

KURZBERICHT

Thema	Online-Prävention substanzbezogener Störungen bei Studierenden
Schlüsselbegriffe	Alkoholprävention, Studierende, Online-Prävention, Hochschule
Ressort, Institut	Bundesministerium für Gesundheit (BMG)
Auftragnehmer(in)	Hochschule Esslingen
Projektleitung	Prof. Dr. Marion Laging, Prof. Dr. Thomas Heidenreich
Autor(en)	Marion Laging, Thomas Heidenreich, Thomas Ganz, Michael Braun
Beginn	01.05.2013
Ende	30.04.2016

Vorhabenbeschreibung, Arbeitsziele

Die Hochschule Esslingen entwickelte, implementierte und evaluierte im Zuge des durch das BMG geförderten Forschungsprojektes ein Konzept zur Prävention des riskanten, missbräuchlichen und schädlichen Alkoholkonsums bei Studierenden. Das Konzept „eCHECKUP TO GO & Peer-Beratung“ basiert auf der Verzahnung des Online-Präventionsprogrammes eCHECKUP TO GO mit den Offline-Elementen einer studentischen Peer-Beratung und der Verknüpfung mit dem vorhandenen Beratungsnetzwerk im Setting Hochschule. Die Hochschule Esslingen diente hierbei als Pilot.

Als Online-Angebot sollte das amerikanische Online-Präventionsprogramm eCHECKUP TO GO innerhalb des Projektes an die deutschen Verhältnisse adaptiert und dessen Wirksamkeit mittels einer randomisierten kontrollierten Studie (RCT) evaluiert werden. Es handelt sich hierbei um ein anonymes und vollautomatisiertes online-basiertes Programm, welches den Durchführenden ein Feedback zum eigenen Trinkverhalten und dessen Folgen gibt. Ziel des Programmes ist es, den Alkoholkonsum und die mit Alkoholkonsum verbundenen sozialen und gesundheitlichen Schäden zu verringern und somit ein erfolgreiches Studieren zu fördern.

Für eine weitergehende Verankerung in das Setting Hochschule sollte eine studentische Peer-Ausbildung und -Beratung aufgebaut werden. Innerhalb dieses Konzeptes dienen Studierende nach entsprechender Qualifizierung ihren KommilitonInnen als eine Anlaufstelle für Sucht- und Substanzmittelfragen, gleichzeitig sollen sie diese hinsichtlich des eigenen Alkoholkonsums sensibilisieren und das Thema des riskanten Alkoholkonsums bei Studierenden enttabuisieren. Darüber hinaus sollte ein Netzwerk für die weitere Beratung und ggf. Behandlung aufgebaut werden. Die unterschiedlichen Elemente (Onlineprogramm, Peer-Beratung und Beratungsnetzwerk) beziehen sich im Gesamtkonzept (vgl. Abbildung 1) aufeinander, so dass den Studierenden ein umfassendes Präventionsangebot im Setting Hochschule gewährleistet werden kann.

Durchführung, Methodik

Das Forschungsprojekt kann in drei wesentliche Bestandteile gegliedert werden: Erstens die Adaptation des eCHECKUP TO GO (kurz: eCHUG-D), zweitens die Wirkungsevaluation des eCHUG-D und drittens die Konzeption der studentischen Peer-BeraterInnen-Ausbildung.

