



Wozu lange suchen? Das Gute liegt ja ganz nah!

Nun, Ostern ist vorüber - wir haben in Haus und Garten gesucht und gefunden. Einmal im Jahr macht die Jagd nach Eiern und mit Süßigkeiten gefüllten Nestern ja durchaus Spaß.

Auf Dauer haben wir aber sicher alle mehr als genug „um die Ohren“, so dass es durchaus wünschenswert ist, wenn man sich nicht immer alles selber zusammensuchen muss. Und deshalb erledigen wird das für Sie, wenn es um die Themen Sucht und Prävention geht.

Wir haben im aktuellen Newsletter wieder Aktuelles und Wissenswertes zusammengetragen und wünschen Ihnen eine interessante Lektüre!

**2 Saufen, rauchen, kiffen?
4 Gute Nachrichten für Eltern
5 Gesunde Basis des Lernens
7 Prävention in Betrieben
9 Buchtipps**

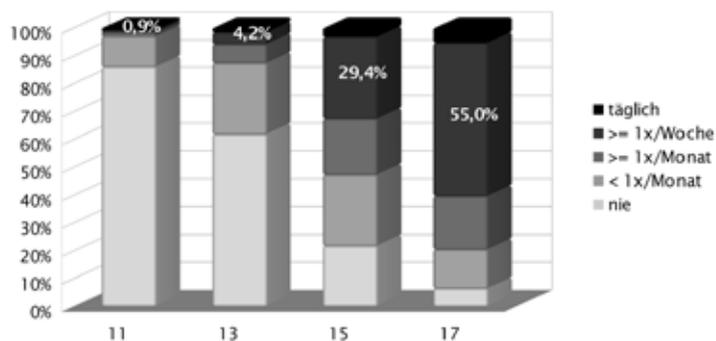
Jugendliche rauchen und saufen immer ... weniger!

Seit kurzem liegt die Auswertung der letzten HBSC-Studie¹ für Österreich vor. Die Datenerhebung bei 11-, 13-, 15 und 17-jährigen Schüler/innen hat im Frühjahr 2010 stattgefunden.

Alkohol

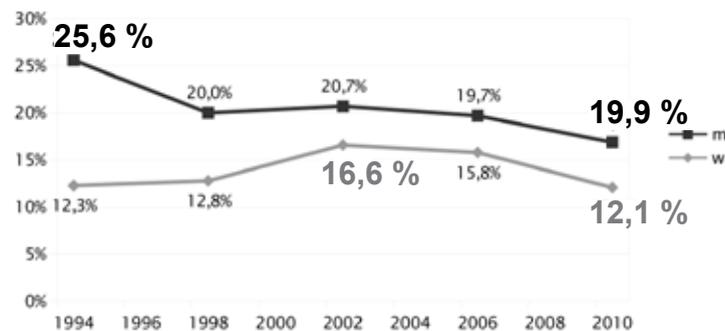
Ein Viertel der österreichischen Schüler/innen trinkt mindestens einmal pro Woche Alkohol, wobei dies bei Burschen (28,7%) etwas häufiger der Fall ist als bei Mädchen (21,7%). Der stärkste Zuwachs ist ab 15 Jahren zu beobachten.

Alkoholkonsum nach Alter



Der Anteil an Jugendlichen, die wöchentlich Alkohol konsumieren, **sinkt seit 1998 kontinuierlich**, allerdings zeigen sich unterschiedliche Verläufe zwischen Burschen und Mädchen: Während der wöchentliche Alkoholkonsum seit 1994 bei Burschen mehr oder weniger kontinuierlich sinkt, trifft dies bei Mädchen seit 2002 zu.

