

fortyfour

DAS PRÄVENTIONSMAGAZIN | www.praevention.at

mena2112 / photocase.de

ALKOHOL Kulturgut und Volksdroge

institut
sucht
prävention
PRO MENTE OOE

Nr. 28

Frühjahr | Sommer 2017

Institut Suchtprävention, Hirschgasse 44, 4020 Linz

- 2 Editorial
Nachlese zum Thema Kränkung
- 3 Interview mit Prof. Dr. Hasso Spode
- 4 Österreichische Dialogwoche Alkohol
- 5 Zahlen und Fakten zum Thema Alkohol:
- 8 Die Österreichische ARGE Suchtvorbeugung
- 9 Jugendschutz-Testkäufe in OÖ
Interview mit Christian Humer
- 10 Kinder - Jugend - Alkohol: 10 Tipps für Eltern
- 11 Wahrheiten und Unwahrheiten über Alkohol
...oder was der Volksmund spricht
- 12 Früherkennung von Suchterkrankungen am Arbeitsplatz
Thema Alkohol: Wichtiger Bestandteil schulischer Suchtprävention
- 13 Jugendtagung 2017: Jugend auf Drogen!?
„Anti-Award“ Preisverleihung
- 14 Neues aus dem Institut
- 15 Intern: Mag. Roland Lehner
Buchtipps
- 16 Präventions- und Hilfsangebote zum Thema Alkohol

IMPRESSUM:

Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Institut Suchtprävention, pro mente OÖ A-4020 Linz, Hirschgasse 44, info@praevention.at | Leitung: Christoph Lagemann, Mag. Dr. Rainer Schmidbauer | Redaktion: Mag. Günther Ganhör (Leitung), Mag. Rosmarie Kranewitter-Wagner, Christoph Lagemann, Mag. (FH) Andreas Reiter, MA | Grafik: Sabine Mayer Fotos: photocase, Institut Suchtprävention | Druck: kb-offset, 4844 Regau Auflage: 5.000 Stück | Preis: kostenlos | ZVR 811735276



Sehr geehrte Leserinnen und Leser!

Vom gemeinsamen Glas mit Freunden über den Festzeltbieranstich bis zur Weinssegnung: Alkohol ist in Österreich ein wichtiger Bestandteil des gesellschaftlichen und kulturellen Lebens. Die Schattenseiten dieses tief verwurzelten Kulturguts werden dabei jedoch meist nicht so gerne thematisiert. Rund 56.000 Oberösterreicher gelten als alkoholabhängig und mehr als 100.000 Personen in unserem Bundesland trinken in einem Ausmaß, das ihre Gesundheit gefährdet. Diese Zahlen zeigen, dass es viele Menschen gibt, die zum Teil schwerwiegende gesundheitliche Probleme aufgrund ihres Alkoholkonsums erleiden. Dies betrifft nicht nur sie selbst, sondern auch ihr gesamtes soziales Umfeld wie die Familie, Freunde oder den Arbeitsplatz. Daher ist es wichtig, einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol vorzuleben und auch als Erziehungsaufgabe wahrzunehmen. Das Institut Suchtprävention bietet aus diesem Grund mittlerweile ein umfassendes Angebot im Bereich der Alkoholprävention. Dieses beinhaltet sowohl substanzspezifische Lebenskompetenzprogramme wie „Eigenständig werden“ (für Volksschulen) und „Plus“ (Sekundarstufe 1) als auch alkoholspezifische Workshops, Seminare, Vorträge, Unterrichtseinheiten usw.

Mit der im Mai 2017 erstmals stattfindenden „Dialogwoche Alkohol“ bietet sich eine Gelegenheit, um im Rahmen dieser österreichweiten Initiative über Alkohol sachlich zu informieren und zu Gesprächen anzuregen. Es freut uns sehr, dass es nach langem Bemühen gelungen ist, auch in Österreich bzw. in Oberösterreich diese Aktionswoche zu veranstalten. Die vorliegende Ausgabe der fortyfour widmet sich aus diesem Anlass ebenfalls dem „Kulturgut und der Volksdroge“ Alkohol und soll somit auch dazu beitragen, die Diskussion rund um dieses bedeutsame Thema anzuregen.

Christoph Lagemann | Dr. Rainer Schmidbauer
Institutsleitung

NACHLESE ZUM THEMA KRÄNKUNG: Enormes Publikumsinteresse

Der bekannte Psychiater und Suchtexperte **Prim. Univ.-Prof. Dr. Reinhard Haller** hat am 6. Dezember 2016 auf Einladung des Instituts Suchtprävention einen Vortrag über die „Macht der Kränkung“ gehalten. Das Publikumsinteresse war enorm, knapp 500 Interessierte, unter ihnen zahlreiche Lehrkräfte, Fachleute aus der Gesundheitsförderung, Lehrlingsausbildung, Prävention und Behandlung sowie Vertreter der Polizei fanden sich in den Linzer Redoutensälen ein. Moderiert wurde die Veranstaltung von Mag. Rosmarie Kranewitter-Wagner (Institut Suchtprävention). Zudem gab es eine kurze Einführung und Begrüßungsworte von Prof. Univ.-Doz. Dr. Werner Schöny, dem Vorstandsvorsitzenden von pro mente Oberösterreich.

Professor Haller machte in seinem Vortrag deutlich, dass Kränkungen immer eine Interaktion darstellen, die sich zwischen der kränkenden und der gekränkten Person sowie der Kränkungsbotschaft selbst bewegt. Je wichtiger, je näher einem der Kränkungsabsender im Leben ist und je höher der Wahrheitsgehalt der Botschaft ist, desto eher kann eine Kränkung ausgelöst werden. Haller definiert eine Kränkung als eine nachhaltige Erschütterung des Selbst und seiner Werte, vor allem des Selbstwerts, aber auch anderer Werte. Dazu kommt die Nachhaltigkeit, die nach außen nicht dramatisch wirkt, wie zum Beispiel ein spontaner Wutausbruch. Kränkungen sind zudem langsam köchelnde Prozesse mit oft verheerenden Folgen. Kränkungen lassen sich meist nicht vermeiden, darum ist auch die Frage „Wie gehe ich persönlich mit einer Kränkung um?“ entscheidend. Gewinnt man die „Lufthoheit über das Kränkungs-geschehen“, gelingt es Transparenz zu schaffen, zu deeskalieren und entemotionalisieren sind schon erste wichtige Schritte getan, um im negativen Erlebnis der Kränkung eine Chance zu sehen und diese zu nutzen, um eigene Kränkungsmuster zu durchbrechen, loszulassen, eine andere Perspektive einzunehmen und im besten Fall zu verzeihen.

Das Bildungs TV der education group hat den Vortrag mitgefilmt. Das Video, die Fotos zu dieser Veranstaltung sowie die Präsentationsfolien finden Sie online unter: www.praevention.at/thema



ALKOHOL UND PRÄVENTION: KULTURHISTORISCH BETRACHTET



Prof. Dr. habil. Hasso Spode lehrt an der Leibniz-Universität Hannover und ist zugleich Archivar an der TU Berlin. Hasso Spode forscht und lehrt seit den 80er-Jahren auf den Gebieten Geschichte, Anthropologie und Soziologie und hat über zwei hundert wissenschaftliche Arbeiten veröffentlicht. Einflussreich wurden besonders Spodes Analysen von Alkohol und Sucht („Die Macht der Trunkenheit“, Opladen 1993), aber auch Studien in anderen Forschungsfeldern wie dem Tourismus.

Im Gespräch mit Hasso Spode

In der evangelischen Kirche feiert man heuer das 500-Jahr-Jubiläum der Reformation. In Ihren zahlreichen Fachbeiträgen zur Geschichte des Alkohols weisen auch Sie immer wieder auf die Reformationszeit als Beginn der Kampagnen gegen Alkoholmissbrauch hin. Inwieweit prägt Luthers Kampf gegen den „Saufteufel“ noch Initiativen der Gegenwart?

Es gab auch vor Luther immer wieder Ansätze von Obrigkeiten, die gegen grassierende Trunkenheit vorgehen wollten. Belegt ist zum Beispiel, dass Karl der Große betrunkene Richter bei Wasser und Brot büßen lassen wollte. Das waren aber keine Kampagnen, die eine gesellschaftliche Breitenwirkung erzielten. Anders dann der Kampf gegen den so genannten „Saufteufel“ im Zuge der Reformation. Die Reformation stellt einen entscheidenden Umbruch in der menschlichen Geschichte dar. Historisch gesehen markiert sie, gemeinsam mit der Entdeckung Amerikas und der Erfindung des Buchdrucks, den Beginn der Neuzeit. Sie hat ein völlig neues Verständnis der Lebensführung in Europa verbreitet, das sich dann nach und nach auch im Katholizismus fand. Die breite Kampagne Luthers und anderer Reformatoren gegen den „Saufteufel“ richtete sich aber nicht gegen die damaligen Lebensmittel Bier und Wein, die täglich in großen Mengen konsumiert wurden, sondern gezielt gegen ein bestimmtes, weit verbreitetes archaisches Trinkritual: das exzessive „Zutrinken“. Das war ein Zusammenkommen, bei dem man sich nach festen Regeln gegenseitig „Gesundheiten“ zutrank, oft bis zur Bewusstlosigkeit.

Die Kampagne war nicht allzu erfolgreich, wurde aber dann in strengeren Formen des Protestantismus, insbesondere von den Calvinisten beziehungsweise den Puritanern, in England, später auch in Amerika in gewisser Weise fortgesetzt. Wir haben seither ein wellenartiges Auf und Ab der Bekämpfung des Alkohols. Die protestantische Idee der beständigen Selbstkontrolle wirkt sich noch stark auf unsere Gegenwart aus. Das betrifft übrigens nicht nur das Thema Alkoholkonsum. Und es ist kein Zufall, dass die Prohibitionsbewegung, die im 20. Jahrhundert den Alkohol komplett abschaffen wollte, ausschließlich in puritanisch geprägten Ländern von Erfolg gekrönt war: In Skandinavien, den USA, Großbritannien usw. gab es entsprechende Gesetze – eine Folge dieser asketischen, selbstkontrollierten Grundeinstellung.

Die Frage „Wie viel ist zu viel?“ soll dieses Jahr Menschen in Österreich dazu anregen, über ihren eigenen Alkoholkonsum nachzudenken, zu reflektieren, zu diskutieren. Wie sehen Sie als Historiker und Soziologe, der sich intensiv mit dem „Kulturgut Alkohol“ auseinandergesetzt hat, den Versuch, Grenzmengen zu etablieren, anhand deren es möglich ist, einen unbedenklichen bzw. gesundheitsschädigenden Alkoholkonsum zu definieren?

Grenzmengen und Empfehlungen sind von Land zu Land verschieden ausgelegt, je nachdem welche Trinkkultur dort vorherrscht. Fragen wie „Wie viel ist zu viel?“, die ja meist nach langfristigen gesundheitlichen Aspekten, wie der Lebenserwartung, beurteilt werden, enthalten wiederum diese puritanische Idee der Selbstkontrolle. Auch die Weltgesundheitsorganisation ist stark von diesem Gedankengut der puritanischen Temperenzkulturen, wie wir sie von Schweden, den USA, Kanada, Australien usw. kennen, geprägt. Diese Kulturen sehen – verglichen mit anderen Kulturen – den Alkoholkonsum als ein besonders großes Problem. In anderen Kulturen, wie zum Beispiel in Mitteleuropa, wird Alkohol ja auch als Problem gesehen, aber eben nicht als ganz prioritäres. Deshalb wird in den Temperenzkulturen sehr viel mehr Alkoholforschung betrieben und daher hat man dort auch viel mehr Experten, die wiederum die Stellen in der WHO und in der EU besetzen. Diese Empfehlungen wollen uns normieren. Doch die Menschen sind nun einmal unterschiedlich. Das wäre ungefähr so, als ob es nur mehr jeweils eine von der WHO empfohlene Kleidergröße für Männer und Frauen geben würde. Man darf allerdings auch nicht den Fehler machen, den Schwarzen Peter ausschließlich den „paternalistischen“ Gesundheitsbehörden zuzuschreiben. Wir sind auch selbst daran schuld, weil wir alle zahlenfixiert sind. Ein öffentliches Argument muss ja grundsätzlich erst einmal quantifiziert werden, damit es ernst genommen wird – egal ob dabei womöglich der größte Unsinn herauskommt. Hauptsache man hat irgendeine Zahl.

Der Weg zwischen Genuss und Missbrauch ist häufig ein schmaler Grat. Braucht es Ihrer Meinung nach Rituale, vor allem für Jugendliche, die hier eine „Sicherungsfunktion“ übernehmen? Und wie könnten Ihrer Meinung nach zeitgemäße Rituale im Sinne einer „Risikokompetenz“ aussehen?

Da muss man zunächst unterscheiden, um welche Rituale es sich handelt. Luther hatte ja zurecht gegen den „Saufteufel“ gepredigt, weil diese Form von Ritual dazu führt, dass immer mehr getrunken wurde. Es gibt aber auch risikobegrenzende Faktoren, die ritualisiert sind. Wenn zum Beispiel eine Beislwirtin zu ihrem Stammgast sagt: „Du hast schon genug getrunken, du bekommst heute nichts mehr.“ Diese risikobegrenzenden Rituale funktionieren nach dem Prinzip der kontrollierten Aufhebung der Kontrollen, im Sinne von: Nicht alles ist erlaubt! Das ist schon einmal ein guter Ansatz. Bei jungen Menschen ist es meiner Ansicht nach entscheidend, dass sie, so lange sie sich noch im Ein-

flussbereich der Eltern befinden – ähnlich wie in der Sexualerziehung – auch im Umgang mit Alkohol aufgeklärt bzw. an das Thema herangeführt werden, um einen vernünftigen Umgang damit zu erlernen. Das ist sinnvoll, damit sie später nicht auf völliges Neuland stoßen und sich unnötigen Gefahren aussetzen. In den USA, wo für Jugendliche praktisch wieder die Prohibition gilt, ist das „Komasaufen“ viel weiter verbreitet als hierzulande und endet viel öfter tödlich.

Der Alkoholkonsum war lange Zeit eine vorwiegend männliche Domäne. Welche Rolle spielt das weibliche Geschlecht in der Geschichte des Alkohols, aber auch in der Geschichte der Prävention?

