

# Wirksamkeit der Prävention von Substanzmissbrauch – Was ist bei Studierenden besonders zu berücksichtigen?

Dr. Anneke Bühler

29.11.13

BMG-Statusgespräch „Substanzmissbrauch bei Studierenden“

**IFT**  
Institut für  
Therapieforschung  
München

- Schlussfolgerungen der neuen BZgA-Expertise zur Suchtprävention zur Wirksamkeit von Alkoholprävention mit Studierenden
  - Verhaltensbezogen
  - Verhältnisbezogen
- Lebensphase Frühes Erwachsenenalter
  - Alkoholkonsum im frühen Erwachsenenalter
  - Kontext Hochschule
  - Alkoholkonsum und Neuroenhancement im Studium



# BZgA-Expertise Suchtprävention 2013

- Aktualisierung der Expertise von Bühler & Kröger, 2006
- Neue Literatur 2004 bis 2012
- Ziel: Zusammenfassung wissenschaftlichen Wissens zur Wirksamkeit von universeller und selektiver Prävention
- Adressatenkreis: Entscheidungsträger und Durchführende
  
- 64 Überblicksarbeiten (darunter 17 Meta-Analysen und 38 systematische Reviews)
- 91 Schlussfolgerungen in 7 Handlungsbereichen
- Wirksamkeit: Verhinderung, Verzögerung oder Verringerung des Konsumverhaltens

# Wirksamkeit verhaltensbezogene Maßnahmen mit Studierenden

Carey et al., 2007, Meta-Analyse, 62 Studien RCT

Larimer et al., 2007, syst. Review, 42 Studien RCT

Cronce et al., 2011, syst. Review, 36 Studien, RCT

Moreira et al., 2009, Meta-Analyse, 22 Studien RCT

Carey et al., 2009, Meta-Analyse, 35 Studien RCT

Tait & Christiansen, 2010, Meta-Analyse, 15 Studien RCT

Labbe & Maisto, 2011, syst. Review, 11 Studien 9 RCT

## Allgemeine Aussage

Verhaltensbezogene Maßnahmen mit Studierenden haben präventive Effekte auf den Alkoholkonsum. Sie sind klein und mittelfristig (bis sechs Monate) und erreichen auch Effekte auf alkoholbezogene Probleme. <sup>A</sup>

# Wirksame Inhalte

- Feedback und normative Einordnung <sup>A</sup>
  - Persönlich
  - Computergestützt
  - Voll automatisiert
  - Im Rahmen von Kurzintervention MI
  - In Gruppensituation
  - Nicht in schriftlicher Form
- Erweiterung um alkoholbezogene Fertigkeiten <sup>B</sup>
  - Für problembehaftetere Gruppen
- Überprüfen der Wirkerwartungen <sup>B</sup>
  - Geschlechtshomogene Gruppen
- Informationsvermittlung alleine nicht <sup>A</sup>
- Lebenskompetenzansatz nur eine Studie, keine Effekte

Keine Unterschiede

Nicht für Nichttrinker

# Wirksamkeit verhältnisbezogene Maßnahmen

Toomey et al., 2007, unsyst. Review, 36 Studien

Saltz, 2011, unsyst. Review, 5 Studien

Allgemeine Aussage

Maßnahmen der Verhältnisprävention im Hochschulsetting könnten präventive Effekte auf den Alkoholkonsum und seine Folgen haben. <sup>D</sup>

# Environmental Policies to Reduce College Drinking: An Update of Research Findings\*

TRACI L. TOOMEY, PH.D.,<sup>†</sup> KATHLEEN M. LENK, M.P.H.,<sup>†</sup> AND ALEXANDER C. WAGENAAR, PH.D.<sup>†</sup>

- Review , 2007
- Möglichkeiten für unter 21-Jährige (Minors) und für alle Studierenden

# Verhältnispräventive Möglichkeiten

- *Einschränken wo, wann und wie Alkohol verkauft und vertrieben wird*
  - Dichte der Kneipen und Bars verringern
  - Erhöhung der Lizenzgebühr
  - Einschränkung von Verkaufszeiten
  - Verbot des Verkaufs auf dem Campus
  - Überwachung der zunehmenden Verfügbarkeit wegen Privatisierung und Community events
- *Förderung verantwortlichen Alkoholverkaufs*
  - Verkauf in Standardgrößen, Verbot von „Krügen“
  - Kein Alkohol an betrunkene Kunden
  - Werbung für alkoholfreie Getränke
  - Keine „Letzte-Runde“ Ansagen
  - Schulung von Managern und Personal einfordern
  - Durchsetzung der Haftungsregel von Alkoholverkaufsstellen