Wöchentlicher Alkoholkonsum bei 11-, 13- und 15-Jährigen



Cannabis

Knapp ein Fünftel (19,6%) der österreichischen Schüler/innen und Schüler hat bereits **zumindest einmal** in seinem Leben Cannabis konsu-

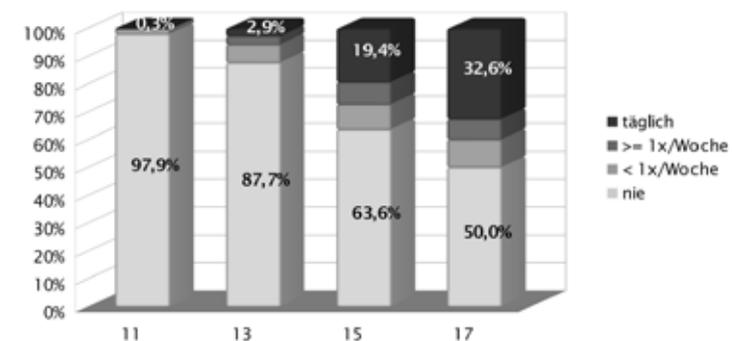
miert, wobei dies bei mehr Burschen (22,1%) als bei Mädchen (17,5%) der Fall ist.

Aussagekräftiger ist der **aktuelle Cannabiskonsum** (also in den letzten 30 Tagen): Über einen solchen berichten bei den **Burschen 10%**, bei den **Mädchen 5,7%**.

Tabak

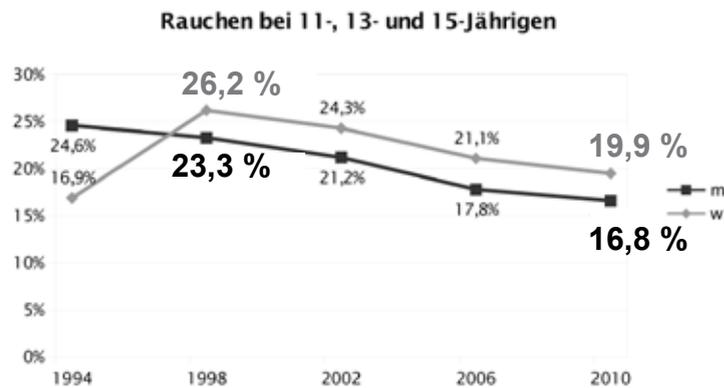
Rund 43% aller befragten Schüler/innen geben an, bereits zumindest einmal geraucht zu haben, wobei **derzeit 25,4%** rauchen (und dies mehr oder weniger oft).

Rauchstatus nach Alter



Der Anteil der Raucher/innen ist nach einem Anstieg von 1995 auf 1998 **stetig gesunken**. Von 1994 bis 1998 ist der Anteil bei den Mädchen über jenen bei den Burschen gestiegen, die bereits seit 1994 einen leichten Rückgang verzeichneten.

Seit 1998 nimmt der Anteil bei beiden Geschlechtern im gleichen Maße kontinuierlich ab.



Erkenntnisse der Studie

! Eine **positive Familiensituation** (Zuwendung, ein offenes und gutes Gesprächsklima von Seiten der Eltern) führt zu höheren Werten bei der **Abstinenz von Suchtmitteln**.

! Jugendliche, die eine hohe **Schulzufriedenheit** angeben, ernähren sich mit höherer Wahrscheinlichkeit gesund und sind **eher suchtmittelabstinent**.

¹ HBSC 2012 = Health Behaviour in School-aged Children (Gesundheitsverhalten von Kindern im Schulalter) ist eine von der Weltgesundheitsorganisation WHO alle 4 Jahre in über 40 Ländern durchgeführte Studie.

Bye-bye Smoking!

50 %

Seit 50 Jahren geht es in den deutschsprachigen Ländern mit dem Rauchen drastisch abwärts. Im Jahr 1970 war noch fast jeder zweite Mann Raucher. Setzt sich der Trend der letzten Jahrzehnte fort, wird 2030 möglicherweise nur noch jeder Zehnte rauchen.

10 %

Hallo Eltern! Gute Nachrichten!



Die im vorhergehenden Beitrag erwähnte Bedeutung einer positiven Familiensituation untermauert, dass Prävention von klein auf und im Alltag beginnt. Deshalb sind Angebote wie die Folgenden gut und wichtig.



Tiroler Familien-Freizeitkalender

Mit dem Tiroler Familien-Freizeitkalender geht demnächst ein tolles Service für Familien online. Er wird ab Mai 2012 kostenlos im Internet zum Download bereit stehen:

www.elternbildung-tirol.at



Zusätzlich kann dann auch ein Kalender speziell für werdende und junge Eltern heruntergeladen werden. Er bietet Angebote für die Zeit der Schwangerschaft, der Geburt sowie die ersten Lebensjahre des Kindes.

