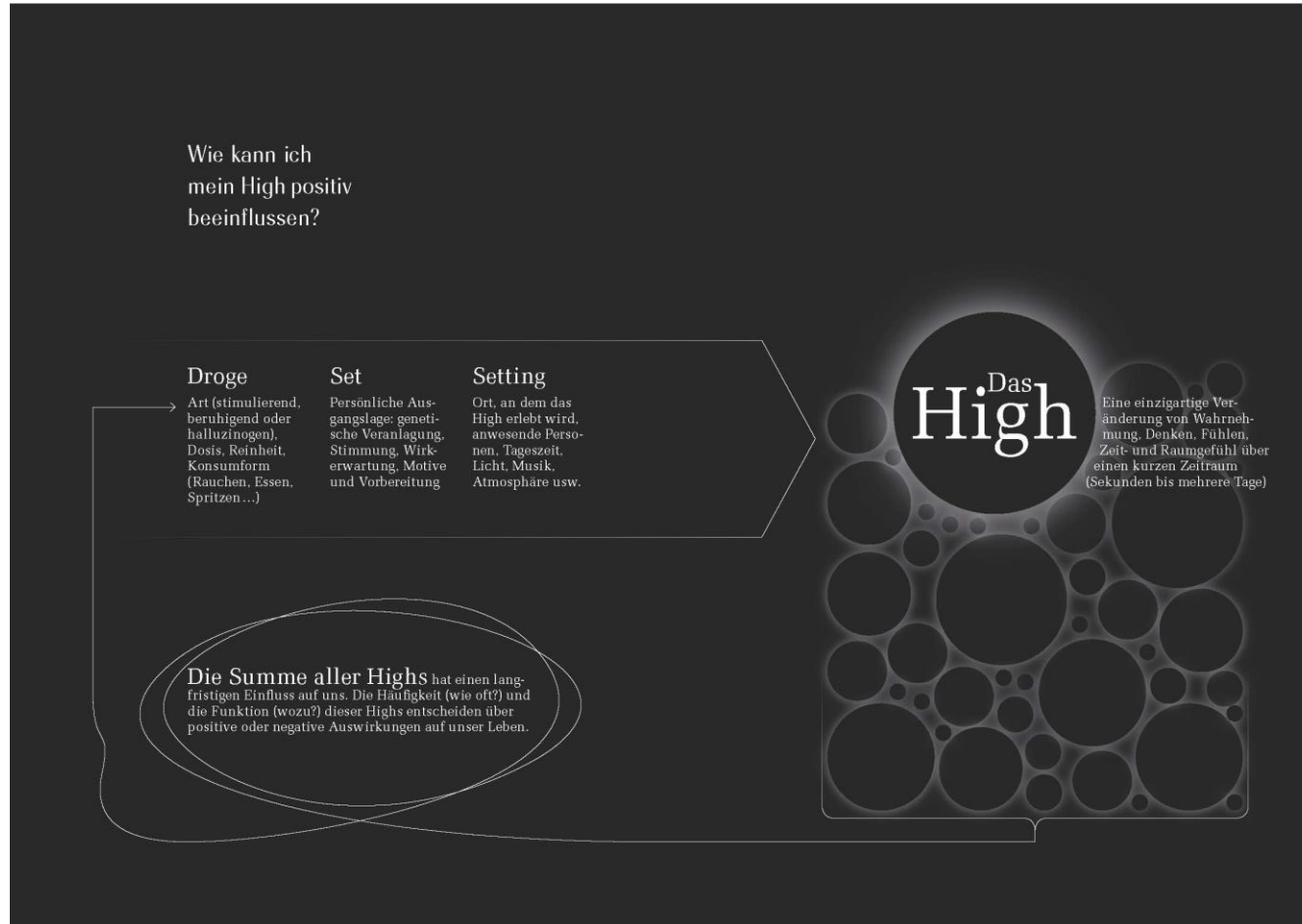
6. Risikokompetenz lenkt den Blick auf gut gestaltete Settings für Rauscherfahrungen → positive Modelle gefragt, weg von Katastrophismus

7. Risikokompetenz betont die Bedeutung von Peers: Prävention *mit* Jugendlichen, nicht für sie

8. Risikokompetenz-Konzept bei Alkohol: stellt auf positive Weise die Nähe zu anderen Risikoverhaltensweisen her: Sexualität, Autofahren, Geborenwerden



Das beste Mal: Drug=Alkohol, Set und Setting



Ausblick: salutogenetische Forschung zu Substanzgebrauch (integrativer Konsum) ist nötig

- Forschung zu positiven, funktionalen Gebrauchsmustern
- Alkohol und anderen Drogengebrauch vom gelingenden Ende her Denken und darstellen
- Beispiel: den Capabilities-approach von Amartya Sen und Martha Nussbaum auf Substance Use anwenden
 - Differenzierter Freiheitsbegriff → capabilities ermöglichen dem Menschen selbstbestimmt zu leben
 - Freiheit als normatives Ziel und funktional für Verwirklichungschancen

Spektrum des Substanzgebrauchs

Dysfunktionaler
Gebrauch/
Abhängigkeit
[dependence]

Missbrauch

Riskanter Gebrauch

Kontrollierter Gebrauch

Positiv funktionaler Gebrauch =
Integrativer Gebrauch



Modellentwicklung zu integrativem Gebrauch

■ 1. Autonomiedimension

- Kontrolle (= z.B. keine Abhängigkeit in Organismus-Substanz-Interaktion)
- Selbstbestimmung – auch über Krankheit und Tod

■ 2. Gesundheitsdimension

- 2a. Überwiegend positive Funktionen für Stabilisierung und Verbesserung von Gesundheitsbalance
- 2b. Fähigkeit zur Befriedigung psychischer Grundbedürfnisses sowohl mit als auch ohne Hilfe psychoaktiver Substanzen (Klaus Grawe 2004: (a) Lustgewinn/Unlustvermeidung, (b) soziale Bindung, (c) Selbstwerterhaltung/Prestige, (d) Orientierung, Kontrolle und Sinn)

■ 3. Gestaltungsdimension

- Überwiegende Verbesserung der capabilities (Grundbefähigungen)
- Einstellungen und aktive Handlungen zur Integration in die Lebensganzheit, z.B. explizite Gebrauchsregeln (Wann, wo, mit wem, was, wie oft, wozu), Techniken der Selbstklärung, kompetente soziale Netzwerke

Fazit

„Nichts geschieht ohne Risiko, aber ohne Risiko geschieht auch nichts.“

Walter Scheel (*1919), dt. Politiker (FDP), 1974-79 Bundespräsident

Alkoholpolitik: Risikokompetenz können Menschen unter Bedingungen lernen, die etwas von ihnen fordern (Planung, Integration usw.)

→ Weg vom laissez-faire in der Alkoholpolitik