1) Adaptation des eCHUG-D

Das Programm eCHECKUP TO GO wurde von der San Diego State University Research Foundation (Moyer et al., 2004) entwickelt und wird mittlerweile weltweit an mehr als 600 Hochschulen eingesetzt. Im Vorfeld des Projektes wurde eine Kooperation mit dem EntwicklerInnen-Team aufgebaut, so dass während des Projektes eine deutsche Version des Programmes erarbeitet werden konnte. Die Entwicklung einer deutschen Adaptation beinhaltete zum einen die Übersetzung der Texte und das Umrechnen der Maße (pounds / ounces / Dollar) ins Deutsche sowie zum anderen eine grundlegende Überprüfung und Anpassung aller Programmelemente im Hinblick auf die zugrunde liegenden empirischen Daten und Fakten. Im Adaptationsprozess spielte die Partizipation von Studierenden eine wichtige Rolle. In studentischen Fokusgruppen sollte der deutsche Entwurf auf Akzeptanz, Verständlichkeit und Anschlussfähigkeit an die Lebenswelten und die Sprachstile deutscher Studierender geprüft werden. Bei den Fokusgruppen wurde eine Gruppengröße zwischen fünf und zwölf TeilnehmerInnen angestrebt. Zur bestmöglichen Abbildung der Studierendenschaft in Deutschland wurden die unterschiedlichen Hochschultypen (Universitäten, Hochschulen für angewandte Wissenschaft, Duale Hochschulen) an mehreren Standorten einbezogen.

Zur weitergehenden Überprüfung der Adaptation wurden innerhalb der durchgeführten RCTs (s. u.) zwei Fragebögen entwickelt, die die Akzeptanz und das Nutzungsverhalten der Studierenden in Bezug auf eCHUG-D erfassen.

2) Wirksamkeitsevaluation des eCHUG-D

Zur Evaluation der Wirksamkeit von eCHUG-D wurden innerhalb des Projektes zwei RCTs durchgeführt. Die erste an der Hochschule Esslingen (April – November 2014), die zweite an drei Universitäten aus Baden-Württemberg im Zeitraum von Mai bis Dezember 2015. Das Studiendesign sah die Bildung zweier Gruppen vor (Assessment-Only-Kontrollgruppe vs. eCHUG-D-Interventionsgruppe), zu denen die Studienteilnehmenden randomisiert zugeteilt wurden. Beide Gruppen durchliefen dabei zur Basiserhebung das gleiche Assessment, bevor lediglich ProbandInnen der Interventionsgruppe einen Link zu dem Programm eCHUG-D erhielten, um dieses Programm zu absolvieren. Zur 3-monatigen und 6-monatigen Folgerhebung beantworteten die Studienteilnehmenden beider Gruppen die gleichen Fragebögen. Das Ergebnis einer RCT erreicht nach der von der Agency for Healthcare Policy and Research entwickelte Einteilung der Evidenzgrade die höchste Stufe, mit der Kategorie 1b (SHEKELLE, 1999, zitiert nach HOFF & KLEIN, 2015).

3) Konzeption und Implementierung der studentischen Peerberatung

Eine Peer-Beratung wurde als eine Anlaufstelle für Sucht- und Substanzmittelfragen aufgebaut. Zunächst war geplant, dass die Peer-BeraterInnen u. a. ein Online-Forum moderieren. Aufgrund der geringen Inanspruchnahme des Forums wurde der Ausbildungsschwerpunkt auf kommunikative und vermittelnde Funktionen der Peer-BeraterInnen auf dem Campus verlagert. Für die Konzeption der Peer-BeraterInnen konnte auf unterschiedliche Ressourcen zurückgegriffen werden: Bereits seit Oktober 2009 wird das Thema Alkoholprävention an der Hochschule Esslingen bearbeitet, u. a. im Rahmen eines von Studierenden geplanten und durchgeführten Workshops für Studierende. Dieser Ansatz und die Erfahrungen damit wurden über mehrere Fachgespräche mit den OrganisatorInnen ausgewertet und für die Neukonzeption der Peer-BeraterInnen-Ausbildung nutzbar gemacht. Bei der Konzeption der Peer-BeraterInnen-Ausbildung wurde zudem auf die Erfahrungen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bei der Jugendkampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ zurückgegriffen (GOECKE, 2013) und es fand ein intensiver Austausch mit der San Diego State University (Interviews mit den dort tätigen PsychologInnen, Peer-BeraterInnen und Studierenden), den StakeholderInnen an der Hochschule Esslingen (Zentrale Studienberatung, Hochschulleitung) sowie mit einer Expertin zur motivierenden Gesprächsführung aus dem regionalen Hilfenetzwerk statt. Die Ergebnisse aus den studentischen Fokusgruppen gingen ebenfalls in die Konzeption mit ein.