BabyNews Tirol



Wer es gerne persönlich mag, kann sich ab Juni 2012 für ein Abo der digitalen „BabyNews“ anmelden. Alle drei Monate bietet dieses Service für Eltern mit Kindern im Alter von 0 – 36 Monaten wichtige Informationen rund um die Entwicklung des Kindes, und zwar abgestimmt auf das jeweilige Alter. Die Beiträge kommen direkt von kompetenten Ansprechpartnern und Einrichtungen, und stellen zugleich eine Möglichkeit dar, diese kennen zu lernen.



Die kostenlosen BabyNews, die es im Rahmen des Projektes „Wir sind Eltern“ geben wird, können über die Homepage von kontakt+co bezogen werden und kommen per Mail nach Hause.

Viel Spaß auf Ihrer Entdeckungsreise durch die bunten Angebote in ganz Tirol!

Studie zu „Frühen Hilfen“



„Frühe Hilfen“ sollen Entwicklungsmöglichkeiten von Kindern und Eltern ab Beginn der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren nachhaltig verbessern. Darüber hinaus wenden sich „Frühe Hilfen“, insbesondere an Familien in Problemlagen und tragen dazu bei, dass Risiken für das Wohl und die Entwicklung des Kindes frühzeitig wahrgenommen und reduziert werden.



Im Rahmen der Vorsorgemittel des Bundes wurde im Dezember 2011 das Projekt „Frühe Hilfen – Aufbereitung der Grundlagen“ ins Leben gerufen. Österreichweit wird eine Feldanalyse durchgeführt, kontakt+co ist mit der Umsetzung in Tirol beauftragt.



Ziel ist es, alle relevanten Angebote und Potentiale zu erheben, sowie Lücken zu identifizieren. Als Informationsangebot für alle Eltern wird 2013 eine Homepage eingerichtet, auf der alle verfügbaren Maßnahmen abrufbar sind.

Die gesunde Basis guten Lernens

Neben einem exzellenten Techniktraining und einem professionellen Trainingsplan hat jedes Topsteam heute auch einen Coach, der sich um die mentale Seite der Mannschaft kümmert: Nur SportlerInnen, die sich fit fühlen und seelisch ausgeglichen sind, können eine gute Leistung bringen! Nur wer mit einer Niederlage umgehen kann, wird gestärkt wieder zu einer neuen Herausforderung antreten können.

Dies sind Kompetenzen, die aber nicht nur SpitzensportlerInnen brauchen, sondern auch SchülerInnen.

Bildung braucht Persönlichkeit

Gut entwickelte psychosoziale Lebenskompetenzen sind nicht nur wesentliche Schutzfaktoren gegenüber einer Sucht-



entwicklung, sie bereiten auch den Boden für die Aufnahmefähigkeit von Lerninhalten: für das Lesen, Rechnen und Schreiben! Diese Erkenntnis ist mittlerweile wissenschaftlich belegt. Auch der renommierte Hirnforscher Gerhard Roth plädiert in seinem aktuellen Buch über die Voraussetzungen, wie Lernen gelingt, dafür: „Bildung braucht Persönlichkeit“!

Fit für's Lernen

Präventionsprogramme für die Schule fördern genau diese „soft-skills“, die auch eine Basis für das Lernen insgesamt darstellen. Mit dem Wissen über sich selbst, das dabei behutsam erweitert und verinnerlicht wird, wächst auch das Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten. Schulen, die sich mit solchen „Nebensächlichkeiten“ nicht aufhalten wollen und sich dafür nicht zuständig fühlen, werden über kurz oder lang auch bei der Wissensvermittlung nicht das Optimum erreichen bzw. die Potentiale der SchülerInnen nicht entsprechend ausschöpfen können.