Trotz der Tatsache, dass Frauen aus physiologischen Gründen weniger Alkohol als Männer vertragen, haben sie bis in die frühe Neuzeit hinein auch in großen Mengen Bier und Wein getrunken. Das Wasser war oft mit Krankheitskeimen belastet und der Alkohol stellte ein unentbehrliches Nahrungs-, Heil- und Stärkungsmittel dar, das man den Frauen nicht vorenthalten hat. Erst im Zeitalter des Bürgertums, im späten 18. Jahrhundert, dann besonders im 19. Jahrhundert, als das Bürgertum die kulturelle Hegemonie endgültig erobert hat, kommt es immer häufiger dazu, dass Frauen von vielen Sphären des Daseins ausgeschlossen werden. Das ist ja das Absurde an dieser Epoche: Das Bürgertum hat sich einerseits gegen die adeligen Privilegien gewandt und gleichzeitig eine Polarisierung der Geschlechterrollen vorangetrieben.

Aber war das früher nicht auch so, dass Frauen vom Trinken ausgeschlossen waren?

Nein, es gab sogar speziell weibliche Saufrituale, wie das „Kranztrinken“, erst später wurde daraus das „Kaffeekränzchen“. Um 1700 hat der preußische König Friedrich I das Tabakkolleg eingeführt. Da waren natürlich auch Frauen anwesend und es wurde in großen Mengen Alkoholisches getrunken. Erst gegen Ende des 18. Jahrhunderts und im 19. Jahrhundert kommt es zum Ausschluss der Frauen von vielen Genussmitteln und letztlich auch von den Orten, wo diese konsumiert wurden, also der Kneipe und des Kaffeehauses. Das waren damals die Orte, wo Politik stattfand. Da waren Frauen nicht mehr zugelassen – es sei denn als Prostituierte. Um 1900 herum wurden 90 % des Alkohols von Männern getrunken. Seitdem haben wir aber wieder eine gegenteilige Entwicklung bzw. eine allmähliche Angleichung. Der Alkoholkonsum ist ein Gradmesser der Gleichstellung der Geschlechter – je größer die Differenz, desto größer auch das Machtgefälle zwischen Mann und Frau.

Welche Rolle spielten Frauen in den Präventionsbewegungen?

In den Temperenzkulturen, vor allem in den USA, und hier vor allem in der zweiten Mäßigkeitsbewegung, die im späten 19. Jahrhundert einsetzte – waren diese eindeutig weiblich dominiert. Die Woman's Christian Temperance Union war eine Zeit lang die weltweit wichtigste Prohibitionsorganisation. Diese Organisation, die in den Vereinigten Staaten gegründet wurde, ist eine interessante Mischung aus Emanzipations- und Prohibitionsbewegung, aus christlicher Prüderie einerseits und politischem Suffragettentum andererseits. Man kann das auch gut nachvollziehen: Ein Teil dieser Frauen hatte Männer, die das Haushaltseinkommen im „Saloon“ durchbrachten. Die Frauen waren die Leidtragenden und haben deshalb die Initiative ergriffen. Das war ein Zeichen, dass sie sich teilweise schon von der männlichen Bevormundung gelöst haben. Im deutschsprachigen Raum spielten weibliche Abstinenzvereine aber nur eine marginale Rolle.

Sie haben sich in Ihren Arbeiten auch mit der Frage beschäftigt, ab wann in Europa Alkohol zum sozialen Problem wurde und beschreiben dies anhand von vier historischen Phasen. Was kann man Ihrer Meinung nach aus diesen Zyklen lernen?

Derzeit, seit dem späten 20. Jahrhundert, sind wir eindeutig wieder in einer asketischen Phase, in einem Zyklus, der wieder stark von puritanischen Werten und Selbstkontrolle bestimmt wird. Meine Forschungen haben gezeigt, dass die Dauer dieser Zyklen leider schwer vorhersehbar ist. Häufig hängt ihr jeweiliges Ende aber mit einem Generationswechsel zusammen. Das heißt, wenn eine Generation erst einmal ihr Programm – egal ob hedonistisch oder asketisch geprägt – relativ erfolgreich durchgesetzt hat, beginnt eine Absatzbewegung der nächsten Generation. Die wollen es dann nicht mehr genauso machen. Die hedonistisch-kommunistische 68er-Generation ist dafür ein gutes Beispiel, ihre Kinder hingegen wählen grün und frönen der asketischen Selbstoptimierung. Andererseits ist es so, dass jeder dieser Zyklen oder Thematisierungskonjunkturen des Alkohols nach dem Abebben nicht in eine Entwicklung führt, die den früheren Status Quo herstellt. Jede Konjunktur hat bisher ein Erbe hinterlassen. Also, wenn dieser asketische Zyklus vielleicht in zwanzig Jahren zu Ende geht, werden wir nicht mehr in die „Roaring Seventies“ des 20. Jahrhunderts zurückkehren, als jeder fröhlich soff und qualmte. Aber wir werden uns wohl irgendwann einmal von der fixen Idee befreien, dass alles was wir gerne tun, ganz schädlich ist.

Interview: Günther Ganhör



Österreichische Dialogwoche
ALKOHOL
 WIE VIEL
 IST ZU VIEL?

PREMIERE
 FÜR DIE 1. ÖSTERREICHISCHE
DIALOGWOCHE ALKOHOL
 15.–21. Mai 2017



In Deutschland und der Schweiz gibt es sie bereits seit vielen Jahren, heuer findet erstmals auch in Österreich eine „Dialogwoche Alkohol“ statt. Das Motto der Premierenwoche 2017 lautet: „Wie viel ist zu viel?“. Innerhalb des Aktionszeitraums, vom 15. bis zum 21. Mai 2017, will die Präventionskampagne mit Veranstaltungen in ganz Österreich über Alkohol informieren, zu Gesprächen anregen und dazu motivieren, über den eigenen Alkoholkonsum nachzudenken. Dabei stehen Fragen wie, ab wann Alkoholkonsum zur gesundheitlichen Gefahr wird oder zu einem Suchtverhalten führt, im Mittelpunkt.

Alkohol ist als Konsumgut und Genussmittel in Österreich weit verbreitet und beliebt. Gleichzeitig verursachen riskante und problematische Konsummuster Krankheiten, Unfälle und menschliches Leid. So gelten rund 370.000 Österreicherinnen und Österreicher (5 % der erwachsenen Bevölkerung) als alkoholkrank. Zudem konsumieren weitere 9 % Alkohol in einem gesundheitsgefährdenden Ausmaß. In Summe konsumiert 14 Prozent der Wohnbevölkerung in Österreich, das sind rund 1 Million Menschen, Alkohol in einem problematischen Ausmaß. Mit den Folgen ist nicht nur die jeweils betroffene Person, sondern auch ihr soziales Umfeld konfrontiert. Die Zwiespältigkeit zwischen Genuss und Gefahr prägt auch den Umgang mit dem Thema Alkohol, der immer noch von viel Unwissenheit, aber auch von Tabus geprägt ist. Hier setzt die neue österreichweite Präventionsinitiative „Dialogwoche Alkohol“ an. Zwischen 15. und 21. Mai 2017 will die Kampagne die gesamte erwachsene österreichische Bevölkerung mit der Frage „Wie viel ist zu viel?“ zum Thema Alkohol informieren, sensibilisieren, zu Gesprächen anregen und motivieren über den eigenen Alkoholkonsum nachzudenken. Im Mittelpunkt steht dabei weder die kategorische Aufforderung auf Alkohol zu verzichten, noch die Verharmlosung der Substanz, sondern Fragen wie: „Ab wann wird Alkoholkonsum zur gesundheitlichen Gefahr?“ oder: „Ab wann führt Alkoholkonsum zu einem Suchtverhalten?“

Die Österreichische Dialogwoche Alkohol ist eine Initiative der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung in Kooperation mit dem Bundesministerium für Gesundheit und Frauen, dem Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger und der Gesundheit Österreich GmbH/Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich.

Im Zentrum der Dialogwoche stehen unterschiedliche Aktionen und Veranstaltungen zum Thema Alkohol – von Vorträgen über Diskussionen bis hin zu Tagen der offenen Tür. In Oberösterreich koordiniert das Institut Suchtprävention die Angebote. Zudem bietet die Website www.dialogwoche-alkohol.at wissenswerte Fakten zum Thema Alkohol, Statements von Prominenten, Informationen zu den einzelnen Aktionen in den Bundesländern sowie hilfreiche Tipps und einen Alkohol-Selbsttest, der auch bundesweit mittels handlicher Faltkarten zur Verteilung gelangt. Für Christoph Lagemann, den Obmann der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung und Leiter des Instituts Suchtprävention in Linz, stellt die Dialogwoche eine hervorragende Chance dar, das Tabuthema Alkohol in den Blickpunkt zu rücken:

„Es gibt viele Menschen in Österreich, die schwerwiegende gesundheitliche Probleme aufgrund ihres Alkoholkonsums erleiden. Dies betrifft nicht nur sie selbst, sondern auch ihr gesamtes soziales Umfeld, wie die Familie. Daher ist es wichtig, einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol vorzuleben und auch als Erziehungsaufgabe wahrzunehmen.“

Die „Dialogwoche Alkohol“ wird in Österreich ab heuer alle zwei Jahre stattfinden. Analog zur deutschen und schweizerischen „Aktionswoche“ sind auch in Österreich Einrichtungen und Organisationen, die unter dem gemeinsamen Motto der Dialogwoche selbständig eigene Aktionen und Angebote anbieten und umsetzen möchten, dazu eingeladen, sich zu beteiligen.

**ALKOHOL-SELBSTTEST:
 WIE VIEL IST ZU VIEL?**

Die meisten Menschen in Österreich trinken Alkohol. Für viele ist der Konsum von Alkohol ein Genuss, für einige ein Problem. Alkohol kann zu gesundheitlichen Problemen führen, zu Problemen am Arbeitsplatz oder in der Familie. Besonders Kinder und Angehörige leiden darunter, wenn ein Familienmitglied zu viel Alkohol trinkt. Es gibt also gute Gründe, sich einmal kurz selbst ein paar Fragen zu stellen.



MÄNNER

WIE OFT TRINKEN SIE ALKOHOL?

- nie [0]
 1 Mal pro Monat oder seltener [1]
 2-4 Mal pro Monat [2]
 2-3 Mal pro Woche [3]
 4 Mal pro Woche oder öfter [4]

WENN SIE ALKOHOL TRINKEN,
 WIEVIELE GLÄSER TRINKEN SIE DANN
 ÜBLICHERWEISE AN EINEM TAG?

- Ich trinke nie Alkohol [0]
 1 oder 2 Gläser [0]
 3 oder 4 Gläser [1]
 5 oder 6 Gläser [2]
 7, 8 oder 9 Gläser [3]
 10 oder mehr Gläser [4]

WIE OFT TRINKEN SIE SECHS ODER
 MEHR GLÄSER ALKOHOL BEI EINER GE-
 LEGENHEIT (Z.B. BEIM ABENDESSEN,
 AUF EINER PARTY ETC.)?

- nie [0]
 1 Mal pro Monat oder seltener [1]
 2-4 Mal pro Monat [2]
 2-3 Mal pro Woche [3]
 4 Mal pro Woche oder öfter [4]

FRAUEN

WIE OFT TRINKEN SIE ALKOHOL?

- nie [0]
 1 Mal pro Monat oder seltener [1]
 2-4 Mal pro Monat [2]
 2-3 Mal pro Woche [3]
 4 Mal pro Woche oder öfter [4]

WENN SIE ALKOHOL TRINKEN,
 WIEVIELE GLÄSER TRINKEN SIE DANN
 ÜBLICHERWEISE AN EINEM TAG?

- Ich trinke nie Alkohol [0]
 1 oder 2 Gläser [0]
 3 Gläser [1]
 4 Gläser [2]
 5 oder 6 Gläser [3]
 7 oder mehr Gläser [4]

WIE OFT TRINKEN SIE VIER ODER MEHR
 GLÄSER ALKOHOL BEI EINER GELEGEN-
 HEIT (Z.B. BEIM ABENDESSEN, AUF
 EINER PARTY ETC.)?

- nie [0]
 1 Mal pro Monat oder seltener [1]
 2-4 Mal pro Monat [2]
 2-3 Mal pro Woche [3]
 4 Mal pro Woche oder öfter [4]

AUSWERTUNG: Die Ergebnisse sind ein Richtwert für gesunde Erwachsene.!

- Wenn Sie auf **7 Punkte oder weniger** kommen, nehmen Sie eine Alkoholmenge zu sich, die als gesundheitlich weitgehend unbedenklich gilt.
- Wenn Sie **8 Punkte oder mehr** erreichen, nehmen Sie eine Alkoholmenge zu sich, die sich negativ auf Ihre Gesundheit auswirken kann. Sie selbst entscheiden, ob Sie etwas verändern möchten.

Beratungsstellen finden Sie auf Seite 16 bzw. unter www.dialogwoche-alkohol.at

Quelle: Gesund ist, mit Maß und Ziel zu genießen. Gesundheitsziel Alkohol. Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft, 2017. Adaptiert von Alfred Uhl, 2017

ZAHLEN UND FAKTEN ZUM THEMA ALKOHOL



vanda lay/photocase.de

Für viele Menschen ist Alkohol ein Genussmittel, einige entwickeln jedoch riskante und problematische Konsummuster. Die damit verbundenen Folgen sind weitreichend, für die konsumierende Personen, ihr Umfeld und die Gesellschaft. Die Bevölkerung zu sensibilisieren und in einen Austausch zu gehen, wie ein verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol aussehen kann, ist Ziel der ersten „Dialogwoche Alkohol“, die unter dem Motto: „Wie viel ist zu viel?“ steht. Die Dialogwoche will über Alkohol informieren, zu Gesprächen anregen und motivieren über den eigenen Alkoholkonsum nachzudenken. Fragen wie, ab wann Alkoholkonsum zur gesundheitlichen Gefahr wird oder zu einem Suchtverhalten führt, stehen dabei im Mittelpunkt. Grundsätzlich geht es nicht darum, den Konsum zu problematisieren, sondern durch die Auseinandersetzung dazu beizutragen, dass der Konsum nicht zu Problemen führt. Im Fokus stehen dabei problematische und riskante Konsummuster. Im Folgenden finden Sie grundlegende Informationen dazu.

Risikoarmer, problematischer und abhängiger Alkoholkonsum

Unter den zahlreichen Versuchen, Grenzmengen festzulegen, an Hand derer es möglich ist, risikoarmen bzw. problematischen Alkoholkonsum zu definieren, hat sich die vom britischen Health Education Council im Jahre 1994 publizierte Definition international weitgehend durchgesetzt. Risikoarm darf man in diesem Zusammenhang aber nicht mit gesund oder risikolos verwechseln, es bedeutet nur, dass die Wahrscheinlichkeit an einer alkoholbedingten Krankheit zu erkranken geringer ist. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt zusätzlich zu diesen Grenzmengen zumindest zwei alkoholfreie Tage pro Woche.