- *Verringerung der Alkoholversorgung auf Partys*
  - Verbot von Bierfässern
  - Einschränkung/Verbot von Heimlieferungen
  - Alkoholmenge auf Veranstaltungen limitieren
  - Keine Selbstbedienung
  - Alkoholfreie Getränke und Speisen anbieten
  - Alkoholreduzierte Getränke anbieten
- *Alkoholpreis erhöhen*
  - Einschränkung von happy hours/ Sonderangeboten
  - Freien Alkohol begrenzen
  - Alkoholverbrauchssteuer erhöhen
- *Einschränkung der Konsumorte*
  - Konsum nur in bestimmten Bereichen
  - „Trockene“ Campusse und Wohnheime einführen
  - Verbot von Alkohol an Orten, an denen starkes Trinken auftritt

- *Bedeutung von Alkohol verringern und positive Erwartungshaltung zeigen*
  - Vermeidung des Sponsorings von Events durch Alkoholindustrie
  - Einschränken von Alkoholwerbung in Uni-Zeitschriften
  - Sportangebote am Abend und am Wochenende
  - Einrichten eines Uni-Cafés und keiner Uni-Kneipe
  - Campus-weite soziale Normkampagnen
  - Verbot des Alkoholverkaufs auf Campus
  - Kernseminare am Freitagmorgen
  - Studienanfang mit 5-Tage-Woche
  - Studierende ermutigen, zu arbeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren oder Praktika zu machen
  - Personal und Dozenten ermutigen auf Campus zu wohnen

# Lebensphase Frühes Erwachsenenalter

## Transitionskriterien

- Formal und rechtlich: Volljährigkeit, Wahlrecht
  
- Objektiv und verhaltensnah: Auszug aus Elternhaus, finanzielle Unabhängigkeit, Heirat, Elternschaft
  
- Psychologisch: Ablösung, Autonomie/psychologische Reife
  - + Selbstbestimmung der Person, Autonomie gegenüber Gleichaltrigen, Autonomie gegenüber Eltern
  
- Subjektiv: Individualisierung
  - + Verantwortung für die Folgen des eigenen Handelns
  - + Unabhängig von Eltern und anderen aufgrund eigener Überzeugungen und Werte entscheiden
  - + Beziehung zu Eltern als gleichberechtigt

Krampen & Reichle, 2002; Freund & Nikitin, 2012

# Entwicklungsthemen

- Ablösung von Herkunftsfamilie
- Berufsausbildung und Berufseintritt
- Partnerwahl und Partnerschaft
- Elternschaft
- Freizeitverhalten
  - + Klare Dominanz sozialer Aktivitäten über Beschäftigung alleine
  - + Austausch mit Gleichaltrigen und Familienmitgliedern, Selbstöffnungsbereitschaft v.a. gegenüber Freunden
  - + Nivellierung der geschlechtstypischen Unterschiede
- Soziale Teilhabe und Verantwortungsübernahme
  - + Erhöhte Lebenszufriedenheit
  - + Vulnerabilität für Entwicklungsrisiken und –probleme erniedrigt

# „Rushhour“ des Lebens

- Bittman & Wacjman, 2000
- Für Lebensbereiche Beruf und Familie junges Erwachsenenalter besonders anspruchsvoll
- Viele Aufgaben
- Tiefgreifende, langfristige Entscheidungen

# „Emerging Adulthood“

- Arnett, 2000
- Verlängerter Übergang von Adoleszenz zu Erwachsenenalter
- Phase der Exploration und biologischen – aber nicht sozialen – Reife
- Trend zu späterer Heirat und Elternschaft, längere Ausbildung und Vorbereitung auf Beruf, Arbeitsmarkt mit häufig wechselnden Arbeitsstellen
- Hauptmerkmale
  - Relativ starke Bindung zu Eltern
  - Intensiver Selbstfokus
  - Erleben einer breiten Vielfalt an Beziehungen
  - Vermeidung von Verpflichtungen/Festlegung
    - + zu einzelnen, engen Beziehungen
    - + zu einem bestimmten Lebensstil

