

7. Kinder- und Jugendhilfetag in der Region Hildesheim

**Gesundes Aufwachsen mit der Kinder- und Jugendhilfe
und welche Puzzleteile dafür notwendig sind**

**Das Konsumverhalten
als zentraler Einflussfaktor auf die Gesundheit**

Nadja Wirth, LWL-Landesjugendamt Münster

15. November 2017

Gliederung

1. Grundlage dieses Beitrags: Handbuch „Suchtprävention in der Heimerziehung“ (2017)
2. bio-psycho-soziales Gesundheitsmodell
3. Einfluss von Konsumverhalten auf die drei Dimensionen der Gesundheit
4. Besondere Bedeutung des konstruktiven Umgangs mit Konsumverhalten in der Jugendhilfe
5. Was tun?
 - 5.1. Haltungen reflektieren und Ziele formulieren
 - 5.2. Strukturelle Maßnahmen und/oder
 - 5.3. Verhaltensbezogene Maßnahmen umsetzen

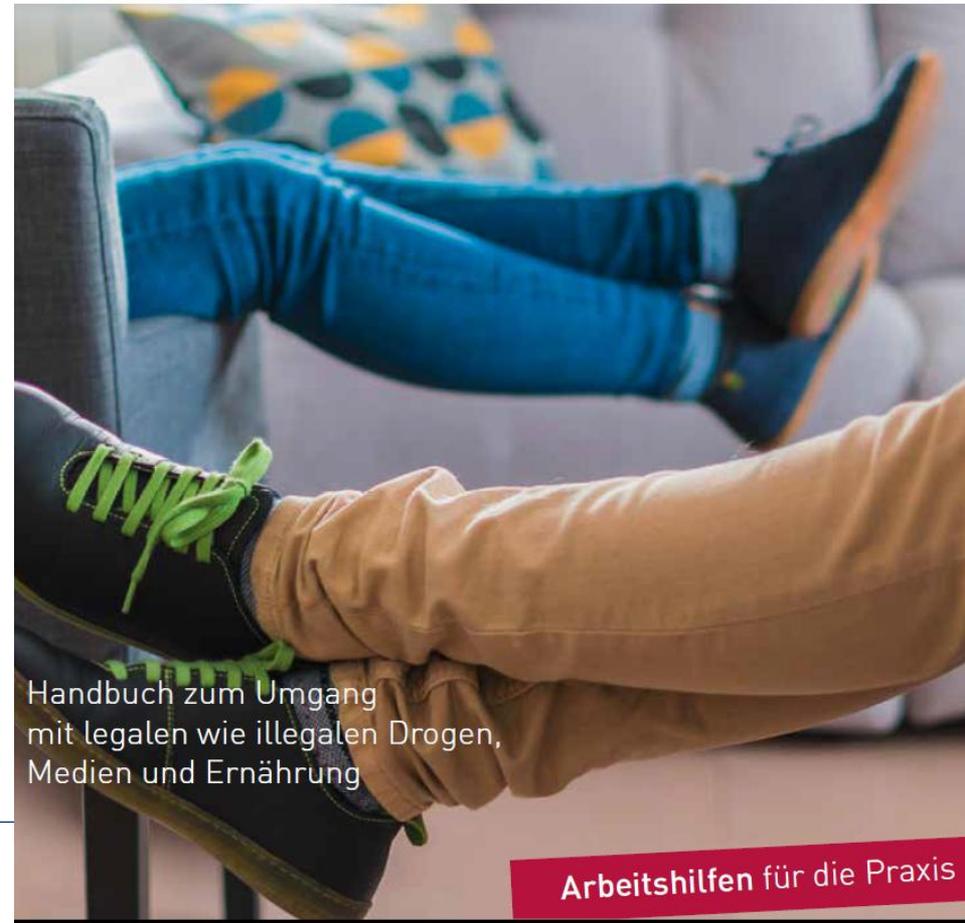
1. Grundlage dieses Beitrags

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, Nadja Wirth (Hrsg.):
Suchtprävention in der Heimerziehung. Handbuch zum Umgang mit legalen wie illegalen Drogen, Medien und Ernährung. Hamm. Mai 2017