Gender Mainstreaming

Gender Mainstreaming Aspekte spielten als Querschnittsthema bei allen Projektkomponenten und in allen Projektphasen eine entscheidende Rolle:

Für die deutsche Adaptation wurden die studentischen Fokusgruppen unter Genderaspekten zusammengestellt. Dabei wurden subgruppenspezifische Aspekte (z. B. männliche Identitätsbildung bei Trinksitten in studentischen Verbindungen o. ä.) berücksichtigt. Die in eCHUG-D vorgenommene sprachliche und inhaltliche Personalisierung in Bezug auf das Geschlecht wurde im Rahmen der Fokusgruppen erfolgreich evaluiert. Der Feedbackbericht im Bereich der Risikofaktoren wurde um einen Text zur alkohol-assoziierten Gefahr sexueller Viktimisierung erweitert.

Für die Ausbildung der Peer-BeraterInnen wurden männliche und weibliche Studierende angesprochen – dabei war ein ausgeglichenes Geschlechterverhältnis ausdrücklich erwünscht. Innerhalb der Schulung wurden die unterschiedlichen Grenzwerte für risikoarmen Alkoholkonsum diskutiert und die angehenden Peer-BeraterInnen somit im Hinblick auf die geschlechterspezifischen Risiken sensibilisiert. U. a. betraff dies die unterschiedliche Verteilung des Alkohols bei Männern und Frauen im Körper und gesundheitliche Auswirkungen (z. B. Schwangerschaft, Stillzeit).

Ergebnisse, Schlussfolgerungen, Fortführung

Die Ergebnisse werden anhand der drei oben genannten Projekt-Bestandteile aufgeführt:

Adaptation des eCHUG-D

Innerhalb der durchgeführten Studien wurde das eCHUG-D überwiegend positiv beurteilt. Daraus kann geschlossen werden, dass die Übersetzung und Adaptation des amerikanischen eCHECKUP TO GO gelungen ist und die deutsche Version eine breite Akzeptanz unter Studierenden erfährt.

Wirksamkeitsevaluation des eCHUG-D

Eine Wirksamkeit des eCHUG-D konnte mittels RCT belegt werden: Studierende, die das Programm eCHUG-D durchliefen, reduzierten nach drei und sechs Monaten die Anzahl konsumierter alkoholischer Getränke (in den letzten vier Wochen) sowie nach drei Monaten die maximal erreichte Blutalkoholkonzentration bei einer Trinkgelegenheit und die Anzahl an Rauschtrinkgelegenheiten (in den letzten vier Wochen) signifikant stärker

als die Kontrollgruppe. Der Effekt der eCHUG-D Gruppe innerhalb der Anzahl an Rauschtrinkgelegenheiten blieb zudem nach sechs Monaten marginal signifikant.

Für verschiedene Variablen des (riskanten) Alkoholkonsums können somit für das eCHUG-D signifikante Effekte belegt werden. Es handelt sich – wie bereits aus anderen Studien bekannt (LAGING, 2012) – um kleine Effekte, die auf einer einmaligen Durchführung des Programmes beruhen.