# Emerging Adulthood und Substanzkonsum (Arnett, 2005)

1. Phase der Identitätsexploration
  - Viel ausprobieren, bevor man sich entscheidet, darunter auch Substanzkonsum
  - Konsum zur Erholung von der Identitätsverwirrung
2. Phase der Instabilität
  - Konsum zur Stimmungsregulation (Angst, Traurigkeit)
  - Insbesondere direkt nach Ereignissen (Wohnortwechsel etc.) wegen erhöhter Stimmungstiefs
3. Phase der Selbstfokussierung
  - Stärker auf sich selbst gerichtet da Verpflichtungen anderer gegenüber gering sind, verbringen relativ viel Zeit alleine
  - Soziales Netzwerk und Beziehungen, die in anderen Lebensphasen soziale Kontrolle ausüben, sind weniger existent, mehr im Übergang oder instabil
  - Konsum, weil weniger soziale Kontrolle



# Emerging Adulthood und Substanzkonsum (Arnett, 2005)

4. Phase des „gefühlten Übergangs“
  - Graduell zunehmendes Gefühl des Erwachsenseins
  - Indikatoren für Erwachsenenstatus: Nicht betrunken Auto fahren, illegale Drogen meiden, Sich nicht betrinken
  - Sich nicht erwachsen zu fühlen, heißt auch sich nicht an erwachsene konsumbezogene Verhaltensstandards gebunden zu fühlen
5. Phase der Möglichkeiten
  - Möglichkeit, tiefgreifende Veränderungen in ihrem Leben einzuleiten
  - Zunehmende Lebenszufriedenheit, Zeit des Optimismus, hohe Erwartungen
  - Höherer Konsum bei Extremgruppen: mit übersteigertem Optimismus und verzerrter Risikowahrnehmung; mit geringem Wohlbefinden zur Selbstmedikation

# Alkoholkonsum im (frühen) Erwachsenenalter

## Alcohol-Expectancy Dimensions and Alcohol Consumption at Different Ages in the General Population\*

ALEXANDER PABST, DIPL.-PSYCH.,<sup>†</sup> SEBASTIAN E. BAUMEISTER, PH.D.,<sup>†</sup> AND LUDWIG KRAUS, PH.D.

*IFT Institute for Therapy Research, Parzivalstrasse 25, 80804 München, Germany*

- $N = 6,099$ , Alter 18-59
- Repräsentative Stichprobe, 2003
- Response rate 55%

TABLE 1. Differences in socioeconomic variables, alcohol consumption, and alcohol-expectancy dimensions across age groups

Variable	Age group		
	18-29 ( <i>n</i> = 2,00)	30-44 ( <i>n</i> = 1,939)	45-59 ( <i>n</i> = 1,860)
<b>Socioeconomic</b>			
Female, <i>n</i> (%)	1,242 (54.0%)	1,037 (53.5%)	909 (48.9%)**
Age, years, <i>M</i> ( <i>SD</i> )	24.0 (3.1)	37.5 (4.1)***	51.4 (4.3)***
Years of education, <i>n</i> (%)			
<10 years	492 (21.4%)	300 (15.5%)***	606 (32.6%)***
10 years	709 (30.8%)	791 (40.8%)***	669 (36.0%)***
>10 years	1,099 (47.8%)	848 (43.7%)**	585 (31.5%)***
“Equalized” household income, <i>n</i> (%)			
<€1.000	1,182 (51.4%)	462 (23.8%)***	364 (19.6%)***
€1.000-€2.000	1,049 (45.6%)	1,276 (65.8%)***	1,215 (65.3%)***
>€2.000	69 (3.0%)	201 (10.4%)***	281 (15.1%)***
<b>Alcohol consumption, <i>M</i> (<i>SD</i>)</b>			
No. of drinking days	6.8 (5.9)	9.2 (8.2)***	11.3 (9.6)***
Average daily intake <sup>a</sup>	12.0 (16.1)	12.6 (17.7)*	15.8 (19.3)***
<b>Alcohol expectancy dimensions, <i>M</i> (<i>SD</i>)</b>			
Social assertiveness	3.2 (0.9)	2.6 (0.9)***	2.3 (0.9)***
Tension reduction	2.2 (0.9)	2.0 (0.8)***	1.9 (0.8)***
Sexual enhancement	2.2 (1.0)	2.0 (1.0)***	1.8 (0.9)***
Cognitive impairment	2.3 (0.8)	2.2 (0.9)*	2.0 (0.9)***
Aggression	1.5 (0.8)	1.4 (0.7)***	1.4 (0.7)***

Notes: Pearson chi-square tests (qualitative) and Wilcoxon two-sample tests (quantitative) were used for bivariable comparisons with 18- to 29-year-olds as reference group. <sup>a</sup>Grams of ethanol per day.