Kostenfreie Druckfassung und Download:

<http://www.dhs.de/informationserial/broschueren-und-faltblaetter.html>

Suchtprävention in der Heimerziehung

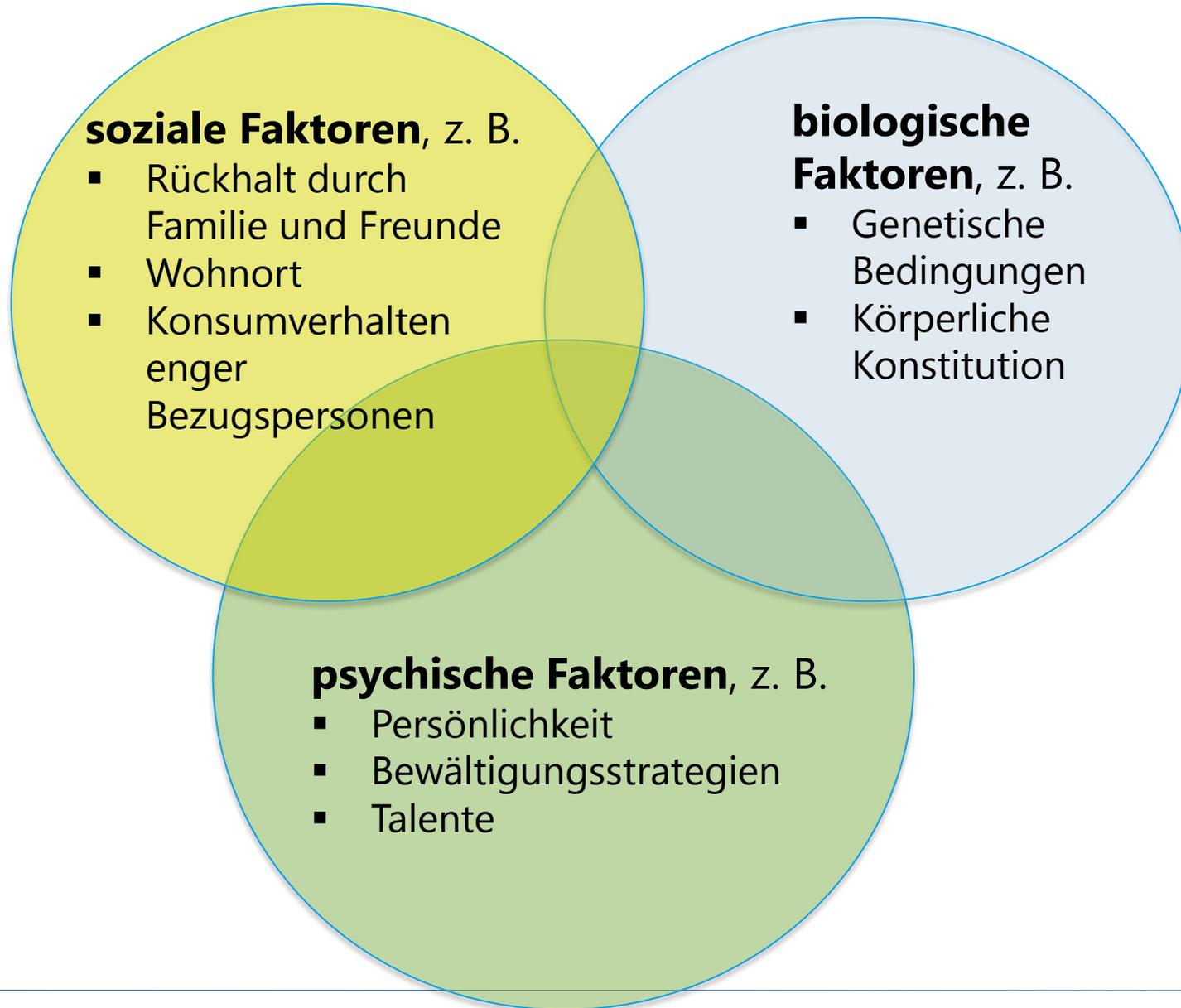


Handbuch zum Umgang mit legalen wie illegalen Drogen, Medien und Ernährung

Vorweg: Meine Haltung zu „Konsum“

- Unterschiedliche Arten des Konsums bergen ihre spezifischen Risiken und erwünschten Wirkungen
 - einzelne legale wie illegale Drogen
 - Medien
 - Essen ohne Hunger
 - Kaufen, ohne das Gut zu benötigen u.v.m.
- Hingegen das Verbindende an unterschiedlichem Konsumverhalten: Emotionsregulation
- Konsum kann als Genussmittel und als Hilfsmittel dienen.
- Es ist gesundheitsförderlich, neben dem Konsumieren auch das Produzieren zu stellen und eigene, individuelle Gründe für beides bewusst zu haben.
- Eine gesellschaftlich kritischere Haltung zum Konsum täte jungen Menschen gut.

2. Gesundheitsverständnis: das biopsychosoziale Modell

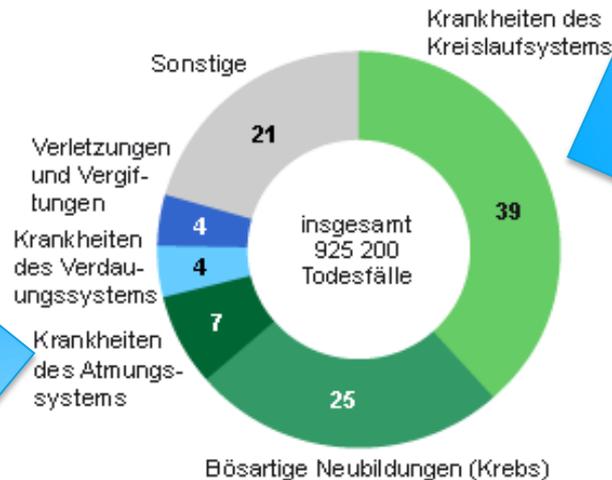


3. Einfluss des Konsumverhaltens auf die Gesundheit

3.1. biologisch bzw. körperlich

- Die vier zentralen verhaltensbezogenen Risikofaktoren (VBR) sind Rauchen, riskanter Alkoholkonsum, Übergewicht, Bewegungsmangel. In Deutschland verhalten sich knapp 75% der Bevölkerung in zwei oder mehr Bereichen riskant (John et al, 2015)
 - Konsumverhalten ist ein Thema für (fast) alle.

Todesursachen nach Krankheitsarten 2015
%



© Statistisches Bundesamt (Destatis), 2017

Die vier VBR sind an jedem 2. Herzinfarkt beteiligt