Konzeption und Implementierung der studentischen Peerberatung

Die entwickelte studentische Peer-Beratung wurde im Wahl-Pflicht-Bereich aller Studiengänge der Fakultät Soziale Arbeit, Gesundheit und Pflege curricular verankert. Das Ausbildungskonzept ist zwei-semesterig ausgelegt und basiert auf einem Basis- und einem Aufbaukurs. In der Peer-BeraterInnen-Ausbildung werden die Studierenden für gesundheitsrelevante Themen und Ziele sensibilisiert und sie lernen, diese glaubwürdig zu kommunizieren. Damit erwerben die Studierenden Schlüsselqualifikationen für die Promotion gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen, wie z. B. Kompetenzen in der Methode der motivierenden Gesprächsführung. Ausbildungsziel ist es dabei, die Peer-BeraterInnen zu befähigen, mit ihren KommilitonInnen über den Alkoholkonsum und die damit verbundenen Gesundheitsrisiken zu diskutieren, hinsichtlich des eigenen Alkoholkonsums zu sensibilisieren, zu einem risikoarmen Alkoholkonsum anzuregen und zur Durchführung des eCHUG-D zu motivieren. Als Kern der Peer-Aktivitäten wurden die Entwicklung, Durchführung und Optimierung von Outreach-Aktionen definiert. Die Peer-BeraterInnen sprechen Studierende auf dem Campus proaktiv auf die Thematik an und laden zur Diskussion ein. Als ein niedrigschwelliges Online-Angebot wird dabei auch das eCHUG-D bzw. Elemente daraus vorgestellt. Bei tiefergreifenden Fragestellungen kann eine Vermittlung in das Beratungsnetzwerk erfolgen.

Mit der deutschen Version des Programms eCHECKUP TO GO liegt nun ein auf hoher Evidenzstufe erprobtes und auf die Lebenswelt Studierender zugeschnittenes Online-Präventionsprogramm für den deutschsprachigen Raum vor. Die Ausbildung und der Einsatz von studentischen Peer-BeraterInnen zeigten sich als eine wichtige Komponente, um das Programm im Setting Hochschule bekannt zu machen und zu verankern. Das Präventionskonzept nutzt dabei die additiven Effekte dieser verhaltens- und verhältnispräventiven Ansätze, um den Studierenden in Bezug auf einen Substanzmittelkonsum ein erfolgreiches Studium zu ermöglichen.

Das beschriebene Präventionskonzept wird als Teil eines weiteren Projektes („DIOS: Dissemination und nachhaltige Implementierung von (Online-) Präventionsmaßnahmen für missbräuchlichen Substanzkonsum bei Studierenden“) Hochschulen in Deutschland systematisch verfügbar gemacht werden. Darüber hinaus werden bei Interesse Hochschulen bei der Implementierung von Präventionsangeboten individuell beraten und unterstützt.

Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Das durchgeführte Projekt ist Ausgangspunkt verschiedener Weiterentwicklungen sowohl in Wissenschaft als auch in der Praxis. Die Ergebnisse wurden im Rahmen einer Fachtagung am 14. Dezember 2015 in Berlin, an der auch die Drogenbeauftragte teilnahm, vorgestellt.

Ein Anschlussprojekt entwickelt derzeit Strategien zur Verbreitung und erfolgreichen Implementierung der Projektergebnisse, um diese nachhaltig an Hochschulen zu verankern.

verwendete Literatur

GOECKE, M (2013). Effektive Nutzung von (neuen) Medien in der Suchtprävention der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) am Beispiel der Jugendkampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ In MARKS, E., STEFFEN, W. (Hrsg.) Neue Medienwelten - Herausforderungen für die Kriminalprävention? Ausgewählte Beiträge des 16. Deutschen Präventionstages. Godesberg: Forum Verlag.

HOFF, T. & KLEIN, M. (2015). Evidenzbasierung in der Suchtprävention. Möglichkeiten und Grenzen in Praxis und Forschung. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.

LAGING, M. (2012). Internetbasierte Alkoholprävention bei Studierenden. Sucht, 58 (2), 85-96.

LAGING, M., HEIDENREICH, T., BRAUN, M. & GANZ, T. (2016). Prävention von riskantem Alkoholkonsum bei Studierenden im Setting Hochschule durch eCHECKUP TO GO und Peer-Beratung. Zeitschrift für Beratung und Studium (ZBS), 01, 8-10.

MOYER, R., RIKARD, J., VAN SICKLE, D., WALTERS, S. T. & WILSON, L. (2004). The electronic CHECKUP TO GO. San Diego, CA: Sand Diego State University.