- Als „gering“ bzw. „**risikoarm**“ gilt für Männer ein durchschnittlicher, täglicher Konsum von 24 Gramm (bzw. für Frauen 16 Gramm) Alkohol, also rund 0,6 Liter (0,4 Liter) Bier pro Tag.
- Als Grenze für **problematischen Konsum**, ab der ein deutlich erhöhtes Gesundheitsrisiko vorliegt, wird für Männer üblicherweise ein Wert von 60 Gramm Alkohol pro Tag angegeben, für Frauen 40 Gramm. Das entspricht 1,5 bzw. einem Liter Bier täglich. Die Mengen für den problematischen Konsum dürfen aber nicht mit einer Abhängigkeitserkrankung gleichgesetzt werden.

Episodisches **Rauschtrinken** oder akute Alkoholintoxikation wird neben hohen Trinkmengen und Alkoholkonsum in unangemessenen Situationen zu den problematischen Konsummustern gezählt. Dabei steht nicht nur der Schaden für die konsumierende Person im Fokus, sondern auch die negativen Auswirkungen auf unbeteiligte Dritte als Folge der Berausung (wie z.B. erhöhtes Unfallrisiko oder Verwicklung in Gewaltsituationen). Im Englischen wird dafür der Ausdruck „Binge Drinking“ verwendet; medial aber auch häufig mit „Komatrinken“ gleichgesetzt (Strizek/Uhl 2016, S. 44ff).

In der österreichischen Bevölkerungsbefragung zum Substanzgebrauch 2016 (Strizek/Uhl, S. 44ff) gaben 12% der Befragten (16% der Männer und 8% der Frauen) an, dass sie zumindest einmal pro Woche 40 Gramm (Frauen) bzw. 60 Gramm Reinalkohol (Männer) oder mehr konsumieren. Rund 6% der Befragten (3% der Frauen und 9% der Männer) geben an, mindestens einmal pro Woche mindestens das Doppelte dieser Menge zu konsumieren (80 Gramm Reinalkohol bei Frauen das entspricht 2 Liter Bier und 120 Gramm Reinalkohol oder 3 Liter Bier bei Männern). Man schätzt, dass in Österreich jährlich 100 Menschen an einer reinen akuten Alkoholvergiftung sterben (Handbuch Alkohol, Uhl 2009, S.101).

- Der Übergang von einem problematischen zu einem abhängigen Konsum ist fließend. **Alkoholabhängigkeit** ist eine Krankheit. Für die Entwicklung einer Alkoholsucht zählt nicht allein die Menge, sondern weitere – von der WHO festgelegte – **Diagnosekriterien**, wenn mindestens drei der angeführten Kriterien während des letzten Jahres auftreten:

- ein starker Wunsch, Alkohol zu konsumieren
- Schwierigkeiten, den Konsum zu kontrollieren
- anhaltender Substanzgebrauch trotz schädlicher Folgen
- dem Substanzgebrauch wird Vorrang vor anderen Aktivitäten und Verpflichtungen gegeben
- Entwicklung einer Toleranzerhöhung
- körperliche Entzugssymptome
(Quelle: ARGE Suchtvorbeugung Broschüre „Alkohol“)

Alkoholabhängigkeit entwickelt sich in der Regel langsam und für viele oft unmerklich. Von Abhängigkeit sollte nur dann gesprochen werden, wenn eine sichere Diagnose gestellt werden konnte. Als alkoholabhängig zu bezeichnen sind in Österreich ca. 5% der erwachsenen Bevölkerung (2,5% der Frauen und 7,5% der Männer) (Strizek/Uhl 2016, S. 39). Für Österreich ergibt sich dabei aktuell die absolute Zahl von ca. 370.000 AlkoholikerInnen. Bei 10% der Menschen in Österreich (14% der Männer und 6% der Frauen) führt der Konsum von Alkohol im Laufe des Lebens zu einer Suchterkrankung, wobei nicht alle Erkrankten dies ein Leben lang bleiben (Uhl 2009, S. 141).

Alkoholkonsum in Österreich

In der im Vorjahr veröffentlichten Österreichischen Repräsentativerhebung zum Substanzgebrauch wird der Alkoholkonsum, anhand der oben angeführten Grenzmengen auf Basis von Konsumfrequenz und Konsummenge, in folgende Konsumgruppen eingeteilt:

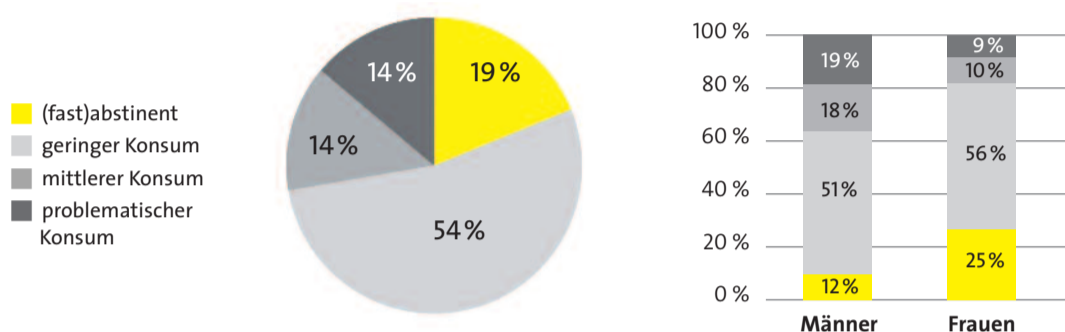
KONSUMGRUPPEN	Beschreibung
Abstinent Fastabstinent	nie Alkohol getrunken
	früher Alkohol getrunken, in den letzten 12 Monaten nicht mehr
	nicht mehr als 5 mal pro Jahr
Geringer Konsum (Harmlosigkeitsgrenze)	weniger als 16 g Reinalkohol pro Tag für Frauen bzw. weniger als 24 g Reinalkohol pro Tag für Männer
Mittlerer Konsum	zwischen 16 und 40 g Reinalkohol pro Tag für Frauen bzw. zwischen 24 und 60 g Reinalkohol pro Tag für Männer
Problematischer Konsum (Gefährdungsgrenze)	mehr als 40 g Reinalkohol pro Tag für Frauen bzw. mehr als 60 g Reinalkohol pro Tag für Männer

Orientierungshilfe: 20 Gramm Reinalkohol = ca. 1/2 Liter Bier = ca. 1/4 Wein

Laut den Ergebnissen dieser Studie ist Alkohol jene psychoaktive Substanz, die in Österreich am häufigsten konsumiert wird. Etwa eine/r von fünf Befragten (19%) lebt nach eigenen Angaben abstinent oder fast abstinent. Mehr als die Hälfte der Befragten berichten von einem geringen Alkoholkonsum (54%). Rund 14 Prozent der Befragten liegen in Bezug auf ihren Alkoholkonsum in einem Bereich, den wir als „mittleren Konsum“ bezeichnen. Weitere 14% der Befragten nennen hingegen ein problematisches Konsumausmaß, das längerfristig als deutlich gesundheitsgefährdend einzuschätzen ist (Strizek/Uhl 2016, S. 38).

Dabei berichten Frauen doppelt so häufig von abstinentem oder fast abstinentem Verhalten wie Männer, Männer hingegen nennen doppelt so häufig problematischen Konsum wie Frauen (Strizek/Uhl 2016, S. 38).

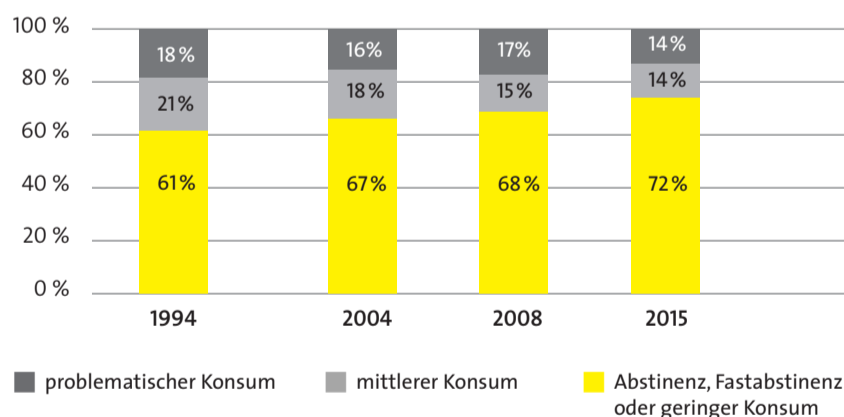
Verteilung nach Alkoholkonsumgruppen¹



Über die letzten 20 Jahre zeigt sich ein leichter Rückgang der beiden stärksten Konsumgruppen (problematischer Konsum und mittlerer Konsum) und dementsprechend eine leichte Zunahme der Gruppen mit niedrigem Konsum. Die durchschnittliche Alkoholkonsummenge ist zwar seit 1970 um 20% gesunken, war aber über die letzten 10 Jahre annähernd stabil (Strizek/Uhl 2016, S. 3).

Es sind keineswegs die Jüngeren, die sich in überdurchschnittlichem Maße einem Alkoholorisiko aussetzen, sondern in erster Linie die 50- bis 60-Jährigen. Betrachtet man die Konsumgruppen im Altersverlauf, zeigt sich, dass der höchste Anteil an Personen mit potenziell problematischem Konsum in dieser Altersgruppe zu finden ist (19%). Dies steht im Einklang mit den Ergebnissen vorangegangener Repräsentativerhebungen, wonach der Alkoholdurchschnittskonsum mit zunehmendem Alter zunimmt (Strizek/Uhl 2016, S. 39f).

Zeitverlauf der Alkoholkonsumgruppen¹



boing/photocase.de

Jugend und Alkohol

Laut den Ergebnissen einer repräsentativen Befragung von österreichischen SchülerInnen im Alter von 11, 13, 15 und 17 Jahren, die im Rahmen der WHO Survey HBSC (Health Behavior of Schoolaged Children) im Jahr 2014 durchgeführt wurde, trinken 16% laut eigenen Angaben mindestens einmal pro Woche Alkohol. Dies trifft auf Burschen (19,4%) etwas häufiger zu als auf Mädchen (13,6%). Der wöchentliche und tägliche Alkoholkonsum nimmt mit dem Alter deutlich zu, wobei in allen Altersgruppen mehr Burschen als Mädchen Alkohol trinken (Ramelow et al., WHO-HBSC-Survey 2014, S. 48).

Im internationalen Vergleich (HBSC Studie) zeigt sich, dass deutlich mehr 15-jährige SchülerInnen in Österreich einmal wöchentlich oder öfter Alkohol konsumieren (30,4%), als dies im Länderdurchschnitt (19%) oder in Deutschland (17,7%) der Fall ist (Felder-Puig et al., HBSC-Factsheet, 2014, S. 5).

Während die durchschnittliche Konsummenge in der österreichischen Gesamtbevölkerung zwischen 2004 und 2015 weitestgehend stabil ist, ist hingegen laut HBSC-Befragung für den nahezu identen Zeitraum ein eindeutiger Rückgang festzustellen: seit dem Jahr 2002 nimmt der wöchentliche Konsum alkoholischer Getränke bei SchülerInnen kontinuierlich ab. Ein besonders starker Rückgang konnte zwischen 2010 und 2014 verzeichnet werden. Dies trifft vor allem auf die 15-Jährigen zu. Der Rückgang des mindestens wöchentlichen Alkoholkonsums bei der Befragung 2014 wird von den AutorInnen wie folgt begründet: Wandel in der Jugendkultur, in der der Aufbau sozialer Kontakte heute eher über soziale Medien erfolgt als über das gemeinsame Ausprobieren von Risikoverhaltensweisen wie Tabak- und Alkoholkonsum (Ramelow et al., S.48 und 95). Auch in der ESPAD-SchülerInnen Studie wurde ein deutlicher Rückgang festgestellt (Strizek/Uhl 2016, S. 57).

Auswirkungen von Alkoholkonsum

Alkohol ist eine Alltagsdroge, die viele Menschen schätzen, aber auch gesundheitliche Risiken und zahlreiche soziale Probleme mit sich bringt. Grundsätzlich ist zwischen den Folgen für das Individuum und den Folgen für Dritte zu unterscheiden.

Körperliche Auswirkungen

Da der Alkohol durch das Blut über den ganzen Körper verteilt wird, kann das toxische Potenzial des Alkohols fast jedes Organ des menschlichen Körpers schädigen. Mehr als sechzig Krankheiten sind nachweislich mit regelmäßig erhöhtem Alkoholkonsum verknüpft. Aus medizinischer Sicht hat die Art des alkoholischen Getränkes, das konsumiert wird, kaum Einfluss auf die gesundheitlichen Langzeitfolgen. Für den Körper zählt hauptsächlich die Menge an Reinalkohol, die ihm zugeführt wird. Egal ob durch Bier oder Schnaps. Grundsätzlich ist zwischen der unmittelbaren Wirkung des Alkohols und Langzeitfolgen zu unterscheiden.

Soziale Auswirkungen

In der österreichischen Erhebung zum Substanzgebrauch 2016 gibt etwa eine/r von sieben Befragten (14%) an, dass er oder sie in ihrer/seiner Kindheit mit einer Person in einem gemeinsamen Haushalt gelebt hat, die sie/er als „starken Trinker/starke Trinkerin“ einstufen würde. Auf die Frage nach dieser Person wird die Kategorie „Vater“ mit deutlichem Abstand am häufigsten genannt. Vier von zehn betroffene Personen berichten, dass sie durch die stark trinkende Person auch „stark beeinträchtigt“ waren. Dies entspricht umgerechnet fünf Prozent der Befragten. Weiters wurde erhoben, ob die Befragten aktuell (d. h. in den letzten 12 Monaten) in ihrem unmittelbaren sozialen Umfeld Kontakt zu Personen haben/hatten, die sie als „starke Trinker/starke Trinkerin“ bezeichnen würden und in welchem Ausmaß sie durch diese Personen beeinträchtigt wurden. Sechs Prozent der Befragten berichten, dass sie in den letzten 12 Monaten durch den Alkoholkonsum anderer Personen aus ihrem unmittelbaren sozialen Umfeld stark beeinträchtigt wurden (Strizek/Uhl 2016, S. 52).