Über 40% aller Todesfälle aufgrund Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Krebs der 18 – 64-Jährigen sind auf die vier VBR zurückzuführen (nach John et al, 2015)

Raucherinnen sterben 10,4 J. früher als der weibliche Durchschnitt

„psycho-soziale Dimensionen“: Riskanter Substanzkonsum, psychische Erkrankungen und psychosoziale Auffälligkeiten bedingen oder verstärken sich oft gegenseitig

- Seelische Schwierigkeiten erhöhen das Risiko für problematischen Konsum (Swendsen, 2010) und umgekehrt (Rohde, 2001)
- Junge Menschen, die riskant Alkohol trinken, sind überproportional häufig in Gewalttaten verwickelt, als Täter und Opfer (Kuntsche, 2006)
- Je mehr Zeit Befragte mit Computerspielen verbringen, umso mehr schwänzen sie und je höher wird der Anteil derjenigen mit Suizidgedanken (Rehbein, 2009)
- Rund 40% der extrem adipösen Jugendlichen waren gleichzeitig an einer Depression oder Angststörung erkrankt (Britz, 2000)
- Je früher der Einstieg in (Substanz-)Konsum, umso höher die Risiken für körperliche, soziale und seelische Schäden, u. a. Abhängigkeit (u.a. Kendler, 2013)

4. Besondere Bedeutung des konstruktiven Umgangs mit Konsumverhalten in der Jugendhilfe

4.1. Risikofaktoren

- Junge Menschen in Heimerziehung sind überproportional häufig von psychosozialen Risikofaktoren betroffen, z. B.
 - Niedriger sozioökonomischer Status
 - seelische Erkrankungen
 - Gewalterfahrungen
- Konsum als Entlastung besonders attraktiv

4. Besondere Bedeutung des konstruktiven Umgangs mit Konsumverhalten in der Jugendhilfe

4.2.1: Wer konsumiert was und wie viel?