\**p* < .05; \*\**p* < .01; \*\*\**p* < .001.

## Wenn ich Alkohol getrunken habe... (1-5)

1. finde ich alles irgendwie lustiger – auf jeden Fall lache ich mehr.
2. kann ich keinen klaren Gedanken mehr fassen.
3. kann ich meine Probleme und Sorgen vergessen.
4. bin ich in ausgelassener Stimmung.
5. steigt mein Selbstvertrauen.
6. bin ich lockerer und ungezwungener.
7. kann ich besser abschalten.
8. fällt es mir leichter, auf andere Menschen zuzugehen.
9. kann ich einer Unterhaltung nicht mehr richtig folgen.
10. genieße ich Sex noch mehr.
11. lassen Schmerzen, die ich habe, deutlich nach.
12. habe ich Schwierigkeiten, mich zu konzentrieren.
13. werde ich schneller aggressiv.
14. bin ich reizbar und aufbrausend.
15. empfinde ich stärker beim Sex.
16. bin ich nicht mehr so schüchtern.
17. werde ich träge.
18. bin ich nicht mehr so verspannt
19. breche ich eher einen Streit vom Zaun
20. habe ich mehr Lust auf Sex.

TABLE 2. Regression models of alcohol consumption as a function of alcohol-expectancy dimensions

Alcohol-expectancy dimensions	Effect on no. of drinking days <sup>a</sup> % [95% CI]	Effect on average daily intake <sup>b</sup> % [95% CI]
Social assertiveness	-5.7** [-9.0, -2.4]	2.1 [-2.6, 6.9]
Tension reduction	23.5*** [19.1, 28.1]	27.9*** [21.6, 34.5]
Sexual enhancement	-0.6 [-3.3, 2.1]	0.0 [-3.6, 3.8]
Cognitive impairment	-8.4*** [-11.5, -5.3]	-15.9*** [-20.0, -11.6]
Aggression	12.5*** [8.9, 16.4]	24.1*** [18.4, 30.1]

<sup>a</sup>Negative binomial regression model; <sup>b</sup>generalized linear model with gamma distribution and log link function; each model also included gender, age, years of education, and equalized household income.

\*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$ .