Man nimmt an, dass in Österreich rund ein Viertel aller Kinder und Jugendlichen in einem gemeinsamen Haushalt mit einem alkoholabhängigen oder –missbrauchenden Familienmitglied leben. Etwa jedes 10. Kind hat zumindest einen biologischen Elternteil, der von Abhängigkeit betroffen ist (Puhm et al., Kinder aus suchtbelasteten Familien, 2008, S. 37). Kinder in diesem Umfeld sind häufig mit spezifischen Belastun-



kemai/photocase.de

gen und Risiken konfrontiert. Diese Erfahrungen erschweren die gesunde Entwicklung betroffener Kinder. Es ist davon auszugehen, dass Kinder aus alkoholbelasteten Familien ein bis zu sechsfach höheres Risiko haben, später selbst eine Suchterkrankung zu entwickeln. Zahlreiche Studien belegen zudem, dass sie ein erhöhtes Risiko haben, psychische, physische oder soziale Probleme zu entwickeln (Klein 2001, Kinder aus suchtbelasteten Familien, S.118ff.) Die vorherrschende Tabuisierung des Themas und die gesellschaftliche Stigmatisierung von Betroffenen und deren Angehörigen, hindert Betroffene oft daran, Hilfsangebote in Anspruch zu nehmen, bzw. macht es schwierig, die Zielgruppe mit vorhandenen Angeboten zu erreichen.

Alkohol in der Schwangerschaft

Alkoholkonsum während der Schwangerschaft kann pränatale Schädigungen verursachen. Die psychoaktive Substanz überwindet die Plazentaschranke und kann deshalb die Entwicklung von Ungeborenen langfristig negativ beeinflussen. Die Fetal Alcohol Spectrum Disorder (FASD), wie die Schädigung in der wissenschaftlichen Literatur genannt wird, ist die dritthäufigste Ursache für Entwicklungsstörungen bei Neugeborenen und die einzige Behinderung, die zu 100% vermeidbar wäre. Geschätzt wird, dass von 1.000 Neugeborenen 10 betroffen sind. Bezogen auf die 84.381 in Österreich lebend geborenen Kinder im Jahr 2015 heißt das, dass schätzungsweise 843 Neugeborene mit einer FASD-Problematik zur Welt kamen. Die Fetal Alcohol Spectrum Disorder als Folge von Alkoholkonsum in der Schwangerschaft betrifft alle Gesellschaftsschichten und hängt auch nicht mit einem problematischen Konsumverhalten oder einer tatsächlichen Alkoholabhängigkeit zusammen. Bisher konnte wissenschaftlich noch nicht eindeutig geklärt werden, welche Mengen in der Schwangerschaft als unbedenklich gelten. Zum Schutz des ungeborenen Kindes sollte daher während der Schwangerschaft völlig auf Alkohol verzichtet werden (Informationsfolder ARGE Suchtvorbeugung „Alkohol und Schwangerschaft“).

Beratungsstellen und Hilfsangebote: Menschen, die bereits ein Problem mit Alkohol haben und deren Angehörige können Beratungsstellen und Hilfsangebote in ihrer Nähe über die Homepage der Dialogwoche Alkohol finden: www.dialogwoche-alkohol.at

Alkohol im Straßenverkehr

Im Jahr 2016 wurden in Österreich 27.896 Anzeigen wegen Alkohol am Steuer erstattet (www.bmi.gv.at/cms/BMI_Verkehr/verkehrsueberw/start.aspx). 2016 verunglückten 427 Menschen auf Österreichs Straßen. Das ist die bisher niedrigste Zahl seit Beginn der Aufzeichnungen im Jahr 1950. In Oberösterreich gab es im Vorjahr 89 Verkehrstote. Alkohol war österreichweit bei 13 der tödlichen Unfälle mit im Spiel, das sind 3,2 %. Im Jahr zuvor (2015) waren es 15 Unfälle bzw. 3,5 %. Trotz der grundsätzlich erfreulichen Entwicklung war Alkohol laut der letzten Erhebung des Kuratoriums für Verkehrssicherheit (Zeitraum 2014) jedoch immer noch bei etwa 6 Prozent aller Verkehrsunfälle im Spiel. (<https://unfallstatistik.kfv.at>)

Alkohol – öffentliches Ärgernis und Straftaten

Es wurden in der österreichischen Bevölkerungsbefragung zum Substanzgebrauch auch negative Auswirkungen auf Ebene des weiteren sozialen Umfeldes erhoben. Etwa fünf Prozent der Befragten wurden nach eigenen Angaben durch den Alkoholkonsum anderer Menschen in „eine ernsthafte Auseinandersetzung verwickelt“. 17% der Befragten fühlten sich durch Verunreinigungen (Urinieren, Erbrechen) belästigt und 25% auf öffentlichen Plätzen unsicher (Strizek/Uhl 2016, S. 53f). Laut einer deutschen Studie ist der Prozentsatz der alkoholisierten Tatverdächtigen bei Sachbeschädigung, gefährlicher und schwerer Körperverletzung sowie bei sexueller Nötigung und Vergewaltigung höher als bei anderen Straftaten. (www.kenn-dein-limit.info/news/artikel/aktuelle-statistik-der-polizei-jede-dritte-gewalttat-unter-alkoholeinfluss.html)



Drei in einem Boot: Lagemann, Schlömer (D), Uhl

Die Österreichische ARGE Suchtvorbeugung

„Eine Initiative der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung“ ist auf den diversen Druckwerken rund um die „Österreichische Dialogwoche Alkohol“ zu lesen. Eine gute Gelegenheit unseren Leserinnen und Lesern diesen Verein vorzustellen. Dazu ein Interview mit Christoph Lagemann, dem langjährigen Obmann und Mitbegründer der ARGE.

Was ist die „Österreichische ARGE Suchtvorbeugung“ und welchen Zweck hat sie?

Suchtprävention ist in Österreich Ländersache. Die Bundesländer – in manchen Bundesländern das Ressort Soziales, in anderen das Ressort Gesundheit – finanzieren die Fachstellen für Suchtprävention und geben die Ziele vor. Diese Suchtpräventionseinrichtungen gibt es mittlerweile in ganz Österreich – vom Burgenland bis Vorarlberg.

Ein bundesweiter Rahmen, in dem die Stellen zusammenarbeiten, war in dieser Struktur nicht vorgesehen. Um diese Lücke zu schließen haben wir 1989 die „Österreichische ARGE Suchtvorbeugung“ gegründet. Unter dem Dach dieses Vereins treffen sich die Leiterinnen und Leiter der Länder-Fachstellen mehrmals im Jahr um gemeinsam Projekte zu entwickeln und umzusetzen. Es wäre weder inhaltlich noch ökonomisch sinnvoll, würde jede dieser Einrichtungen beispielweise ihre eigene Broschüre für Eltern entwickeln. Deshalb ist die ARGE auch so etwas wie eine „Tauschbörse“, in der eine Fachstelle ein von ihr entwickeltes Produkt den Kolleginnen und Kollegen – meist kostenfrei – zur Verfügung stellt. Das vom Institut Suchtprävention in Linz verfasste Buch „Wie schütze ich mein Kind vor Sucht?“ beispielsweise findet man in allen Bundesländern. Der Inhalt ist der Gleiche, die Logos und Farben sind unterschiedlich. Diese kollegiale Unterstützung gibt es aber nicht nur innerhalb Österreichs. Die guten Kontakte der ARGE zur Fachwelt in Deutschland, in der Schweiz und in Südtirol führen zum Austausch von Druckwerken

und Programmen im gesamten deutschsprachigen Raum. So werden öffentliche Gelder gespart und die oft recht bescheidenen Ressourcen optimiert. Die mannigfaltigen Aufgaben der ARGE werden in diesem Verein verteilt. So wurde beispielsweise die Hauptlast bei der „Dialogwoche Alkohol 2017“ von den Fachstellen der Steiermark und Wiens getragen. Dafür herzlichen Dank an die Kolleginnen.

War's das oder geht der Zweck der ARGE über den Austausch von Produkten hinaus?

Neben der Schaffung von Synergieeffekten geht es uns auch und vor allem um gemeinsame fachliche Standards, um den Austausch von Wissen und neuen Erkenntnissen. Die „Österreichische ARGE Suchtvorbeugung“ ist an einer seriösen, dem jeweiligen Stand der Wissenschaften entsprechenden Vorgehensweise interessiert. Um suchtvorbeugend sinnvolle Produkte und Programme zu entwickeln, müssen die neuesten Erkenntnisse der für die Erklärung von Sucht und die Entwicklung präventiver Strategien wesentlichen Disziplinen berücksichtigt

werden: der Psychologie, der Biologie, der Soziologie, der Pädagogik, etc. Die ARGE veranstaltet mit Mitteln des Gesundheitsministeriums einmal jährlich eine Tagung für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der österreichischen Suchtpräventionseinrichtungen, bei der international renommierte Referentinnen und Referenten aus unterschiedlichen Disziplinen diese neuesten Erkenntnisse präsentieren und wir versuchen dann, diese in die suchtvorbeugende Praxis zu integrieren. Zudem findet einmal jährlich das „Forum Suchtprävention“ statt, bei dem sich insgesamt dreißig erfahrene Expertinnen und Experten aus dem deutschsprachigen Raum – abwechselnd in Deutschland, in Österreich und in der Schweiz – treffen und sich diversen präventiven Fragestellungen widmen. Ein hoher Grad an Vernetzung ist uns wichtig und so haben wir in den letzten Jahrzehnten viele Verbindungen geknüpft: zur internationalen Fachwelt, zur österreichischen Politik und Verwaltung, zur Suchtforschung, zur Gesundheitsförderung uvm.

Wie kam's zur „Österreichischen Dialogwoche Alkohol“?

Bereits vor Jahren ist das Gesundheitsministerium mit der Frage an mich herangetreten, ob die ARGE nach dem Vorbild Deutschlands – wo alle zwei Jahre die „Aktionswoche Alkohol“ stattfindet – auch in Österreich so eine Woche organisieren möchte. Der Wille der ARGE war da, die nötigen Finanzen fehlten. Erst heuer ist es uns gelungen, mittels finanzieller Unterstützung des Bundesministeriums für Gesundheit und Frauen, des Hauptverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger und des Fonds Gesundes Österreich die für so eine Monsteraufgabe nötigen Mittel zu bekommen. Damit konnte eine Agentur bezahlt werden, die gemeinsam mit uns Fachleuten die massenkommunikativen Mittel entwickelte. Statt „Aktionswoche“ haben wir uns für „Dialogwoche“ entschieden und uns – gratis – von den Schweizern den Slogan „Wie viel ist zu viel?“ ausgeliehen. Für die Vorbereitung der Kampagne hatten wir heuer sehr wenig Zeit, und es grenzt fast an ein Wunder, dass die wesentlichen Elemente der Kampagne rechtzeitig zur Verfügung stehen. Die nächste Dialogwoche wird im Mai 2019 stattfinden. Da haben wir dann mehr Zeit und hoffentlich auch die nötigen Mittel für eine professionelle Vorbereitung.

Was will die ARGE mit dieser Kampagne erreichen?

Wie der Name der Kampagne bereits sagt, wollen wir einen österreichweiten Dialog rund um das Thema Alkohol anregen. Wir wollen nicht moralisieren, wir wollen den Alkohol weder verteufeln noch bagatellisieren, sondern sachlich über die Substanz informieren. Der im Zentrum stehende Selbsttest soll dazu anregen, die eigenen Konsummuster zu überdenken und gegebenenfalls zu ändern. Wer eine suchterzeugende Substanz zu sich nimmt, sollte nicht nur die positiven Eigenschaften von Bier und Wein kennen, sondern auch über das Gefahrenpotential Bescheid wissen.



**ÖSTERREICHISCHE ARGE
SUCHTVORBEUGUNG**

JUGENDSCHUTZ-TESTKÄUFE IN OÖ



Alkoholtestkäufe sind kein Allheilmittel, um Jugendliche vor Alkoholmissbrauch zu schützen. Dennoch hat sich die Überprüfung der Abgabe von Alkohol an Minderjährige durch jugendliche Testkäufer als eine sehr wirksame Maßnahme des Jugendschutzes und der Prävention erwiesen. Seit Jänner 2014 überprüft das Institut Suchtprävention mit ausgewählten Jugendlichen die Einhaltung des Jugendschutzes hinsichtlich der Abgabe von Alkohol und Tabakwaren in ganz Oberösterreich. Die Entwicklung verläuft sehr positiv, die Detailergebnisse des jüngsten Jahresberichts werden vom Land OÖ Ende Mai präsentiert.

Seit mittlerweile drei Jahren überprüft das Institut Suchtprävention im Auftrag des Landes Oberösterreich die Einhaltung des Jugendschutzes hinsichtlich der Abgabe von Alkohol und Tabakwaren. Dabei werden die Testkäufer – deren Alter eindeutig unter der gesetzlichen Grenze von 16 beziehungsweise 18 Jahren liegt – von geschulten Erwachsenen vorbereitet, pädagogisch begleitet und betreut. Die Betreuung erfolgt durch Experten/innen des Instituts Suchtprävention. Ein zentrales Ziel des Projektes liegt in der Sensibilisierung des Verkaufspersonals. Erst nach einer wiederholten Übertretung des Jugendschutzes wird die zuständige Strafbehörde vonseiten der Oö. Landesregierung mit einbezogen. Mit den Alkohol-Testkäufen sollen Abgabestellen zur Einhaltung der gesetzlichen Jugendschutzbestimmungen ermutigt und motiviert werden.

Unmittelbar nach dem Testkauf wird die Verkaufsstelle vom erwachsenen Begleitpersonal über das Ergebnis informiert. Wurde kein Alkohol abgegeben, wird der gelungene Beitrag zum Jugendschutz im persönlichen Gespräch positiv hervorgehoben. Sollte Alkohol abgegeben worden sein, wird für mehr Verantwortungsbewusstsein geworben und die Einhaltung des Jugendschutzes eingefordert. In beiden Fällen erhalten die Betriebe nach einigen Wochen einen Rückmeldebrief samt Informationsmaterial. Ein Hauptziel der Maßnahme ist es, eine Verkaufskultur zugunsten des Jugendschutzes entstehen zu lassen und zu ermöglichen, dass die Verkaufsstellen die gesamtgesellschaftliche Verantwortung des Jugendschutzes ernst nehmen.

Erkenntnisse aus Vorarlberg – wo die Testkäufe durch die Präventionsfachstelle „Supro“ bereits seit über 10 Jahren umgesetzt werden – zeigen, dass beinahe alle Institutionen, die standardisierte und prozess-evaluierte Umsetzung von Alkoholtestkäufen mit dem vorrangigen Ziel der Sensibilisierung und Qualitätssicherung mittragen. Und auch wenn Alkoholtestkäufe mit Sicherheit kein Allheilmittel sind, um Jugendliche vor Alkoholmissbrauch zu schützen, so bieten sie doch dem Handel, der Gastronomie, Kindern, Jugendlichen und Eltern einen Rahmen und Orientierung.

aus der Praxis



Christian Humer ist seit drei Jahren – seit Beginn der Jugendschutz-Testkäufe in Oberösterreich – als Testkauf-Betreuer für das Institut Suchtprävention tätig. Er begleitete bislang bei über 600 Testungen im Einzelhandel und in der Gastronomie jugendliche Testkäufer/innen bei ihren Einsätzen.