12- bis 17-jährige
in der Durchschnittsbevölkerung,
Angaben in Prozent
(Orth / BZgA, 2016, S. 23, S. 43,
S. 84)

12- bis 17-Jährige
in Heimen,
Angaben in Prozent
(Schu, Mohr, Hartmann, 2014,
S. 93, S. 20, S. 32)

	Mädchen	Jungen	Mädchen	Jungen
Täglicher Tabakkonsum	3,5	3,4	40,9 x 12	19,1 x 5,5
Regelmäßiger Alkoholkonsum (mindestens ein Mal pro Woche in den letzten 12 Monaten)	6,7	14,9 x 2	13,6 x 2	8,5
Cannabiskonsum im letzten Monat	1,6	2,7	6,8 x 4	10,6 x 4

Vergleich des durchschnittlichen Konsumverhaltens von jungen Menschen in stationären Erziehungshilfen mit der gleichaltrigen Durchschnittsbevölkerung

4. Besondere Bedeutung des konstruktiven Umgangs mit Konsumverhalten in der Jugendhilfe

4.2.2: Wer steigt wann in Substanzkonsum ein?

12- bis 17-jährige
in der Durchschnittsbevölkerung,
Angaben in Prozent
(BZgA, 2015)

12- bis 17-Jährige
in Heimen,
Angaben in Prozent
(Schu, Mohr, Hartmann, 2014)

Einstiegsalter Tabak	14,8	11,4	3 J. früher
Einstiegsalter Alkohol	13,8	nicht erhoben	
Einstiegsalter Cannabis	16,7 (BZgA, 2012)	14,3	2 J. früher

/vergleich des durchschnittlichen Einstiegsalters in den Konsum unterschiedlicher Substanzen von jungen Menschen in stationären Erziehungshilfen mit der gleichaltrigen Durchschnittsbevölkerung

5. Was tun?

- 5.1. Haltungen reflektieren und Ziele formulieren
- 5.2. Strukturelle Maßnahmen und/oder
- 5.3. Verhaltensbezogene Maßnahmen umsetzen

Beispiele für Struktur und Inhalte von Kap. 6 im Handbuch
„Suchtprävention in der Heimerziehung ...“



Graffiti Nähe Düsseldorfer Hauptbahnhof

5.1. Haltungen und Ziele (1)

Beispiel „Haltungsfrage“:

13-Jähriger sammelt
Kippen von der Straße, um
sie zu Ende zu rauchen.
Sozialpädagogin bietet
Deal: Statt dessen drei
Zigaretten / Tag zuteilen.
Sinnvoll?

Start (Kap. 6.1.) :

konzeptionelle Grundhaltungen sowie Ziele bzgl. des Umgangs mit
Substanzen, Medien und Ernährung diskutieren und festlegen

5.1. Haltungen und Ziele (2)

Vorschlag:

1. Nicht-Konsumierende schützen
2. Konsumierende zu möglichst risikoarmen Konsummustern motivieren
3. Bei riskantem Konsum früh intervenieren, ggf. Ausstieg erleichtern
4. Zugang zu weiterführenden Hilfeangeboten sichern

(analog DHS, 2015)

5.2. Strukturelle Maßnahmen

Strukturelle

Maßnahmen, z. B.