# Wirkerwartung Selbstsicherheit

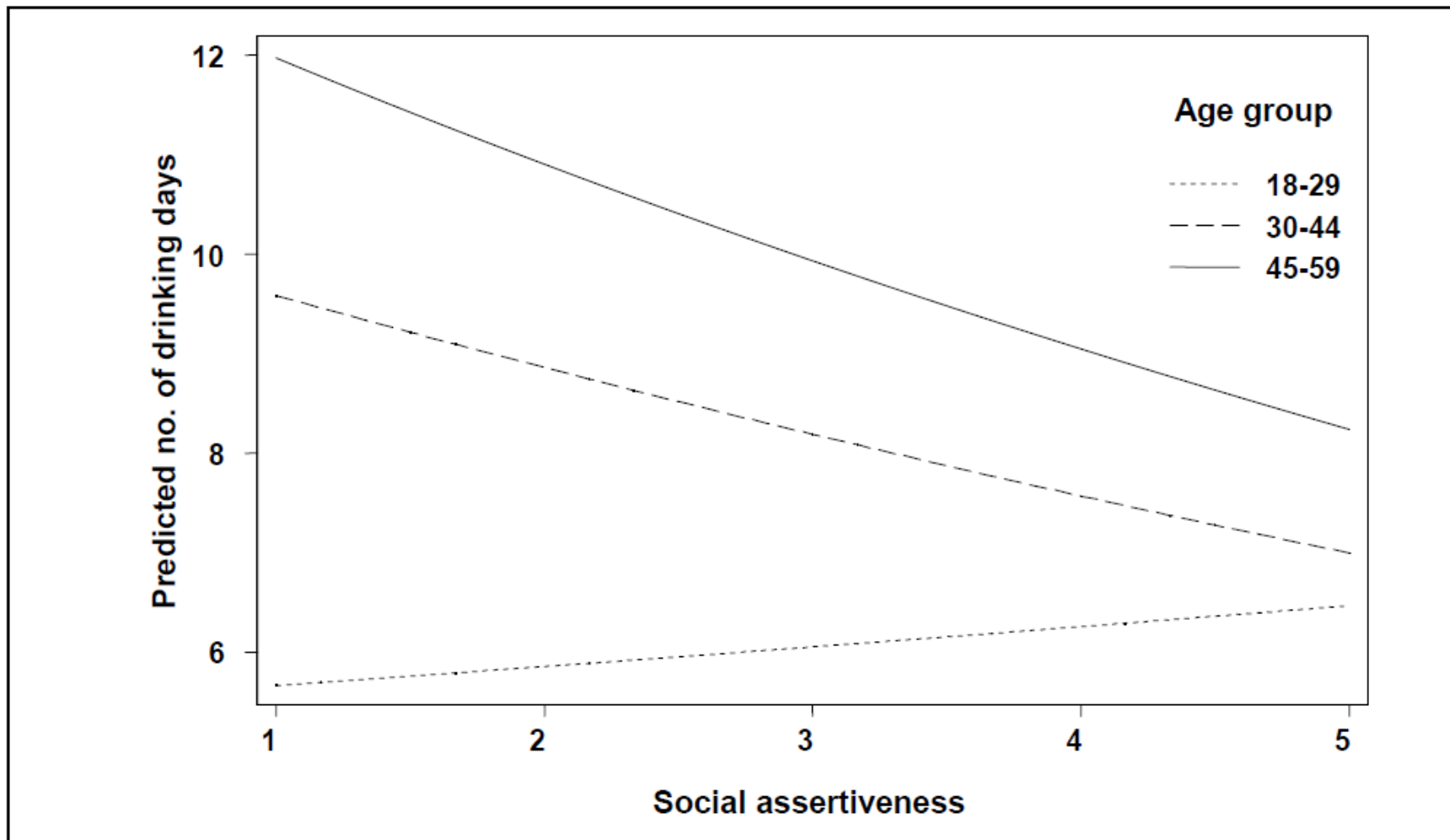


FIGURE 1. Interaction between age groups and social assertiveness on predicted number of drinking days (all other covariables constant at the mean)

Interaktion gilt auch für positive sexuelle Wirkerwartung

Dr. Anneke Bühler, 29.11.13, BMG-Statusgespräch „Substanzmissbrauch bei Studierenden“