INTERVIEW MIT CHRISTIAN HUMER

Wie läuft ein typischer Testkauf ab?

Wir sind unterwegs, wenn in den Geschäften nicht so viel los ist, weil wir zusätzliche Stresssituationen vermeiden wollen. Daher führen wir auch keine Testkäufe an Tagen durch, in denen erfahrungsgemäß sehr viel los ist, also zum Beispiel an Zwickeltagen. Für mein Testgebiet stehen mir drei bis fünf Jugendliche zur Verfügung, wobei ich aber immer nur mit einem Jugendlichen unterwegs bin. Zu Beginn besprechen wir den Zeitplan und die Tour. Da wird auch abgeklärt, ob es Orte gibt, wo der oder die Jugendliche nicht testen möchte, weil zum Beispiel dort jemand arbeitet, den man persönlich kennt. Das berücksichtige ich dann natürlich. In der Folge werden dann meist 10 bis 15 Lokale bzw. Geschäfte getestet. Der Ablauf ist dabei immer gleich, also der oder die Jugendliche nimmt sich eine große Flasche Wodka aus dem Regal, geht damit zur Kasse und versucht diese zu kaufen. Danach, egal ob es zu einer Abgabe kommt oder nicht, wird die Kassakraft und die Filialeitung darüber informiert, dass ein Testkauf durchgeführt wurde und das Ergebnis wird protokolliert.

Was sind dabei die größten Herausforderungen, sowohl für die Jugendlichen als auch für die Betreuer?

Die große Herausforderung für uns Betreuer ist es, stets die Konzentration zu bewahren, denn auch wenn der Ablauf immer gleich ist, ist die Situation vor Ort immer anders. Man weiß nicht, wie die Kassakraft reagiert, oder auch andere Kunden. Es ist auch schon vorgekommen, dass ein anderer Kunde sagt: „Komm, ich bezahle für dich die Flasche!“ In der Gastronomie hast du natürlich eine andere Dynamik als im Einzelhandel. Da versuchen wir auch die Auswahl so zu treffen, dass wir Lokale testen, die auch tatsächlich von Jugendlichen frequentiert werden. Neben der vielleicht etwas raueren Sprache ist auch die Situation und die Fragestellung eine andere. Der Jugendliche bestellt hier ein gebranntes Getränk und während im Einzelhandel ein Ausweis verlangt wird, kommt im Gast

gewerbe meist die Frage: „Bist du schon 18?“ Unsere Jugendlichen sind verpflichtet ihr wahres Alter zu sagen. In diesem Fall gibt es dann meist keine Abgabe, aber Ausweiskontrollen sind in der Gastronomie unüblich, das ist nicht Usus. In anderen Ländern, wie zum Beispiel Schottland, ist es selbstverständlich, dass Jugendliche von sich aus bei der Bestellung von Alkohol einen Ausweis zeigen. Das wäre meiner Meinung nach auch bei uns wünschenswert.

Gibt es auch Positiverlebnisse bei den Testungen?

Ja! Einerseits ist es für mich selbst eine Bereicherung mit Jugendlichen zu arbeiten und bei den Testkäufen gibt es auch viele positive Feedbacks. Ich freue mich immer, wenn ich zu den Jugendlichen sagen kann: „Jetzt gemma wieder loben!“ - also wenn es zu keiner Abgabe gekommen ist. Da gibt es dann bei den Kassakräften und Filialeitern oft ehrliche Freude über die Mitteilung des Testergebnisses und über unseren Dank für die Einhaltung des Jugendschutzgesetzes. Auch von Kunden gibt es immer wieder Anerkennung für die engagierten Jugendlichen, im Sinne von: „Super, dass ihr das macht!“

Gibt es einen Unterschied zwischen Stadt und Land, zwischen Einzelhandel und Gastronomie?

Zwischen Stadt und Land gibt es eigentlich weniger Unterschiede als ich zu Beginn vermutet hätte. Es kommt in der Stadt zum Beispiel nicht zu mehr Abgaben als am Land. Größere Unterschiede gibt es natürlich zwischen dem Einzelhandel und der Gastronomie, wo mitunter ein Unverständnis über die Testkäufe vorhanden ist. Manche Gastwirte sehen das als eine Art Schikane. Wir klären dann auf, dass wir keine staatlichen Organe sind, die jetzt eine Strafe ausstellen, sondern dass es uns um die Prävention geht. Für die Jugendlichen kommt es aber kaum zu unangenehmen Situationen.

Wie haben sich die Testkäufe aus deiner Sicht bislang entwickelt?

Am Anfang war es so, dass zwar jeder gewusst hat, dass es ein Jugendschutzgesetz gibt, aber die Details, was man mit 16, und was mit 18 kaufen darf, das war vielen nicht so klar. Diese Aufklärung hat man in den vergangenen Jahren mit den Testkäufen sicher erreicht, auch mithilfe der Unternehmen. Vor allem die großen Handelsketten haben in diesem Bereich wirklich gut geschult. Die Scanner-Kassen wurden entsprechend mit Warnungen für die Kassakräfte adaptiert und es gibt auch Jahrganglisten zur einfacheren Kontrolle der Ausweise. In der Gastronomie haben wir erst später mit den Testkäufen begonnen, daher kommen hier noch mehr Abgaben als im Einzelhandel vor, sie werden aber auch in diesem Bereich weniger.

Günther Ganhör

KINDER - JUGEND - ALKOHOL

10 TIPPS FÜR ELTERN

Je früher Kinder und Jugendliche mit regelmäßigem Alkoholkonsum beginnen, desto häufiger mündet dies in einem problematischen Konsum mit häufigen Trinktagen und einer Steigerung der Trinkmenge. Besonders wirksam sind Regeln immer dann, wenn von den Kindern und Jugendlichen gleichzeitig elterliche Fürsorge, Unterstützung und Liebe erfahren wird. Eltern können viel dazu beitragen, dass ihr Kind einen vernünftigen Umgang mit Alkohol findet. Die folgenden Tipps unterstützen dabei.

1 Es gibt viele Anlässe über Alkohol zu reden. Nutzen Sie diese.

- Besonders vor den ersten Erfahrungen mit Alkohol
- Wenn Ihr Kind nachfragt
- Anlässlich von Szenen im Fernsehen und Berichten in verschiedenen Medien
- Anlässlich von Erfahrungen/Beobachtungen im Familien- und Bekanntenkreis

2 Damit das Gespräch gelingt: Interessieren Sie sich für die Sichtweise Ihres Kindes.

- Was denkt Ihr Kind selbst über das Thema Alkohol oder das Thema Fortgehen?
- Welche Erfahrungen und Beobachtungen hat Ihr Kind bereits selbst gemacht?
- Welchen Stellenwert hat Alkohol im Freundeskreis Ihres Kindes?

3 Grundsätzlich: Interessieren Sie sich dafür, wie es Ihrem Kind geht.

- Was beschäftigt Ihr Kind gerade?
- Welche Interessen hat es? Was ist ihm gerade wichtig?
- Gibt es Lebensumstände, die Ihr Kind belasten?
- Überlegen Sie gemeinsam, welche Art von Unterstützung gegebenenfalls hilfreich sein könnte.

4 Ihr Kind orientiert sich an Ihnen. Seien Sie Vorbild.

- Konsumieren Sie Alkohol verantwortungsvoll.
- Denken Sie über Ihren eigenen Umgang mit Alkohol nach: Bei welchen Gelegenheiten, wie häufig und in welcher Menge trinken Sie Alkohol?
- Falls Sie selbst oder ein Familienmitglied Schwierigkeiten im Umgang mit Alkohol haben: Holen Sie sich Hilfe (Arzt, Beratungsstellen etc.).

5 Vermitteln Sie eine klare Haltung und vereinbaren Sie Regeln.

- Kein Alkohol im Straßenverkehr, in der Schule und beim Sport
- Orientieren Sie sich am Jugendschutzgesetz.
- **Achtung:** Eltern tragen die Verantwortung auch für fremde Jugendliche unter 16 Jahren, die bei Ihnen zu Hause Alkohol konsumieren.
- Besprechen Sie Vorsichtsmaßnahmen (siehe Tipp 8) im Umgang mit Alkohol.
- Animieren Sie Ihr Kind nicht zum Trinken.

6 Reden Sie über Wirkung und Risiken von Alkohol.

- Je nach Menge: anregend, enthemmend bis narkotisierend
- Nachlassen der Konzentration, Verlangsamung der Reaktion
- Unfälle, Gewalt, ungewollte Sexualkontakte
- Bei häufigem, intensivem Trinken: Gefahr von Organschädigungen und Suchtentwicklung
- **Vorsicht:** Spirituosen und Mixgetränke wirken anders als Bier und Wein! Sie sind für die meisten Alkoholvergiftungen verantwortlich.
- Alkohol in der Schwangerschaft kann sich schädlich auf das ungeborene Kind auswirken.
- 350.000 Menschen in Österreich sind alkoholabhängig.
- 770.000 Menschen konsumieren Alkohol in einem gesundheitsschädigenden Ausmaß.

7 Achten Sie darauf, wie im Umfeld Ihres Kindes mit Alkohol umgegangen wird.

- Wie wird in Vereinen, auf Dorffesten, in Lokalen, bei Partys mit Alkohol umgegangen?
- Werden Sie selbst aktiv, wenn Sie Verstöße gegen das Jugendschutzgesetz bemerken.

8 Besprechen Sie Vorsichtsmaßnahmen im Umgang mit Alkohol.

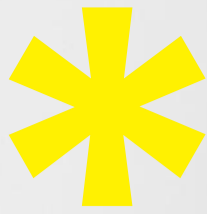
- Keinen Alkohol auf leeren Magen trinken
- Zwischendurch Wasser trinken
- Vorsicht bei Spirituosen/Mixgetränken: unvorhersehbare Wirkung!
- Niemals alkoholisiert Rad, Moped oder Auto fahren!
- Nicht bei alkoholisierten Lenkern mitfahren!
- Beim Fortgehen das Getränk nicht unbeaufsichtigt lassen (K.O.-Tropfen!).
- Im Voraus für eine sichere Heimfahrt sorgen (z. B. abholen, ausreichend Geld fürs Taxi).
- Stark alkoholisierte Freunde nie alleine lassen!
- Alkoholisierte Freunde daran hindern, ein Fahrzeug in Betrieb zu nehmen!
- **Erste Hilfe:** stabile Seitenlage, um Ersticken durch Erbrochenes zu verhindern
- Bei Unsicherheit oder Überforderung: Eltern, andere Erwachsene oder die Rettung rufen!

9 Im Falle des Falles – wenn Ihr Kind zu viel getrunken hat

- Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind sicher nach Hause kommt.
- Leisten Sie – wenn notwendig – Hilfe.
- Ein Gespräch sollte auf jeden Fall stattfinden: Reden Sie mit ihrem Kind, wenn es wieder nüchtern ist. Halten Sie sich mit Vorwürfen zurück und lassen Sie Ihr Kind ausreichend zu Wort kommen. Besprechen Sie die gesamte Situation und nicht nur den Alkoholkonsum an sich: Wie ist es dazu gekommen? Wie geht es dir? (Liebeskummer? Probleme in der Schule? Gruppendruck?)

10 Wenn Ihr Kind häufig viel Alkohol trinkt

- Versuchen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind die Gründe dafür herauszufinden.
- Treffen Sie Vereinbarungen (Alkoholkonsum nur an einem Wochentag, Trinkmenge, ...), um den Alkoholkonsum zu senken.
- Sie müssen Ihre Sorge nicht alleine tragen: Holen Sie sich Unterstützung!



WAHRHEITEN UND UNWAHRHEITEN ÜBER ALKOHOL

...oder was der Volksmund spricht

Quelle: Alkoholberatung Land OÖ, Infos und Tipps zum Umgang mit Alkohol

Das Betthupferl – Ist Alkohol gut fürs Einschlafen?

Alkohol erhöht die „Bettschwere“, dämpft und betäubt und wirkt letzten Endes über ähnliche Rezeptoren, über die auch viele Schlafmittel wirken. Alkohol ist trotzdem nicht als Schlafmittel geeignet, weil die Schlafqualität schlechter wird. Man kann zwar schneller einschlafen wie bei einer Betäubung, die Schlafqualität wird aber schlechter und führt dazu, dass man am nächsten Morgen weniger ausgeschlafen und erholt ist.

Stimmt es, dass Alkohol wärmt?

Subjektiv ist die Wahrnehmung richtig. Alkohol erweitert die Blutgefäße und führt dazu, dass das warme Blut aus dem Körperinneren in die Peripherie, also in die Arme und Beine fließen kann. Das führt dazu, dass man einerseits angenehme Wärme in Händen und Füßen verspürt, andererseits die Wärme an die Umgebung abgegeben wird. Man kann ungefähr sagen, dass pro halbe Flasche Wein, also 40–50 Gramm Alkohol, die Körpertemperatur um ein halbes Grad sinkt. Der natürliche Wärmehaushalt wird außer Kraft gesetzt. Nicht selten wird die bedrohliche Kälte von alkoholbeeinträchtigten Personen nicht wahrgenommen. Das kann zu Erfrierungen bis zum Kältetod führen.

Mit einer guten „Unterlage“ verträgt man mehr.

Auf leeren Magen trinkt es sich schlecht, der Alkohol steigt schnell in den Kopf, das ist wahr. Doch es nützt nichts, viel und fett zu essen. Das verlangsamt zwar die Aufnahme des Alkohols, verträglicher wird er damit allerdings nicht. Auch die Promillezahl reduziert sich dadurch nicht.

Kaffee macht nüchtern.

Vor dem Heimweg noch ein Kaffee? Das hilft nach dem Genuss von zu viel Hochprozentigem, das Gleichgewicht zu halten – meinen viele. Dem ist aber nicht so. Koffein regt zwar die Lebensgeister an, aber auch die Durchblutung und damit den Alkoholpegel im Körper. Mit Kaffee die Promillezahl zu senken, funktioniert also nicht.

Viel Bewegung und viel Schwitzen macht wieder nüchtern.

Alkohol kann zum Beispiel beim Tanzen nicht ausgeschwitzt werden. Den Großteil des Alkoholabbaus übernimmt mit 95 Prozent die Leber. Der Rest wird über Haut, Lunge und Nieren ausgeschieden. Die Leber hat es dabei nicht besonders eilig: Pro Stunde werden durchschnittlich etwa 0,1– 0,2 Promille abgebaut.