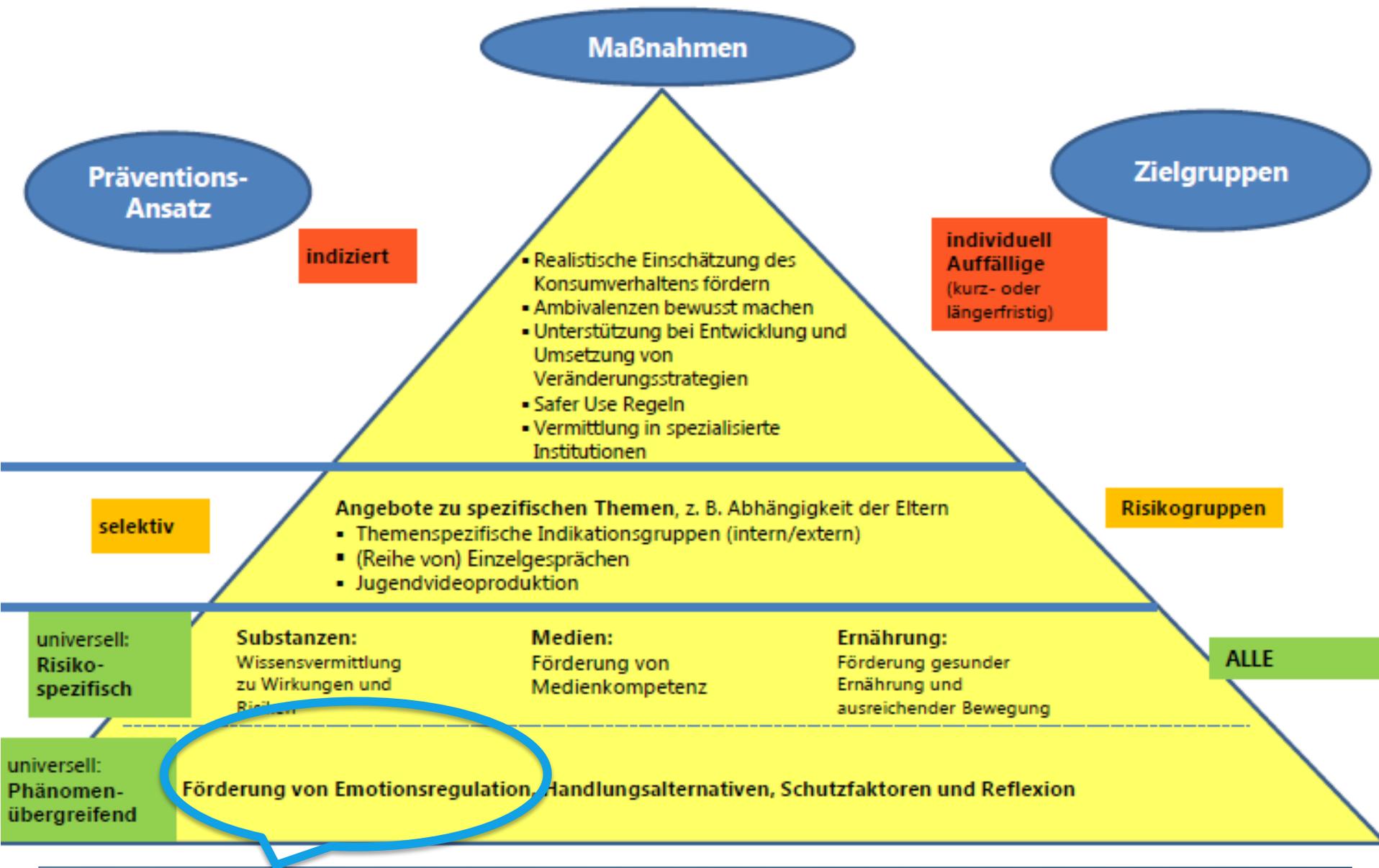
- Regeln entwickeln und auf Einhaltung achten
- Kooperation ausbauen
- Konsumverhalten in Hilfepläne integrieren
- Personalentwicklung

Beispiel für „Regel-Frage“:
Sollte beim Auffinden von Cannabis in der Wohngruppe grundsätzlich eine Anzeige bei der Polizei erfolgen?