# Wirkerwartung Selbstsicherheit

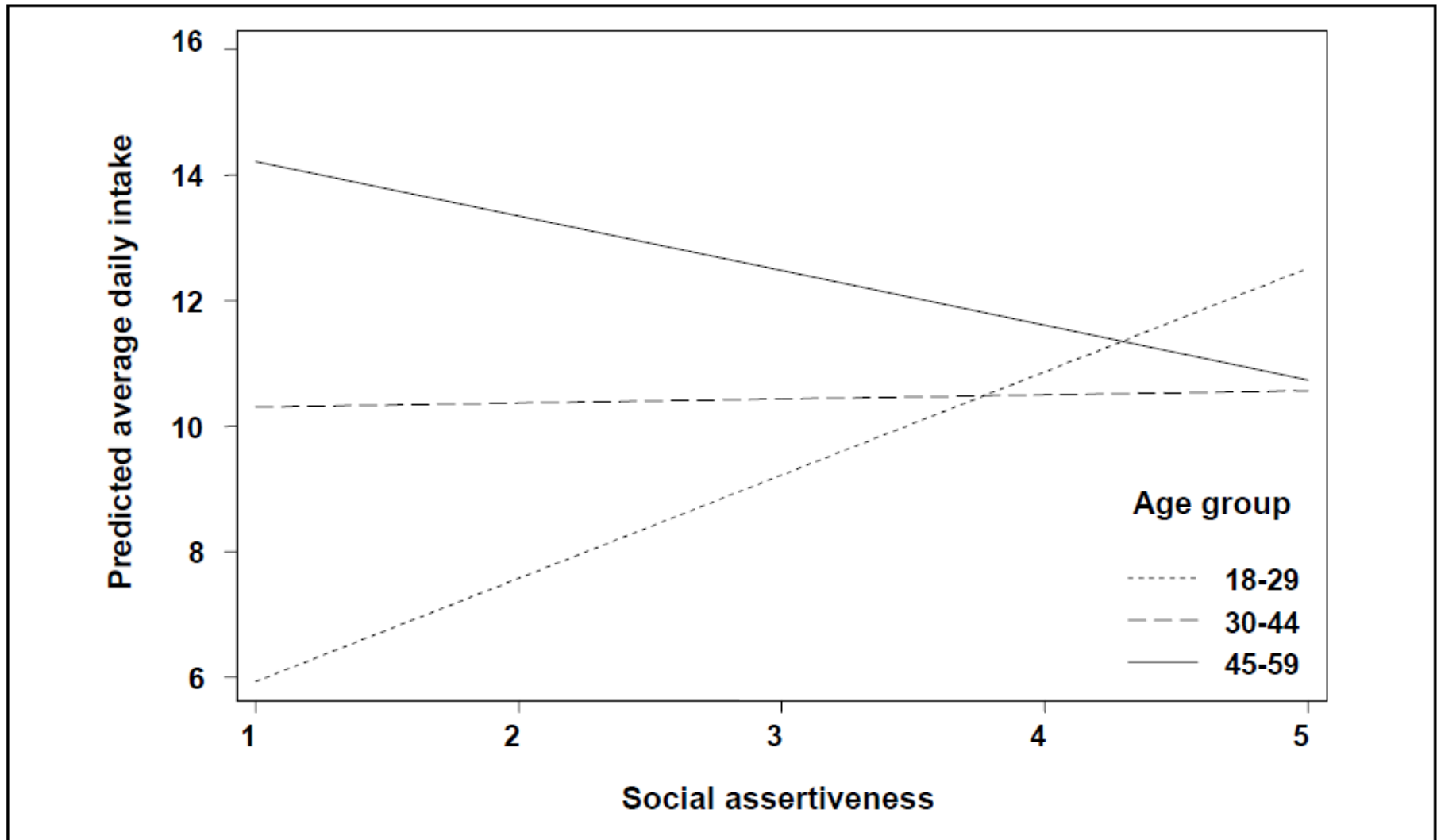