Biertrinker bekommen Brüste.

Bei Männern ist das bedingt der Fall. Eine Vergrößerung der Brustdrüsen beim Mann (Gynäkomastie) wird durch eine Störung des Hormonhaushalts zugunsten weiblicher Sexualhormone verursacht. Durch Leberschäden können weibliche Sexualhormone – beim Mann in kleinen Mengen vorhanden – nicht mehr vollständig abgebaut werden. Aber auch Phytoöstrogene, die im Hopfen vorkommen, können beteiligt sein: Diese haben dann eine Chance zu wirken, wenn die männlichen Sexualhormone mit dem Alter abnehmen. Große tägliche Biermengen können unter Umständen auch zu Fetteinlagerungen rund um die Brustdrüsen führen.

Der Abbau von Alkohol kann beschleunigt werden.

Nach wie vor hält sich der Irrglaube, dass die Abbaurate des Alkohols beschleunigt werden kann. Kaffeetrinken, fettes Essen, Schlaf etc. werden als Ausnüchterungshilfen angesehen. Aber egal welches „Hausmittel“ auch angewandt wird, die Abbaurate des Alkohols kann nicht beeinflusst werden. Pro Stunde werden 0,1 bis 0,2 Promille Alkohol im Körper abgebaut – nicht mehr und nicht weniger. Ein besonders gefährlicher Trugschluss ist die Meinung, dass nach der Nachtruhe der Alkoholspiegel wieder auf Null gesunken sei. Auch wenn man sich wieder fit fühlt, kann noch eine Restalkoholisierung mit den damit verbundenen Leistungsbeeinträchtigungen vorliegen.

Wenn man viel wiegt, verträgt man mehr Alkohol.

Es kommt ganz darauf an, wieviel Muskelmasse und Fettgewebe vorhanden ist. Die Verteilung des Alkohols im Körper hängt vorwiegend von der Menge des Körperwassers ab. Der Wassergehalt beim erwachsenen Menschen beträgt ca. 63 % und ist in allen Körperflüssigkeiten enthalten. Fettgewebe enthält kein Körperwasser! Folglich vertragen übergewichtige Menschen nicht unbedingt mehr Alkohol als Normalgewichtige.

Schnaps als Verdauungshilfe

Ein Schnaps fördert die Verdauung. Das Prinzip funktioniert nur teilweise. Alkoholika mit mehr als zwölf Prozent zeigen keine Wirkung auf die Verdauung. Bier und Wein hingegen können die Magensäuresekretion und die Ausschüttung von Gastrin anregen. Der Schnaps dürfte durch sein wohlige berauschendes Gefühl eher vom Völlegefühl ablenken. Übrigens: Auch eine Tasse Kaffee kurbelt die Verdauung an.



Suchterkrankungen am Arbeitsplatz: WAHRNEHMEN IST DER ERSTE SCHRITT

Wenn Arbeitnehmer/innen einen riskanten Umgang mit Alkohol, anderen psychoaktiven Substanzen oder Verhaltensweisen wie zum Beispiel Glücksspiel, pflügen, zeigt sich das durch eine Vielzahl von beobachtbaren Auffälligkeiten. Besonders dann, wenn sich das Arbeits- und Sozialverhalten oder das äußere Erscheinungsbild innerhalb kurzer Zeit verändern, lohnt sich ein genauerer Blick. Führungskräfte können und brauchen jedoch keine Diagnosen stellen. Ihre Verantwortung liegt dort, wo es zu Veränderungen im Arbeitsverhalten und zu Pflichtverletzungen im direkten Bezug zur beruflichen Tätigkeit kommt. Eine Gewissheit in Bezug auf die Substanz, das Ausmaß des Konsums und ob es tatsächlich schon Sucht ist, ist dabei keine notwendige Voraussetzung, um ein Gespräch mit dem/r betroffenen Mitarbeiter/-in zu führen.

Vorgesetzte sollten eine Zeit lang genau beobachten und sich Notizen machen. Diese notierten Beobachtungen und Fakten schärfen die eigene Wahrnehmung und erleichtern das eigene Urteil. Sollte es zu einem Gespräch kommen, stellen sie eine wichtige Grundlage dar.

Beobachtet werden können

- **Konkrete Vorfälle:** was, wann, wie, wo...
- **Beziehungsebene:** sozialer Rückzug, Provokation, Überanpassung...
- **Emotionale Ebene:** Lustlosigkeit, Aggressivität, Ängstlichkeit...
- **Verhaltensebene:** Unruhe, Unkonzentriertheit, Müdigkeit, Distanzlosigkeit...
- **Körperebene:** gerötete Augen, Gewichtsveränderungen, mangelnde Körperpflege...

Frühintervention als Instrument betrieblicher Suchtprävention

Meist spüren Menschen intuitiv, wenn jemand in ihrem beruflichen Umfeld ein Alkoholproblem oder einen riskanten Umgang mit anderen psychoaktiven Substanzen hat. Trauen Sie Ihrer Wahrnehmung und suchen Sie das Gespräch mit der betroffenen Person! Als Arbeitskollege/in können Sie Ihre Sorge ausdrücken, auf Hilfseinrichtungen hinweisen und Ihre Führungskraft mit ins Boot holen. Als Vorgesetzte ist es nach einer Phase des bewussten Beobachtens und Dokumentierens Zeit für ein strukturiertes Gespräch mit dem/r Betroffenen.

Betriebsvereinbarungen zur Suchtprävention, die auch einen abgestuften Interventionsleitfaden („Stufenplan“) beinhalten, stellen dabei eine große Unterstützung dar. Alle Beteiligten wissen, wer in welcher Stufe eingebunden wird, welche Sanktionen gesetzt und welche Unterstützungsangebote gemacht werden können.



Verfügt Ihr Unternehmen nicht über ein Suchtpräventions-Programm, orientieren Sie sich trotzdem an den von Fachleuten entwickelten Schritten:

1. **Dokumentieren Sie Ihre Wahrnehmungen:** Vorfälle, Verhaltensänderungen...
2. **Tauschen Sie sich über Ihre Wahrnehmungen aus:** mit anderen Führungskräften, Arbeitsmediziner/in...
3. **Suchen Sie möglichst frühzeitig das Gespräch mit der betroffenen Person.** Teilen Sie Ihre Beobachtungen und Ihre Sorge mit, fordern Sie eine Verhaltensänderung ein und bieten Sie Hilfe an. Vereinbaren Sie ein Folgegespräch nach einem Beobachtungszeitraum.
4. **Holen Sie sich Unterstützung von innerbetrieblichen Ansprechpersonen oder Suchtberatungsstellen** für diese herausfordernde Führungsaufgabe.

Wichtig ist, dass Sie nicht in die als „Co-Verhalten“ bekannte Dynamik rutschen, betroffene Mitarbeiter/innen zu schonen und Verständnis zu haben für den aktuellen Konsum bzw. das riskante Verhalten. Vielmehr ist es hilfreich, Suchtgefährdete mit ihrem Verhalten und dessen Auswirkungen zu konfrontieren, eine Verhaltensveränderung einzufordern und – verknüpft mit Hilfsangeboten – die Verbindlichkeit mit jedem Schritt zu erhöhen. Nur so entsteht jener „konstruktive Druck“, der eine positive Veränderung möglich macht.

Arbeitsmediziner/innen, Betriebsräte und Sicherheitsfachkräfte, die ebenfalls mit dem Thema Mitarbeitergesundheit betraut sind, haben keine Vorgesetztenfunktion und sind daher nicht die Richtigen für Stufenplangespräche. Sie sollten aber im Rahmen ihrer Möglichkeiten ein einheitliches Vorgehen unterstützen, das Suchtentwicklung verhindern soll. Außerdem spielen sie eine wichtige Rolle bei begleitenden Maßnahmen wie Mitarbeiter-Information, Vermittlung von Unterstützungsangeboten oder Abbau betrieblicher Risikofaktoren für Suchtentwicklung.

Weiterführende Beschreibungen, Angebote, Beratungsmöglichkeiten, Tipps, Materialien und Videos zum Thema Früherkennen und Handeln finden Sie unter www.praevention.at (Rubrik Arbeitswelt) und unter www.stepcheck.at.



THEMA ALKOHOL

Ein wichtiger Bestandteil schulischer Suchtprävention



Mit Alkohol verantwortungsvoll umgehen zu lernen ist eine bedeutende Entwicklungsaufgabe von Jugendlichen. Daher ist auch in vielen schulischen Präventionsangeboten das Thema Alkohol wichtiger Bestandteil. Das Institut Suchtprävention bietet dazu ab der Unterstufe für Schüler/innen, Lehrkräfte und Eltern Vorträge, Seminare, Unterrichtsprogramme, Informationsmaterialien und Videos an. So widmet

sich beispielsweise das **Präventionsprogramm PLUS** in einem eigenen Kapitel samt Unterrichtseinheiten dem Thema Alkohol. Seit rund einem Jahr bietet das Institut Suchtprävention online und als DVD den Kurzfilm „**Too Fast**“ an. Der Film wurde für ein junges Zielpublikum konzipiert und kann sowohl in Schulen als auch für moderierte Vorführungen in Jugendeinrichtungen eingesetzt werden. „**Too Fast**“ soll – ohne zu moralisieren – als Impuls für eine offene Diskussion rund um das Thema Alkohol dienen. Für die Nachbereitung des Films werden den Lehrkräften Impulsfragen zur Verfügung gestellt. Der Film und die gemeinsame Auseinandersetzung im Anschluss daran sollen Jugendliche dabei unterstützen einen vernünftigen und gesundheitsverträglichen Umgang mit Alkohol zu finden, sich der Risiken bewusst zu werden, die mit exzessivem Alkoholkonsum einhergehen können und den eigenen Umgang mit Alkohol kritisch zu reflektieren. Überdies steht Lehrerinnen und Lehrern mit „**x.act Alkohol**“ ein umfassendes Unterrichtsmanual zum Thema Alkohol zur Verfügung.

Der „**Workshop Alkohol**“, der für Schulklassen der 9. oder 10. Schulstufe kostenfrei buchbar ist, setzt sich in Form interaktiver Übungen und jugendgerechter Informationen mit dem Thema Alkohol auseinander. Ziel des Workshops ist die persönliche Auseinandersetzung und Vermittlung von Fachwissen zu Alkohol. Ebenfalls für die 9. und 10. Schulstufe konzipiert ist das Angebot der „**Peer-Education**“. Die „Peers“ sind Schülerinnen und Schüler, die eine Ausbildung zum Thema Sucht und Suchtvorbeugung erhalten und in der Folge suchtpreventive Unterrichtseinheiten für ihre Mitschüler/innen gestalten. Dies geschieht vorrangig in der eigenen Klasse, kann aber auch weitere Klassen miteinbeziehen. Für interessierte Schulklassen ab der 7. Schulstufe gibt es die Möglichkeit einer Exkursion ans Institut Suchtprävention. Schülerinnen und Schüler (mit ihren Begleitlehrpersonen) erhalten einen ersten Eindruck und einen Überblick zum Thema Suchtprävention. Die **Schulexkursion** ist eine Einladung zur kritischen Auseinandersetzung und eine Möglichkeit eigene Gewohnheiten zu hinterfragen. Themenwünsche aus den Klassen (Impulsfragen) werden vorrangig behandelt.

Informationen zu diesen und weiteren Angeboten schulischer Suchtprävention erhalten Sie am Institut Suchtprävention sowie unter www.praevention.at/schule. Weitere Angebote finden Sie auch auf Seite 16 dieser Ausgabe.



JUGENDTAGUNG 2017: JUGEND AUF DROGEN!?

Die 18. Jugendtagung von Institut Suchtprävention und Verein I.S.I. Streetwork fand am 28. März 2017 an der FH OÖ in Linz statt und beschäftigte sich mit jugendlichem Substanzkonsum zwischen Verharmlosung und Dämonisierung. Im Mittelpunkt stand dabei der Umgang mit gesetzlich verbotenen Substanzen, allen voran Cannabis. Rund 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, vorwiegend aus dem Bereich der außerschulischen Jugendarbeit, nahmen auch heuer die Gelegenheit wahr, um sich zu aktuellen Trends zu informieren, Einblicke in die praktische Arbeit zu gewinnen bzw. die Vernetzung mit anderen Expertinnen und Experten zu suchen.

Den Auftakt gestaltete Dr. Bernd Wiese vom Zentrum für Drogenforschung an der Goethe-Universität Frankfurt am Main. Der Jugendkulturexperte bot einen kurzen Aufriss über die Geschichte des Hanfs und die Bedeutung des „Kraut der Armen“ als symbolische Form der Rebellion. Neben interessanten Einblicken in das „Monitoring-System Drogentrends“ (MoSyD), das seit vielen Jahren in Frankfurt die Entwicklung des Substanzkonsums dokumentiert, bot Wiese auch einen Vergleich städtischer und ländlicher Konsummuster. Kurzfazit: Jugendliche in der Stadt greifen eher zum Joint, trinken aber weniger Alkohol als Jugendliche am Land, während „Neue Psychoaktive Substanzen“ (Räuchermischungen, Badesalze etc.) generell eher ein Randthema darstellen. Dr. Hans-Günther Meyer-Thompson, Suchtmediziner aus Hamburg, zeigte in seinen Ausführungen auf, dass das Thema Cannabis eine sehr große Bandbreite besitzt. Aspekte wie Cannabis in der Medizin, die Sortenvielfalt und die Entwicklung der Pflanze („It's not your daddys gras!“), der zunehmende THC-Gehalt und der teils stark abnehmende CBD-Anteil sowie damit verbundene Risiken wurden genauso miteinbezogen wie die Tatsache, dass es nicht den typischen Cannabis-Konsumenten gibt. Auch die Frage „Können wir Cannabis sicherer machen?“ war Bestandteil des Vortrages. Das Thema „Harm Reduction“ ist bereits in vielen (legalen) Bereichen wie im Straßenverkehr (Sturzhelm, Gurtpflicht etc.) oder bei Sportveranstaltungen (Plastikbecher statt Glasflaschen etc.) fix etabliert und wäre gerade auch beim Cannabiskonsum von Nöten. Der illegale Status erschwere aber die Umsetzung von „Safer Use“-Konzepten erheblich.