Start (Kap. 6.1.) :

konzeptionelle Grundhaltungen sowie Ziele bzgl. des Umgangs mit Substanzen, Medien und Ernährung diskutieren und festlegen

5.3. Verhaltenspräventive Maßnahmen für spezifische Zielgruppen



5.3. Verhaltenspräventive Maßnahmen

... für alle: konstruktive Emotionsregulation fördern (1)

- Menschen nehmen steuernd auf das eigene Wohlbefinden Einfluss über ...
 - konsumieren: sich über „Güter“ Spannung oder Entspannung verschaffen („kurzer Weg“)
 - „produzieren“: sich über eigenes Tun gute Gefühle selbst verschaffen („längerer Weg“)
- Auch die kurzen Wege sind zu respektieren. Dennoch Ziel: Menschen bemerken selbstkritisch und steuern gegen, wenn sie Konsum allzu oft als Kompensations- bzw. Hilfsmittel nutzen und sich nicht (mehr) auf eigene, produzierende Bewältigungskompetenzen stützen.

5.3. Verhaltenspräventive Maßnahmen

... für alle: konstruktive Emotionsregulation fördern (2)

- Definition „Emotionsregulation“ nach Gross (2002)
„das Erleben, Ausdrücken und Beeinflussen von Emotionen“
(nach In-Albon, 2013).

- Eine adaptive Emotionsregulation geschieht nach Gross (2010) in vier Schritten:
 1. Innehalten und Durchatmen,
 2. Wahrnehmen und Erkennen der Emotion,
 3. Entscheiden, wie die Emotion und die Situation kontrollierbar sind und
 4. Handeln im Sinne langfristiger Ziele

