



Das suchtpreventive Lebenskompetenzenprogramm IPSY

(Information + Psychosoziale Kompetenz = Schutz)

Informationsblatt

IPSY ist ein Lebenskompetenzprogramm, das in der Schule durchgeführt wird, mit dem Ziel, den Missbrauch psychoaktiver Substanzen (insbesondere Alkohol und Zigaretten) zu verringern, i.S. eines Hinauszögerns des ersten Ausprobierens und der Reduktion des alterstypischen Anstieges im Konsumverhalten Jugendlicher.

IPSY beinhaltet Informationen zu verschiedenen psychoaktiven Substanzen. Dabei geht es nicht um Abschreckung, sondern um die Darstellung von kurzfristigen Konsequenzen des Substanzkonsums, sodass die Schüler besser einschätzen können, welche Nachteile der Konsum von Alkohol und Zigaretten hat, und zu einer realistischen Einstellung gelangen. Informationen zu langfristigen Folgen führen nur in seltenen Fällen zu einer Verhaltensänderung. Für viele Jugendliche ist es die Tatsache, dass man vom Rauchen gelbe Zähne bekommt, was Freunde abstoßen könnte, und nicht die Lungenkrebsgefahr, die sie vom Rauchen abhält. Ein weiteres Augenmerk liegt auf den Prävalenzerwartungen: wichtig ist, dass Schüler verstehen, dass meist völlig überzogene Vorstellung von der Verbreitung des Rauchens oder Trinkens in ihrer Altersgruppe herrschen. Insgesamt nimmt die Vermittlung von Wissen zu psychoaktiven Substanzen einen relativ geringen Anteil im Programm ein, da man aus der Forschung weiß, dass andere Programmkomponenten wie die Vermittlung von allgemeinen Kompetenzen deutlich effektiver zur Suchtprevention sind.

IPSY enthält vielfältige Übungen und Spiele, die die Schüler beispielsweise befähigen sollen, gegenüber sozialen Einflüssen standhaft zu bleiben. Vom Programmteil für die 5. Klassenstufe bis zur 7. sind die Programmkomponenten (wie Rollenspiele), in denen entsprechende Kompetenzen geübt werden, immer spezifischer auf Substanzkonsum und mögliche Angebote zugeschnitten, weil Jugendliche zunehmendem Alter immer häufiger solchen Situationen ausgesetzt sind.



Im Programm **IPSY** wird auf die positiven Aspekte jedes Schülers abgehoben, d.h. Vermittler arbeiten mit Lob statt Kritik oder Strafe und sind angehalten, in jedem Schüler Stärken zu identifizieren und zu fördern. Lob ist am effektivsten, wenn es direkt nach der Mitarbeit, der richtigen Antwort oder dem gewünschten Verhalten erfolgt, und es sollte zudem konkret und detailliert sein.

IPSY enthält Übungen, die die positiven Eigenschaften der Schüler fördern sollen, wie Selbstsicherheit, Problemlösefähigkeit, Kommunikationsfertigkeiten und ein positives Selbstbild. Dazu zielt IPSY auf eine Verbesserung der Beziehung zur Schule, den Lehrern und Mitschülern ab, und soll damit die Bindung an die Schule stärken und das Klima in der Klasse in positiver Weise verändern.

Das Programm IPSY wird in der Regel bei Schülern der fünften bis siebten Klassenstufe unterrichtet. Der Übergang zu weiterführenden Schulen (Klassenstufe 5) ist häufig eine Zeit mit besonderen Herausforderungen (schulische Belastungen fallen mit vielfältigen alterstypischen Entwicklungsaufgaben wie die Bewältigung körperlicher Veränderungen im Zuge der Pubertät oder das Etablieren des sozialen Status unter Gleichaltrigen zusammen), und oft sind Schüler zum ersten Mal mit Drogen wie Alkohol und Zigaretten konfrontiert. IPSY soll helfen, die Standfestigkeit gegen Überredungsversuche und andere Lebenskompetenzen zu trainieren, und die Bindung an die Schule verbessern. Auf diesem Weg soll IPSY vor dem Beginn des Konsums und der Entstehung missbrauchender Konsumformen präventiv wirksam werden. Die gelernten Inhalte werden in Auffrischungssitzungen in Klasse 6 und 7 wiederholt und in kritischen Situationen geübt.

IPSY wurde erfolgreich im Rahmen eines mehrjährigen Forschungsprogramms an der Universität Jena, aber auch in anderen europäischen Forschungseinrichtungen evaluiert.