Landesdrogenkoordinator Thomas Schwarzenbrunner beschäftigte sich im ersten Teil seiner Präsentation mit den Werthaltungen und den Extrempositionen in der internationalen Drogenpolitik, um im zweiten Teil am Nachmittag, gemeinsam mit dem Linzer Juristen Dr. Alois Birklbauer auf den strafrechtlichen Umgang mit illegalen Drogen einzugehen bzw. die praxisrelevanten Abläufe in Zusammenhang mit dem Österreichischen Suchtmittelgesetz, genauer gesagt mit den Strafrechtsänderungen 2016 darzulegen. Dr. Birklbauer wiederum erläuterte unter anderem den Grundsatz „Therapie statt Strafe“ und zeigte kritische Fragen und Aspekte in diesem Zusammenhang auf. So kann ein Rückfall in einen Substanzkonsum als Misserfolg der Justiz ausgelegt werden – wenn sie die Abstinenz als Ziel definiert hat – medizinisch aber durchaus als Erfolg gewertet werden, wenn der Rückfall sich beispielsweise als kontrollierter, risikoreduzierter Konsum darstellt.

Einblicke in die Alltagspraxis niedrigschwelliger Drogenarbeit bot Gerhard Jäger, MA von der Einrichtung Z6 in Innsbruck. Ähnlich wie die Wiener Einrichtung CheckIt ist der Sozialpädagoge mit seinem Team direkt bei größeren Partyevents in Tirol vor Ort und bietet Beratung und ein Drugchecking-Angebot. Erstaunt zeigt er sich immer wieder über die vielen vorherrschenden Mythen und die zum Teil vorhandenen Wissenslücken in Bezug auf Cannabis bei den Konsumierenden. Wissensvermittlung zum einen, aber auch Safer Use Anleitungen zum anderen seien daher wichtige Inhalte seiner Arbeit, die von einer akzeptanzorientierten Haltung geprägt ist – laut Jäger eine unabdingbare Voraussetzung, um mit Konsumentinnen und Konsumenten ins Gespräch zu kommen. Abgeschlossen wurde die Jugendtagung 2017 von einem „Round Table“-Gespräch, bei dem es um die Frage ging, wie man in der Praxis mit konsumierenden Jugendlichen umgeht, wo die Grenzen zwischen berechtigter Anonymität, konsumakzeptierenden Haltungen und gerechtfertigtem Einschreiten (Stichwort Gefährdungsmeldung) liegen.

Fotos, Videos und Vortragsunterlagen zur Jugendtagung 2017 finden Sie unter www.praevention.at/jugend/jugendtagung



Dr. Alois Birklbauer



Dr. Hans-Günther Meyer-Thompson



Dr. Bernd Wiese



Gerhard Jäger, MA



Thomas Schwarzenbrunner, DSA



„ANTI AWARD“ PREISVERLEIHUNG

Der OÖ FUSSBALLVERBAND und die OÖ Gebietskrankenkasse hatten sich im Vorjahr als Vereinscoaching-Schwerpunkt das Thema Suchtprävention gesetzt. Im Fokus standen dabei die tausenden Kinder und Jugendlichen, die in den Amateurfußballvereinen nicht nur sportlich ausgebildet, sondern auch bei einem so wichtigen Thema hinsichtlich Umgang mit Alkohol und Rauchen professionell und nachhaltig begleitet werden müssen. Gemeinsam mit dem Institut Suchtprävention wurden zahlreiche Maßnahmen entwickelt. Schluss- und gleichzeitig Höhepunkt war die Vergabe des „Anti-Award“ im November 2016. Dabei handelt es sich um einen Vereinspreis, den OÖ FUSSBALLVERBAND und OÖ Gebietskrankenkasse ausgeschrieben hatten. Gesucht wurden Vereine, die innovative Maßnahmen und Aktionen im Bereich Suchtprävention setzen.

Im Rahmen der Preisverleihung im Park Inn Hotel in Linz erhielten die Delegationen von USV St. Ulrich, SV HAKA Traun und ASKÖ Donau Linz jeweils einen Siegerscheck in Höhe von 2.000 Euro sowie einen Dressensatz der Firma Euroteamsport, der mit dem Suchtprävention-Slogan „Gemeinsam spielen-feiern-Vorbild sein!“ beflockt ist. „Der Anti-Award ist beispielgebend dafür, dass sich der Fußball seiner wertvollen gesellschaftspolitischen Rolle nicht nur bewusst ist, sondern auch aktiv wichtige Themen wie Suchtprävention angreift“, lobte OÖFV-Präsident Gerhard Götschhofer das Engagement der ausgezeichneten Vereine.

Aufgrund der großen Nachfrage haben sich der OÖ FUSSBALLVERBAND und die OÖ Gebietskrankenkasse zudem entschlossen, auch 2017 wieder Einsätze der alkoholfreien Cocktailbar „Barfuss“ bei Vereinen zu ermöglichen.

Ausführliche Informationen zu diesem Kooperationsprojekt finden Sie unter www.praevention.at/jugend/vereinscoaching-ooefv





WELTWEIT EINZIGARTIGE AUSBILDUNG IN SUCHT- UND GEWALTPRÄVENTION IN OÖ

Im Oktober 2017 startet der dritte Durchgang des **Hochschul- und Masterlehrgangs für Sucht- und Gewaltprävention** in pädagogischen Handlungsfeldern. Die hochwertige akademische Ausbildung ist eine Kooperation der Pädagogischen Hochschule Oberösterreich, des Instituts Suchtprävention, der Fachhochschule Oberösterreich und der Johannes-Kepler-Universität Linz. Bei der Zusammenstellung der Lehrgangsinhalte wurde auf die unterschiedlichen Handlungsfelder, in denen präventive Maßnahmen zur Anwendung gelangen, besonderer Wert gelegt. Im Zentrum der akademischen Ausbildung steht ein starker Praxisbezug, der auf theoretisch-wissenschaftlichen Grundlagen sowie einem interdisziplinären Zugang basiert. Der **Masterlehrgang** umfasst **120 ECTS Punkte**, dauert sechs Semester lang und findet **berufsbegleitend** statt. Insgesamt sind rund 40 Lehrveranstaltungen, die von heimischen als auch von internationalen Top-Referenten/innen geleitet werden, zu absolvieren. Für den Abschluss der Ausbildung ist eine Masterthesis zu erstellen. Neben dem Masterlehrgang wird zudem ein fünfsemestriger **Hochschullehrgang (90 ECTS Punkte)** angeboten. Das Bildungsangebot richtet sich an Mitarbeiter/innen der institutionalisierten Sucht- bzw. Gewaltprävention, Schlüsselpersonen, Multiplikatoren/innen und Mitarbeiter/innen aus den Bereichen Soziales, Bildung, Gesundheit, Jugendarbeit, Wirtschaft, Polizei und Bundesheer im gesamten Bundesgebiet. Veranstaltungsort der Lehrveranstaltungen ist die Pädagogische Hochschule OÖ in Linz. Anmeldungen sind ab sofort möglich. Weitere Informationen zu den einzelnen Lehrveranstaltungen sowie zu den Zulassungsvoraussetzungen, Bewerbungen und Aufnahmeverfahren finden Sie in der Informationsbroschüre sowie unter www.praevention.ph-ooe.at.

Im April 2017 wurde diese einzigartige interdisziplinäre Ausbildung in einer gemeinsamen Pressekonferenz vorgestellt. Die Institutionen wurden repräsentiert von Univ.Prof. Dr. Johann Bacher (Dekan der SOWI-Fakultät, Johannes Kepler Universität Linz), Mag. Herbert Gimpl (Rektor, Pädagogische Hochschule OÖ), FH-Prof. DSA Dr. Marianne Gumpinger (Studiengangsleiterin Soziale Arbeit, FH OÖ), DSA Thomas Schwarzenbrunner (Sucht- und Drogenkoordinator des Landes OÖ) und Mag. Dr. Rainer Schmidbauer Lehrgangsleiter und Leiter des Instituts Suchtprävention.



SUCHT- UND GEWALTPRÄVENTION IN DER VOLKSSCHULE

OÖ Volksschulen können sich noch bis Ende Juni 2017 für das Präventionsprogramm „Eigenständig werden“ im Schuljahr 2017/18 anmelden. „Eigenständig werden“ ist ein bewährtes und positiv evaluiertes Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Gewalt- und Suchtprävention von der 1. bis zur 4. Schulstufe. Das Programm basiert auf dem von der Weltgesundheitsorganisation empfohlenen Ansatz der Förderung von Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Voraussetzung für die Durchführung des Programms ist die Teilnahme der Lehrkräfte an einer Fortbildungsveranstaltung (24 EH), die in die Zielsetzung und die theoretische Fundierung des Programms einführt. Der Schwerpunkt der Veranstaltung liegt auf der praktischen Umsetzung der Unterrichtseinheiten in den Klassen. Die Schulung der Lehrkräfte ermöglicht eine hohe Qualität in der Umsetzung des Programms. Die Fortbildung wird als SCHILF bzw. SCHÜLF oder als Seminar am Institut Suchtprävention angeboten. Wie die 24 Einheiten aufgeteilt werden (4 Nachmittage, Ferienkurs, Freitag/Samstag) richtet sich nach den Bedürfnissen und Möglichkeiten der teilnehmenden Schulen und wird individuell vereinbart.

Seit dem Vorjahr ist auch der Gewaltpräventionsworkshop „Schützen-Raufen-Richtig streiten“ fixer Bestandteil dieses Unterrichtsprogramms. Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an: Mag. Ingrid Rabeder-Fink, Leitung Abt. Schule - Familie - Kinder ingrid.rabeder@praevention.at | +43 (0)732/778936-12

PROJEKT PLUS: ANMELDUNGEN FÜR DAS SCHULJAHR 2017/18 NOCH BIS ENDE JUNI MÖGLICH

Lehrkräfte bzw. Schulen in Oberösterreich können noch bis 24. Juni 2017 das Projekt PLUS für das kommende Schuljahr buchen. PLUS ist ein bewährtes und qualitätsgesichertes Unterrichtsprogramm zur Sucht- und Gewaltprävention für die 5.–8. Schulstufe auf Basis des Lebenskompetenzansatzes. Das Programm unterstützt Kinder und Jugendliche bei der Entwicklung sozialer und emotionaler Kompetenzen. In den letzten 8 Jahren haben 650 Lehrkräfte in Oberösterreich die Ausbildung am Institut Suchtprävention absolviert und PLUS-Einheiten in ihren Klassen umgesetzt. Dank der zusätzlichen finanziellen Förderung des OÖ Gesundheitsfonds können auch heuer wieder 120 Lehrkräfte mit der Ausbildung starten. Mehr Informationen und Anmeldung unter www.praevention.at/plus

plus
plus
Jetzt anmelden!
START HERBST 2017



EU-PROJEKT "CLICK FOR SUPPORT" GEHT IN DIE NÄCHSTE RUNDE

Die Leitlinien für wirksame Suchtprävention durch webbasierte Interventionen, die aus dem EU-Projekt „Click for Support“ (2013 – 2015) entstanden sind, werden zwischen 2017 und 2019 im Nachfolgeprojekt „Click for Support REALized“ umgesetzt. Wie auch beim Pilotprojekt ist das Institut Suchtprävention auch beim Folgeprojekt als Österreich-Vertreter aktives Mitglied dieser Initiative. Ziel ist eine Website und eine Smartphone-App, die sich an Konsumenten/innen von psychoaktiven Substanzen richtet.

Das zukünftige **Online-Präventionsangebot** wird das erste sein, das speziell auf die Gruppe der „Neuen Psychoaktiven Substanzen“ (NPS) abzielt. Es soll theoretisch auf Grundlage der Motivierenden Gesprächsführung, der kognitiven Verhaltenstherapie und dem Transtheoretischen Modell aufbauen. Praktisch soll die **Web-Intervention** neben Faktenwissen zu den Substanzen unter anderem Selbsteinschätzungstests und ein 30-Tage-Interventionsprogramm beinhalten, das von nationalen Präventionsexperten betrieben wird.

Im Rahmen nationaler Fokus-Gruppen werden sich NPS-User als Expertinnen und Experten einbringen, um deren Expertisen in den Aufbau der webbasierten Intervention einfließen zu lassen. Im Projekt involviert sind neben dem Institut Suchtprävention als Österreich-Vertreter, Institutionen aus Belgien, Deutschland, Finnland, Griechenland, Italien, Lettland, Luxemburg, der Niederlande, Portugal und der Slowakei.

NEUE BERUFSSCHUL-KOORDINATOREN FÜR SUCHT- UND GEWALTPRÄVENTION

Am 20. Jänner 2017 wurde der aktuelle „Lehrgang Koordinator/in für Suchtprävention an OÖ Berufsschulen und Berufsschulinternaten“ abgeschlossen. 12 Lehrkräfte aus den OÖ Berufsschulen BS Attnang-Puchheim, BS Steyr 2, BS Linz 6, BS Linz 3, BS Altmünster, BS Linz 6, BS Freistadt, BS Schärding, BS Linz 7, BS Gmunden 1, BS Gmunden 2 absolvierten die Zusatzausbildung am Institut Suchtprävention in Linz. Der Start erfolgte im November 2015. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben sich im Laufe des Lehrgangs in 4 Modulen mit den Themen Schulische Suchtprävention, Früherkennen und Handeln bei Auffälligkeiten, Glücksspiel und Kaufsucht, Digitale Medien, Essstörungen und Psychoaktive Substanzen auseinandergesetzt. Zudem haben alle Lehrkräfte im Zeitraum dieses Lehrgangs ein eigenes Projekt an ihrer Schule durchgeführt. Das Ziel dabei lautete: Theoretisches Wissen in die Praxis umsetzen und eigene Erfahrung mit Präventionsprojekten machen. Die Projekte wurden im Jänner 2017 am Institut Suchtprävention präsentiert. Dazu gab es zum Abschluss des Lehrgangs neben den wohlverdienten Zertifikaten, die von Mag. Siegfried Streicher (PH OÖ) und Mag. Tanja Schartner (Institut Suchtprävention) überreicht wurden, noch einen erlebnispädagogischen Input zum Thema Rausch und Risiko.

Der Ausbildungslehrgang „Koordinator/in für Suchtvorbeugung an Berufsschulen“ wird vom Institut Suchtprävention in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Oberösterreich durchgeführt. Die ausgebildeten Lehrkräfte koordinieren suchtpreventive Maßnahmen an ihrer Schule und werden dabei vom Institut Suchtprävention unterstützt.