Tiroler Schulen gut unterwegs

Erfreulicherweise wird mittlerweile in der Mehrzahl der Tiroler Schulen den modernen Erkenntnissen Rechnung getragen. Die Durchführung einschlägiger Präventionsprogramme ist an vielen Standorten gut etabliert.

eigen
ständig
werden



Seit 2001 gibt es für die Volksschule mit **EIGENSTÄNDIG WERDEN** ein besonders praktikables Instrument zur Förderung jener Kompetenzen, die es zu einer gesunden (Persönlichkeits-) Entwicklung braucht.

Zu **EIGENSTÄNDIG WERDEN** laufen derzeit Kurse in Innsbruck, Matri i.Osttirol und in Kössen.

Weiterführende Schulen

Mit **plus** steht auch für die Mittelstufe (5.-8.Schulstufe) ein wissenschaftlich fundiertes und bereits über mehrere Jahre in der Praxis **erprobtes Präventionsprogramm** zur Verfügung, das sich der für die Entwicklungsstufe der Pubertät relevanten Herausforderungen annimmt.

LehrerInnen können auf 40 fertig ausgearbeitete, ansprechende Unterrichtsthemen zugreifen, was eine enorme Arbeitersparnis bedeutet und die Gewissheit gibt, professionell zu arbeiten. Knifflige Umsetzungsprobleme lassen sich beim regelmäßigen Erfahrungsaustausch mit anderen **plus**-KollegInnen sehr praxisnah besprechen.

Nächster Programmeinstieg:

Einführung (für LehrerInnen, die im kommenden Schuljahr in der 5.Schulstufe beginnen möchten): Dienstag, 12.6.2012 (15.00 - 17.30 Uhr in Innsbruck).

Anmeldung direkt bei kontakt+co!

Fazit

Was unsere Kinder am besten vor Sucht schützt, nämlich eine **starke und gesunde Persönlichkeit**, ist auch die beste Voraussetzung für Leistungsfähigkeit und **Erfolg in der Schule**.

plus
plus
DAS ÖSTERREICHISCHE
PRÄVENTIONSPROGRAMM



Buchtip

Gerhard Roth ist Professor für Verhaltensbiologie und Entwicklungsneurologie und gilt als einer der herausragenden Naturwissenschaftler im deutschsprachigen Raum.



Doppelt genäht hält besser: pib-Auffrischungsworks

Anfang 2012 wurden zum ersten Mal Auffrischungswshops angeboten und durchgeführt und damit eine Lücke in unseren pib-Seminar-Angeboten geschlossen.

Mit Techniken des Wissensmanagements (Lessons learned, Success Stories, Case studies, Yellow Pages) wird in diesem Workshop der Stand der Umsetzung der Suchtprävention im Unternehmen beleuchtet sowie der Erfahrungsaustausch zwischen den Führungskräften gefördert, und gemeinsam werden konstruktive Verbesserungsvorschläge erarbeitet.



Einmal ist (fast) keinmal

In den vier durchgeführten Workshops hat sich der Eindruck aus vielen vorangegangenen Projekten bestätigt, dass nach der erfolgreichen Einführung betrieblicher Präventionsstandards die Gefahr besteht, dass dieses Thema bald wieder „einschläft“ bzw. im Zuge des oft hektischen Kerngeschäftes untergeht.

Sehr klar zeigt sich, dass eine einmalige Schulung der Führungskräfte und die einmalige Information bezüglich bestimmter Regelungen für die MitarbeiterInnen leider noch nicht ausreicht, um einen professionellen Umgang mit der Suchtproblematik nachhaltig sicherzustellen.

Regeln im Alltag leben

Es braucht zusätzliche Schritte, damit die neuen Regeln Einzug in den Arbeitsalltag finden, d. h. „gelebt“ und die erworbenen (Gesprächs-)Kompetenzen auch eingesetzt werden.

Zuerst werden im Auffrischungswshop die betrieblichen Regelungen überprüft (Akutintervention, Stufenplan etc.), und es wird eruiert, welche Regelungen sich als hilfreich erwiesen haben bzw. an welchen Punkten es unbedingt Veränderungen braucht, um bestehende Probleme zu lösen.



Wo stehen wir eigentlich?

Bei dieser Erhebung des Status Quo wird auch geklärt, ob der bestehende Schulungs- und Informationsstand passt oder noch Maßnahmen gesetzt werden sollten.