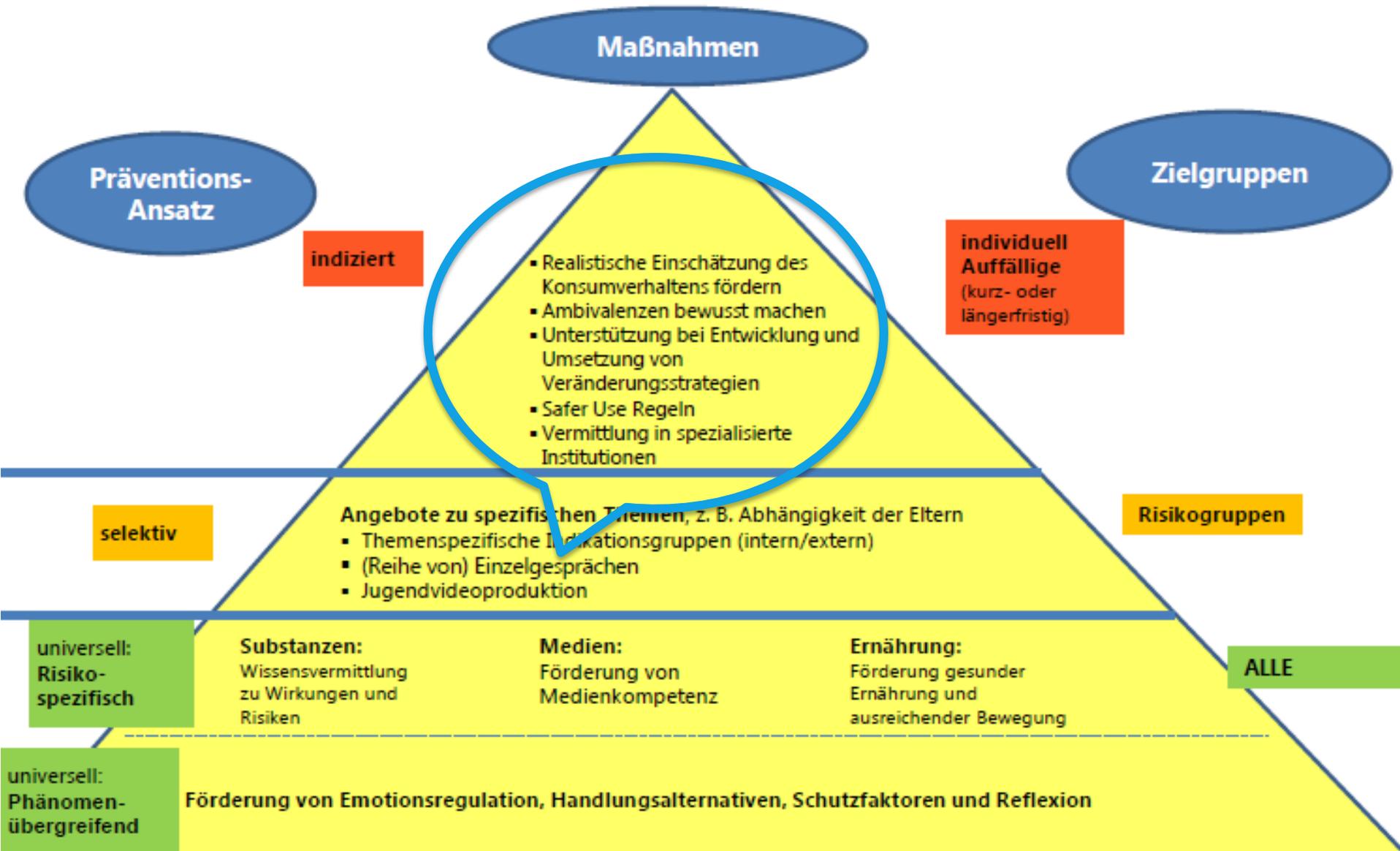
5.3. Verhaltenspräventive Maßnahmen

... für alle: konstruktiven Emotionsregulation fördern (3)

Wie übt man das mit Kindern und Jugendlichen?

- Beim jungen Menschen wahrgenommene Gefühle spiegeln; gezielt nach Namen für Gefühltes fragen
- Gefühle (besser) unterscheiden und benennen lernen, z. B. mit (Bilder-) Büchern
- Evaluiertes Präventionsprogramm zu emotionalen und sozialen Kompetenzen für ältere Grundschul Kinder von Petermann et al, 2013
- Vergangene Situationen anhand der vier Schritte nach Gross reflektieren – mit dem Ziel, Handlungsoptionen zu erweitern