IM FOKUS DER SOZIALFORSCHUNG

Mag. Roland Lehner

„Vom Genuss zur Sucht“: Dieser Titel ist glücklicherweise nicht das Lebensmotto unseres Kollegen Roland Lehner! Es markiert vielmehr im positiven Sinn den Beginn seiner mittlerweile 20-jährigen inhaltlichen Auseinandersetzung mit dem Thema Suchtprävention und auch den ersten Kontakt mit dem Institut Suchtprävention. Wir schreiben das Wintersemester 1997/98: Mag. Roland Lehner ist mit Dr. Helmut Dworschak Lehrveranstaltungsleiter für das Grundpraktikum für Soziologiestudenten der Johannes-Kepler-Universität in Linz. Gemeinsam mit den Studierenden gelangte man bei der Themenfindung zu einer empirischen Untersuchung über die Alltagserfahrungen der Linzer Bevölkerung mit den Substanzen Alkohol, Nikotin und Cannabis. Das damals noch unter dem Beinamen „Focus“ agierende Institut Suchtprävention war an Forschungsarbeiten zur Suchtproblematik interessiert und so kam es über den ehemaligen Studienkollegen Mag. Richard Paulik zur wissenschaftlichen Zusammenarbeit, bei der knapp 400 Personen in Linz befragt wurden. Der Kontakt zum Institut Suchtprävention blieb auch nach Abschluss dieses Forschungsprojekts bestehen und „gipfelte“ im Jahr 2009 in einer Teilanstellung. Seither ist Roland Lehner in der Abteilung Forschung und Evaluation für unterschiedliche Sozialforschungsaufträge verantwortlich, unter anderem für die Auswertung der umfangreichen **Schülerbefragungen** „Frischlucht“ (Tabakprävention), der österreichweiten **„Seyla“-Untersuchung**, für Teile des **OÖ Drogenmonitoring** und für **Fokusgruppen-Interviews**, zum Beispiel im kommunalen Bereich.

Neben dem Interesse an der Sozialforschung hat Roland Lehner aber auch schon früh eine Leidenschaft für die Informationstechnologie entwickelt und er ist in diesem Bereich auch als selbstständiger Unternehmer sehr erfolgreich. Die Sozialforschung sieht er aber nach wie vor als überaus spannendes Betätigungsfeld, insbesondere wenn es um das oft mit Werthaltungen verbundene Thema Sucht geht: „Der Rechtsstatus legal-illegal wird immer noch zu oft mit der Einschätzung ungefährlich-gefährlich gekoppelt. Die Präventionsforschung kann hier mit ihrer fachlichen Expertise helfen, Mythen zu entkräften und die Diskussion auf eine sachliche Ebene führen.“, so Lehner. Es gehe auch um die Herausforderung, die Zahlen und Aussagen sinnvoll zu rahmen und zu interpretieren. Zudem gebe es noch viele offene Forschungsfragen: Was zeichnet gute Präventionsmodelle aus? Welche Bevölkerungsgruppen brauchen vielleicht mehr oder eine andere Form von Unterstützung? Wo sollte man den Fokus in der Prävention schärfen? Der Fokus spielt bei Roland Lehner aber auch abseits der IT und der Sozialforschung eine wichtige Rolle. Denn als passionierter Hobbyfotograf ist er auch abseits des Berufslebens auf der Suche nach spannenden Perspektiven. Die findet er auch in der Natur, sei es beim Wandern oder bei Tätigkeiten im eigenen Garten, wo er sich vorzugsweise die nötige Kraft und Ruhe für den ausgefüllten Arbeitsalltag holt.

„Der Rechtsstatus legal-illegal wird immer noch zu oft mit der Einschätzung ungefährlich-gefährlich gekoppelt. Die Präventionsforschung kann hier mit ihrer fachlichen Expertise helfen, Mythen zu entkräften und die Diskussion auf eine sachliche Ebene führen.“ Mag. Roland Lehner

Buchtipps

HANDBUCH ALKOHOL – ÖSTERREICH. ZAHLEN, DATEN, FAKTEN, TRENDS

Uhl A, Bachmayer S, Strizek J. Handbuch Alkohol – Österreich, 7. vollständig überarbeitete Auflage Wien: Bundesministerium für Gesundheit und Frauen, 2016

Das Handbuch Alkohol ist die umfassendste Publikation zum Thema Alkohol in Österreich. Erstmals 1999 erschienen wurde im Dezember 2016 die mittlerweile 7. vollständig überarbeitete Auflage veröffentlicht, seit der 4. Auflage jedoch ausschließlich in einer **Online-Version** (www.bmgf.gv.at). Das in vier Bände gegliederte Werk bietet einen umfassenden Überblick über alle in Österreich verfügbaren alkoholrelevanten Daten. Neben Fragen der Epidemiologie, der Prävention und der Therapie, werden u.a. die Themen Jugendschutz, Alkohol im Straßenverkehr, Alkohol am Arbeitsplatz und Alkohol als Wirtschaftsfaktor behandelt.



ALKOHOL – KEIN GEWÖHNLICHES KONSUMGUT

von Thomas Babor, Raul Caetano, Sally Casswell, Griffith Edwards, Norman Giesbrecht, Kathryn Graham, Joel Grube, Paul Gruenewald, Linda Hill, Harold Holder, Ross Homel, Esa Österberg, Jürgen Rehm, Robin Room, Ingeborg Rossow

Aus der Perspektive der Gesundheitsforschung ist Alkohol kein gewöhnliches Konsumgut. Alkohol hat weltweit Folgen für Individuen und Gesellschaften bis hin zu Krankheit und vorzeitigem Tod. Alkohol hat darüber hinaus einen ungünstigen Einfluss auf viele Aspekte des sozialen Lebens. Gesundheitspolitik und Alkoholforschung haben zum Ziel, diesen Auswirkungen sinnvoll zu begegnen. Was sind alkoholpolitische Maßnahmen? Warum sind sie wichtig? Welche Interventionen sind effektiv? Die internationale einflussreiche Publikation ist in deutschsprachigen Fachkreisen nicht unumstritten. Daher sind der deutschen Ausgabe auch drei Kapitel zur Alkoholpolitik in Deutschland, Österreich und der Schweiz beigefügt. Diese Beiträge diskutieren u.a. die Frage, ob und wie die Ergebnisse auf den deutschen Sprachraum übertragen und welche Maßnahmen umgesetzt werden können.



SAUFEN MIT SINN? HARM REDUCTION BEIM ALKOHOLKONSUM

Henning Schmidt-Semisch, Heino Stöver (Hrsg.), Frankfurt a.M., 2012

Anders als beim Konsum illegaler Drogen sind lebensweltorientierte Angebote für AlkoholkonsumentInnen bisher unterentwickelt. Um nachhaltige, lebenswelt- und zielgruppenspezifische Unterstützungsangebote zu schaffen, müssen wir verstehen, über welche Ressourcen und Risikostrategien AlkoholkonsumentInnen selbst verfügen. Die Beiträge des Buches stellen einerseits Strategien des Verbraucherschutzes und andererseits der Schadensbegrenzung („Harm Reduction“) vor. Die „gelassenen“ Ansätze und Praxisbeispiele können dazu beitragen, folgenschwere Schäden des Alkoholkonsums zu vermeiden, ohne den Alkoholkonsum insgesamt zu verteuern. Es geht also um glaubwürdige Botschaften eines angemessenen Umgangs mit Alkohol.



RAUSCHDISKURSE – DROGENKONSUM IM KULTURGESCHICHTLICHEN WANDEL

Burkhard Kastenbutt, Aldo Legnaro, Arnold Schmieder (Hg.), Reihe: Jahrbuch Suchtforschung, Bd. 8, 2016

In diesem Buch wird das Phänomen des Rausches kritisch theoretisch, psychoanalytisch, sozialhistorisch und bis in seine aktuellen Erscheinungsformen beschrieben und analysiert. Wie der Alkohol- und Drogengebrauch verändern sich auch die Formen der Berausung, was aus gesellschaftlichem Wandel und vor allem sozioökonomischen Veränderungen zu erklären ist. Wie, wann und warum sich Menschen berauschen, gibt Auskunft über je aktuelle Erfordernisse der Subjektivierung. Narrative, verfeinerte Methoden der Disziplinierung und Kontrolle zielen auf Systemintegration, die in Form der Selbstkontrolle perfektioniert scheint, aber brüchig bleibt.



TIPP: Alle erwähnten Bücher können in der Fachbibliothek am Institut Suchtprävention kostenlos entlehnt werden.

Öffnungszeiten: Mo–Do: 8:30–12:00 Uhr und 13:00–16:00 Uhr Fr: 8:30–12:00 Uhr **Schulferien:** 8:30–12:00 Uhr **Online-Katalog:** praevention.at

ANGEBOTE DES INSTITUTS SUCHTPRÄVENTION ZUM THEMA ALKOHOL

FAMILIE

- **Über Alkohol reden:** Elternvortrag zum Thema verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol
- **Unterstützung mit Gespür:** Seminar zum Thema Kinder aus alkoholbelasteten Familien
- **Alkohol – 10 Tipps für Eltern:** Informationsflyer zum Thema verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol
- **Wie schütze ich mein Kind vor Sucht?** Elternhandbuch zum Thema Suchtvorbeugung
- **Über Alkohol reden:** Informationsbroschüre zum Thema verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol

SCHULE

- **Wir lassen uns nix verbieten!** – Seminar zum Thema Nikotin und Alkohol (via PH OÖ)
- **Konsumier'n mit Hirn:** Schulexkursion ans Institut Suchtprävention
- **Workshop Alkohol:** Workshop zur Auseinandersetzung mit eigenen Konsumgewohnheiten
- **Suchtprävention in der Schule:** Handbuch für Lehrkräfte zum Thema Suchtvorbeugung in der Schule
- **Too Fast:** Kurzspielfilm zum Thema Jugend und Alkohol
- **x.act Alkohol:** Unterrichtsmaterialien zum Thema Alkohol
- **stepcheck.at** – Website zur Schritt für Schritt Intervention bei Auffälligkeiten (plus Infokarte)

JUGEND

- **Barfuss:** Alkoholfreie Cocktailbar zum Mieten (plus Website + Werbematerialien)
- **Ein K.O.cktail kann dein Leben verändern:** Informationsflyer zum Thema K.O.-Tropfen
- **In aller Kürze: Alkohol** – Videoclip zum Thema Alkohol
- **infodealer.at** – Substanzinfos zum Thema Alkohol auf der Website infodealer.at

BETRIEB

- **stepcheck.at** – Website zur Schritt für Schritt Intervention bei Auffälligkeiten (plus Infokarte)
- **Am Samstag breit, am Montag bereit?** – Suchtprävention mit Lehrlingen
- **Handeln statt Wegschauen:** Seminar für Führungskräfte zum Thema Suchtprävention im Betrieb
- **Projekt „Betriebliche Suchtprävention“**
- **Plakatserie Alkohol am Arbeitsplatz** (5 Plakate)
- **Kurzvideos** zu den Themen Suchtprävention und Frühintervention am Arbeitsplatz
- **Talk About:** Workshop für Lehrlinge zur Auseinandersetzung mit eigenen Konsumgewohnheiten
- **Rausch und Risiko:** Workshop zur Risikominimierung für Lehrlinge
- **Rausch und Risiko XL:** Erlebnispädagogischer Workshop für Lehrlinge

AUSSERSCHULISCHE JUGENDARBEIT

- **Mix and Shake:** Promillefreier Cocktail-Workshop
- **Rausch und Recht:** Seminar zu Rechtsfragen zu Jugend und Alkohol
- **Talk About:** Workshop zur Auseinandersetzung mit eigenen Konsumgewohnheiten
- **Drive Clean:** Fahrschulprojekt zum Thema Alkohol am Steuer
- **Shake und Talk:** Promillefreier Cocktail-Workshop
- **Vereinscoaching:** Suchtprävention im Verein
- **Rausch und Risiko:** Workshop zur Risikominimierung
- **Rausch und Risiko XL:** Erlebnispädagogischer Workshop

ALLGEMEIN

- **ARGE Informationsflyer** über die Substanz Alkohol
- **ARGE Infofolder** zum Thema Alkohol und Schwangerschaft
- **praevention.at** – Substanzinfos zum Thema Alkohol auf der Website praevention.at
- **Fachbibliothek:** Öffentliche Fachbibliothek

Detaillierte Informationen zu allen Angeboten finden Sie unter: www.praevention.at

BERATUNGS, HILFS- UND THERAPIE- ANGEBOTE – AUSWAHL:

Alkoholberatung Land Oberösterreich 0664 / 60072-89563

Journaldienst für 14 Bezirke

Zentrale Linz: Kärntnerstr. 1, 4020 Linz

Zweigstellen in jedem Bezirk

alkoholberatung@ooe.gv.at | www.land-oberoesterreich.gv.at

pro mente Oberösterreich

Psychosoziale Beratung 0732 / 6996-0

telefonzentrale@promenteooe.at | www.pmoee.at

Krisenhilfe OÖ: 0732 / 21 77

(Notruf, rund um die Uhr erreichbar)

Kriseninterventionszentrum: 0732 / 21 77

Scharitzerstraße 6–8 / 4. OG, 4020 Linz

Suchtberatungsstellen, Integrationshöfe, Therapieeinrichtungen:

www.sucht-promenteooe.at

AA Anonyme Alkoholiker

0664 / 2072020

ooe@anonyme-alkoholiker.at | www.anonyme-alkoholiker.at

oder via Telefonseelsorge: 142

Al-Anon Familiengruppen (Angehörige): 0676 / 9388856

alanon.linz@gmx.at | www.al-anon.at

KH d. Barmherzigen Brüder, 4020 Linz, Seilerstätte 2/1/42

ABS - Alkoholberatungsstelle Linz

Sozialverein B37:

0732 / 776767-370

abs@b37.at | www.b37.at

AFCG - Alkoholfreier Club Gmunden

07612 / 794-370

Stadtgemeinde Gmunden Beratungs- u. Kontaktstelle

Blaues Kreuz Österreich:

0699 / 1465 1901

info@blaueskreuz.at

GEA - Gemeinschaft entwöhnter Alkoholiker

0732 / 382092

[alkoholhilfe\(at\)geaclub.at](mailto:alkoholhilfe(at)geaclub.at) | www.geaclub.at

4030 Linz, Grenzweg 2b

Kepler Universitätsklinikum GmbH Neuromed Campus

Schwerpunkt Suchtmedizin:

05 / 7680 8729 571

4020 Linz, Wagner-Jauregg-Weg 15

www.kepleruniklinikum.at

Magistrat Wels

Beratungsstelle bei Alkoholproblemen:

07242 / 61669

4600 Wels, Brennereistraße 15

alkberatung.spb@wels.gv.at



youtube.com/praeventionat und facebook.com/praevention.at



Österreichische Dialogwoche

ALKOHOL

**WIE VIEL
IST ZU VIEL?**

Sprechen wir über Alkohol!

Eine Aktionswoche der ARGE Suchtvorbeugung in Kooperation mit dem Bundesministerium für Gesundheit und Frauen, dem Hauptverband der Sozialversicherungsträger und dem Fonds Gesundes Österreich.

www.dialogwoche-alkohol.at

15.–21. Mai 2017