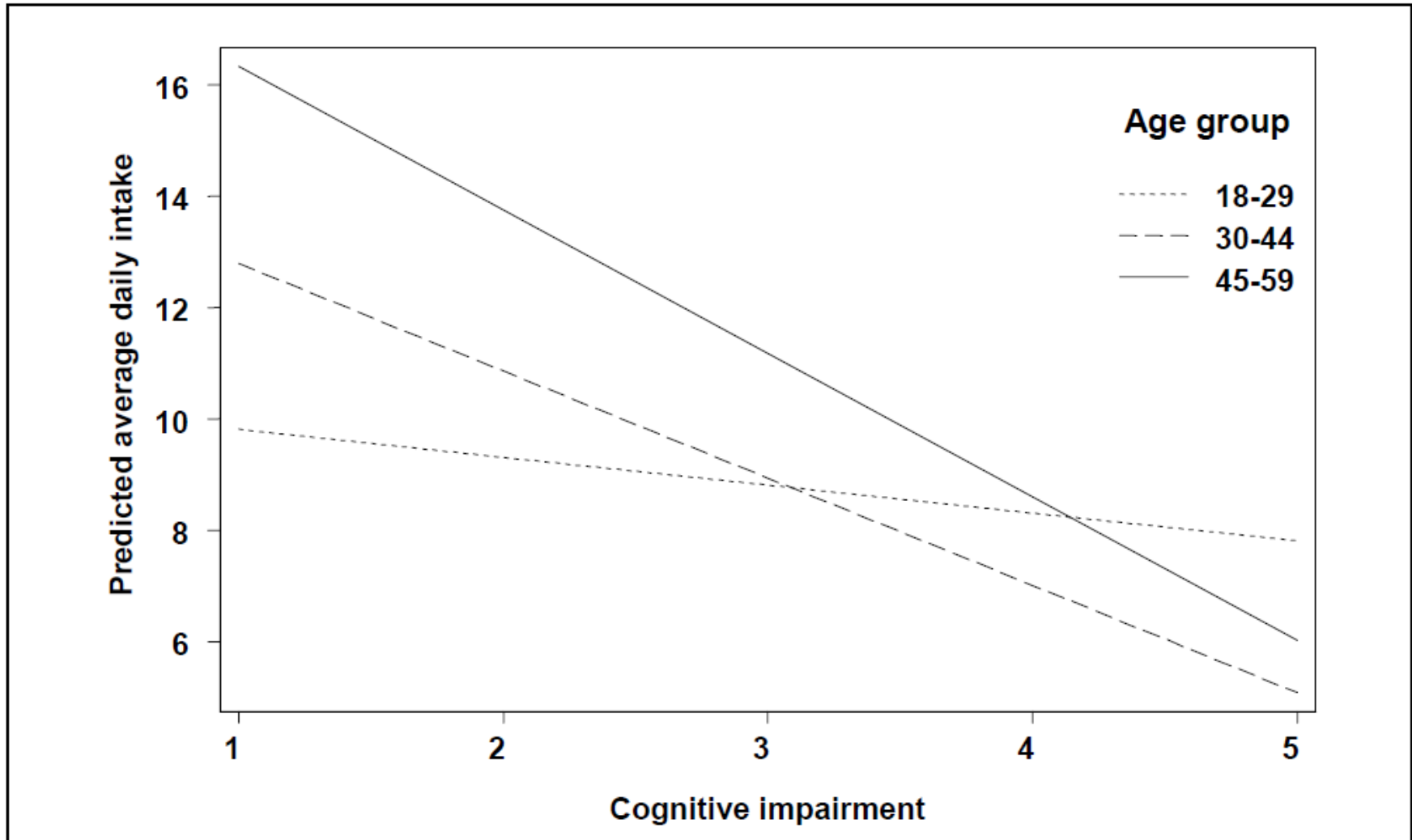