5.3. Verhaltenspräventive Maßnahmen für spezifische Zielgruppen

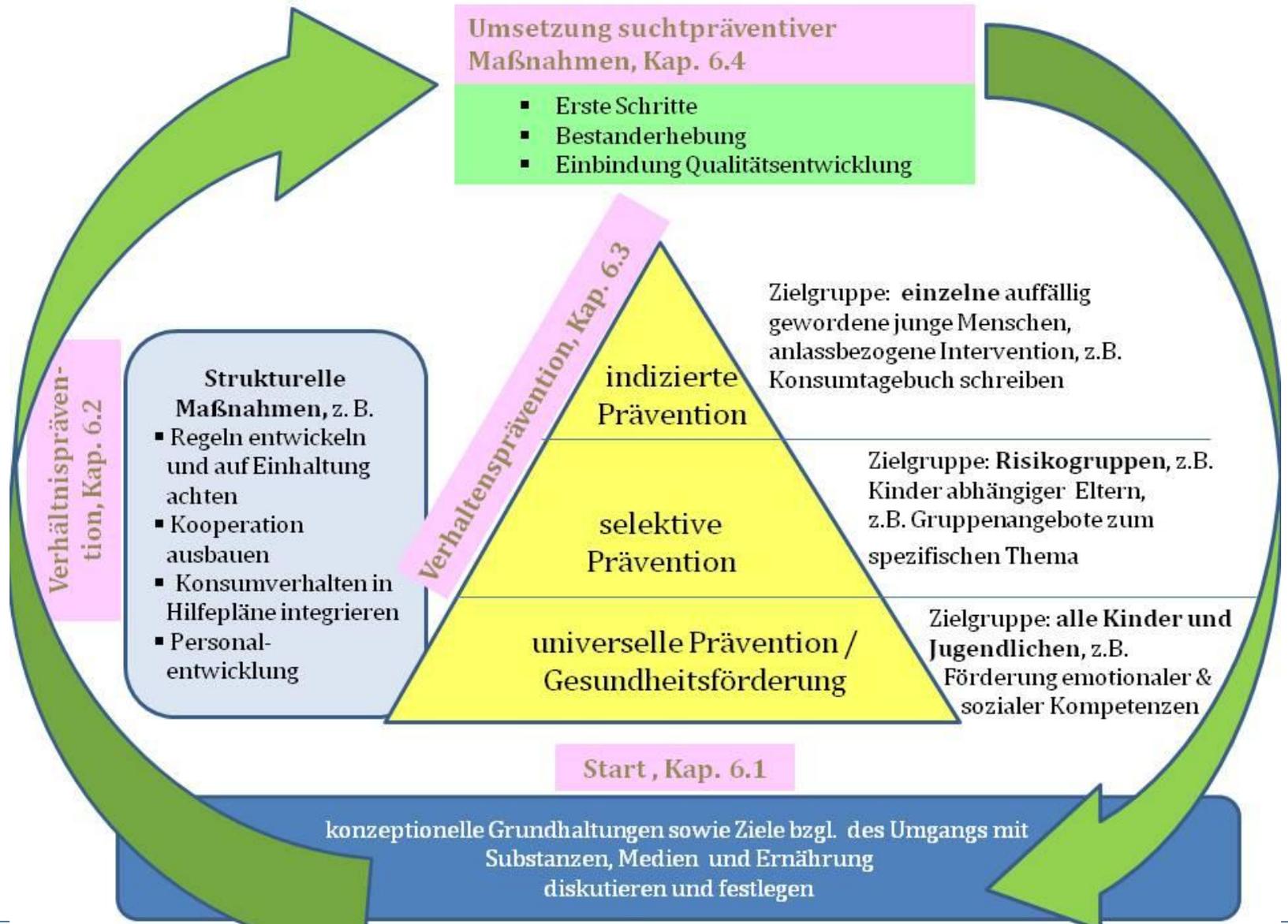


5.3. Verhaltenspräventive Maßnahmen

... für „Konsum-Auffällige“: konstruktive Interventionen

- Interventionen aus dem Bereich der universellen Prävention (Emotionsregulation, Handlungsalternativen, Schutzfaktoren fördern)
- Konsumbezogene Anregungen oder Auflagen nach Regelverstoß, Beispiele
 - Selbsttest zum Konsumverhalten im Internet ausfüllen (z.B. www.drogen-und-du.de)
 - Aus Info-Broschüren einen „Beipackzettel“ schreiben (erwünschte Wirkungen und Risiken)
 - Ambivalenzenwaage ausfüllen
 - Konsumtagebuch schreiben
 - Frühinterventionskurse besuchen (z.B. FreD, HALt)
 - Psychotherapie

5. Handbuch, Überblick Kap. 6: Konzept zur Konzeptentwicklung



Wie Ihnen und/oder Ihren Mitarbeiter/innen das

Handbuch in Ihrer täglichen Arbeit nützen kann ...

- Grundlegende Infos zu legalen und illegalen Substanzen, zum Medienkonsum und Ernährung erhalten
- Zu „Drogen & Recht“ inkl. Verpflichtungen für Pädagog/innen besser Bescheid wissen
- Das individ. Risikopotential des Konsumverhaltens besser einschätzen können
 - Instrumente zur Erhebung anbei
- Zusammenhänge zwischen psychosozialen Auffälligkeiten, seelischen Erkrankungen und Konsumverhalten besser erkennen
- Gut über Angebote / Vermittlungsmöglichkeiten angrenzender Hilfesysteme Bescheid wissen
- Eine reflektierte, spezifische Haltung zu unterschiedlichem Konsumverhalten entwickeln
- Für Qualitätsdialoge zwischen Leistungsanbietern und Jugendamt

Kontakt:

LWL-Landesjugendamt Westfalen

Nadja Wirth

Dipl. Soz.päd., Suchttherapeutin, M.Sc. Public Health

Fachberatung zu den Themen

- Eingliederungshilfe bei seelischer Behinderung;
- Kooperation zwischen Jugendhilfe und Kinder-/Jugendpsychiatrie sowie
- Kooperation zwischen Jugendhilfe und Suchthilfe /-prävention
- Umgang mit riskantem Konsumverhalten

Tel.: 02 51 / 5 91 – 36 11

nadja.wirth@lwl.org