Die Workshop-Teilnehmer werden angeregt, Erfahrungsberichte („lessons learned“) zu schildern, um so „Erfolgsgeschichten“ zu erfahren und bei nicht zufriedenstellend verlaufenen Interventionen gemeinsam etwaige Handlungsalternativen zu entwickeln.



Wer weiß was?

Wichtig ist im Betriebsalltag auch, dass alle Mitarbeiter die internen und externen Ansprechpartner sowie Hilfsangebote kennen. So werden sogenannte Yellow Pages mit diesen Informationen zusammengestellt und betriebsintern verfügbar gemacht (Intranet, Folder, Anschlag etc.).

Schließlich braucht es im Anschluss daran die Ergebnissicherung. Darunter ist die Weiterleitung der gewonnenen Informationen an alle Führungskräfte und sinnvoller Weise auch an die MitarbeiterInnen zu verstehen. Dies gilt insbesondere für notwendige Beschlüsse zu erarbeiteten Veränderungsvorschlägen. Dies signa-

liert für die gesamte Belegschaft, dass die Umsetzung der Regeln und die Weiterentwicklung der Suchtprävention ein Anliegen der Geschäftsführung ist.

Nachhaltigkeit

Abschließend ist festzuhalten, dass die Erfahrungen mit diesem neuen Baustein unserer Seminarangebote gezeigt haben, dass dieses „Follow-Up“ nach einer erfolgreichen Einführung der Suchtprävention ein unerlässlicher Schritt zur nachhaltigen Verankerung der Suchtprävention im Betrieb darstellt!



SuchtMagazin

Das SuchtMagazin ist eine interdisziplinäre Fachzeitschrift für das gesamte Spektrum der Suchtarbeit und Suchtpolitik und hat einen länderübergreifenden Fokus im deutschsprachigen Raum.

Die einzelnen Hefte erscheinen jeweils mit einem Schwerpunktthema, das die AutorInnen aus verschiedenen Perspektiven beleuchten. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse werden ebenso berücksichtigt wie innovative Arbeitsformen aus der Praxis. In jeder Ausgabe widmet sich ein/e Fotograf/in einem bestimmten Thema, das sich am Schwerpunkt des Hefts orientiert.

Das SuchtMagazin erscheint 2012 bereits im 38. Jahrgang. Herausgeber ist Infodrog, Schweizerische Koordinations- und Fachstelle Sucht.

Jugendliche begleiten. Was Pädagogen wissen sollten

Joachim Armbrust, 2011

Die Pubertät ist eine aufregende Zeit mit vielen Herausforderungen - für die Heranwachsenden wie auch für die Erwachsenen in ihrer Umgebung. Es ist eine Lebensphase mit vielfältigen und wesentlichen Entwicklungsaufgaben. Joachim Armbrust ist Diplomsozialpädagoge und Psychotherapeut und kennt die Probleme und Denkmuster Jugendlicher aus langjähriger Erfahrung als professioneller Begleiter. Das gut gegliederte Buch macht in sachlicher und anschaulicher Weise deutlich, wie der schwierige Spagat zwischen verständnisvoller Begleitung und steuernder Kontrollinstanz gelingen kann.



Online-Recherchen in unserer Bibliothek:
www.kontaktco.at/bibliothek

kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz ist seit 1996 im Auftrag des Landes Tirol tätig. Die Fachstelle ist in der Trägerschaft Rotes Kreuz/ Jugendrotkreuz eingerichtet.

Aufgaben:

- Information, Fachberatung und Bildungsarbeit
- Servicestelle für Materialien etc
- Projekt- und Programmentwicklung
- Vernetzung und Koordination
- Qualitätssicherung
- Öffentlichkeitsarbeit

Zielgruppen:

Familie, Schule, Jugendarbeit, Gemeinde, Arbeitswelt

Impressum: kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz
Mag. Sandra Aufhammer, Dipl.Päd. Brigitte Fitsch, Mag. Gerhard Gollner, MMag. Harald Golser, MMag. Gregor Herrmann
Anschrift: Bürgerstraße 18, 6020 Innsbruck
Tel. 0512/585730 | Fax 0512/585730-20
office@kontaktco.at | www.kontaktco.at