FIGURE 2. Interaction between age groups and social assertiveness on predicted average daily intake (all other covariables constant at the mean)

Interaktion gilt auch für positive sexuelle Wirkerwartung

Dr. Anneke Bühler, 29.11.13, BMG-Statusgespräch „Substanzmissbrauch bei Studierenden“

# Wirkerwartung Kognitive Einschränkung

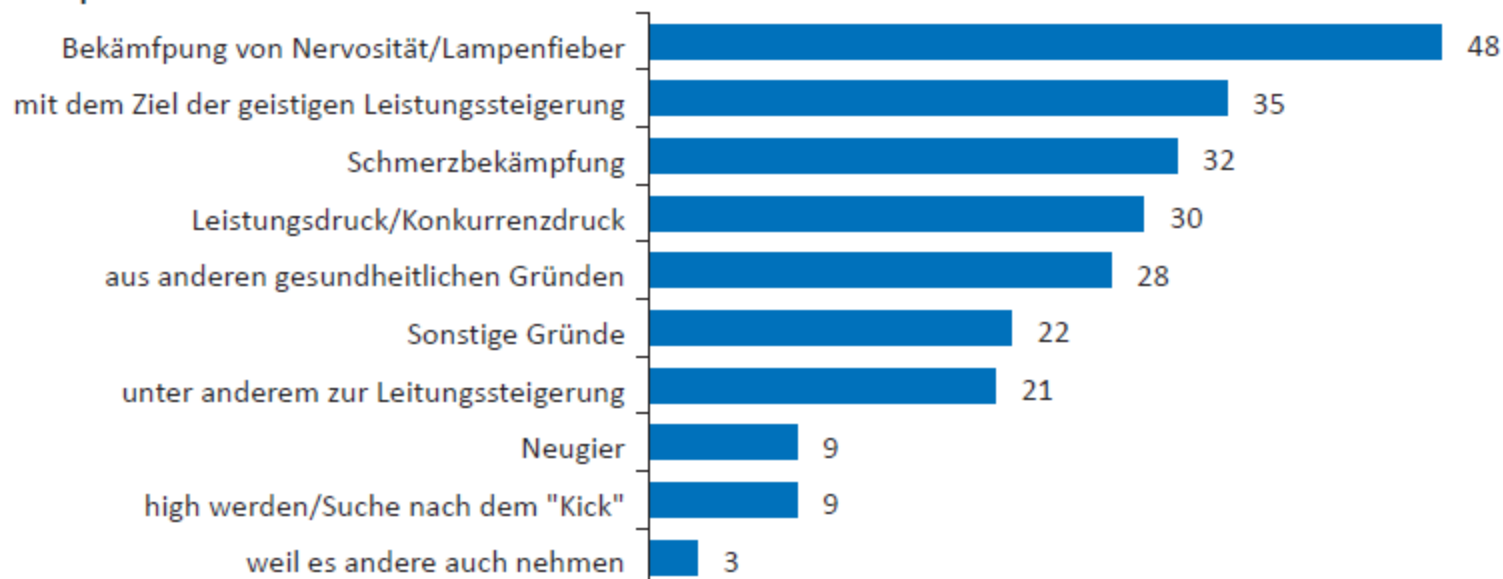




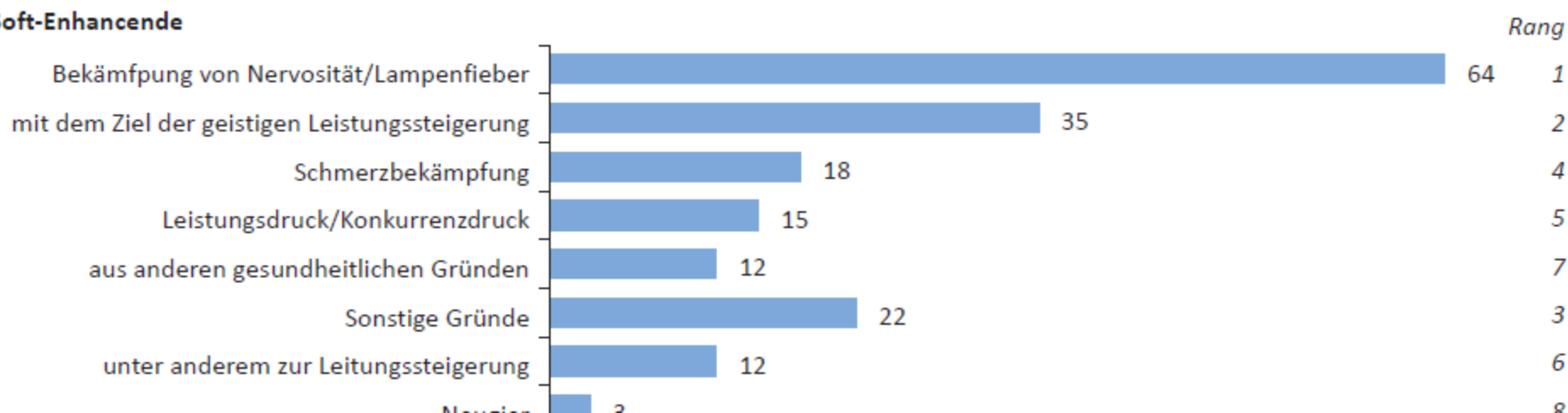
**Bild 2.25 Motive der Einnahme leistungssteigernder Mittel nach Hirndoping-Typ  
in % je Hirndoping-Typ, Mehrfachnennungen möglich**

**Aus welchem Grund genau haben Sie diese Substanzen eingenommen?**

**Hirndopende**



**Soft-Enhancende**



# Übergang ins Studium

- Stewart et al., 1982: Phasenmodell der sozio-emotionalen Anpassung an neue Lebenskontexte (beim Übergang ins Studium)
  1. Informationsaufnahme und Orientierung
    - Erste soziale Kontakte
    - Systematische Infosuche
    - Soziale Regeln erkundet und konformistisch befolgt
  2. Autonomiestreben und Selbstbehauptung
    - Reaktanz gegen informelle und formelle soziale Regeln und gegen Konformitätsdruck
    - Selbständige Auseinandersetzung mit Strukturen und Regeln
  3. Sozial-emotionale Integration
    - Integration in neue Bezugsgruppe und Institution

Timing-Effekt des sozialen Normansatzes?

# Substanzkonsum im frühen Erwachsenenalter

- Substanzkonsum findet im (Entwicklungs-) Kontext statt
- Nicht nur als Bewältigung von Entwicklungsstress sondern auch funktional für die Entwicklung
  - Exploration
  - Freizeitgestaltung
- Alkohol als soziales Schmiermittel
- Hirndoping zur Leistungserhaltung
- Eltern weiterhin bedeutend während „Emerging Adulthood“
- Bedeutung der sozialen Kontrolle bzw. der Schaffung von risikoarmen Rahmenbedingungen
- Timing des Normansatzes: Je nachdem in welcher Phase könnten normorientierte Maßnahmen unterschiedlich wirken

# Beispiel Prävention mit Eltern

ALCOHOLISM: CLINICAL AND EXPERIMENTAL RESEARCH

## **Moderation of a Parent-Based Intervention on Transitions in Drinking: Examining the Role of Normative Perceptions and Attitudes Among High- and Low-Risk First-Year College Students**

Michael J. Cleveland, Brittney Hultgren, Lindsey Varvil-Weld, Kimberly A. Mallett, Rob Turrisi, and Caitlin C. Abar

**Vielen Dank!**

**IFT**

Institut für  
Therapieforschung  
München