

WIR BIETEN
DAS WISSEN
ZUM TUN.



„Der beste Zeitpunkt einen Baum zu pflanzen war vor 20 Jahren. Der zweitbeste Zeitpunkt ist jetzt!“

Quelle unbekannt

Inhalt

- 1 ■ Suchtprävention beginnt im Alltag..... 4
- 2 ■ Menschen befähigen – Systeme gestalten..... 10
- 3 ■ Kompetenz am Puls der Zeit..... 16
- 4 ■ Gemeinsam Suchtprävention gestalten..... 20



Das Institut Suchtprävention von pro mente OÖ ist das vom Land Oberösterreich beauftragte **Kompetenzzentrum für die Vorbeugung von Sucht und problematischem Konsumverhalten**. Dazu zählen unter anderem Alkohol, Nikotin, illegale Drogen sowie Glücksspiel, Medienkonsum oder Essstörungen. Unsere Angebote richten sich in erster Linie an Eltern, elementare Bildungseinrichtungen, Schulen, an die Jugendarbeit, Vereine, Gemeinden und Betriebe. Mit unseren Projekten, unseren Bildungsmaßnahmen und unserer Forschung leisten wir auch einen wesentlichen Beitrag zur psychischen und sozialen Gesundheit in Oberösterreich.

www.praevention.at



1 Suchtprävention beginnt im Alltag



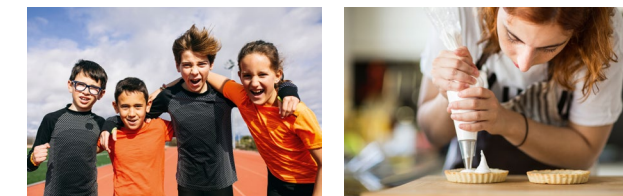
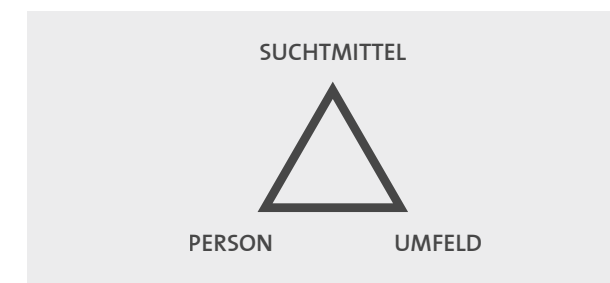
Fotos © photocase: David-W. (Würfel KI-generiert), Addictive Stock, Westend61

Sucht beginnt im Alltag – Prävention auch!

Die Themenfelder dazu sind komplex und vielschichtig. Denn es gibt nicht nur die eine Ursache, die Menschen in ein problematisches Konsumverhalten oder im schlimmsten Fall in eine Abhängigkeit führt. Es ist vielmehr ein **Zusammenspiel aus biologischen, psychischen und sozialen Faktoren**.

Daher muss auch die Suchtvorbeugung an vielen unterschiedlichen Stellen ansetzen.

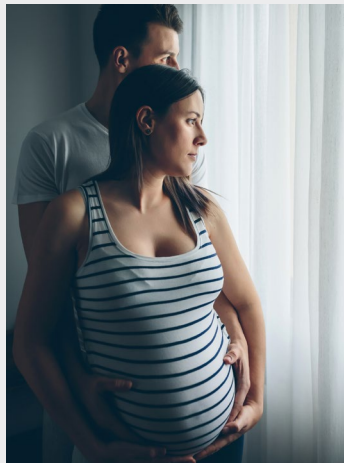
DAS SUCHTDREIECK



Mit unseren präventiven Angeboten wenden wir uns an **alle Altersgruppen und Lebensbereiche**. Angefangen bei werdenden Eltern und elementaren Bildungseinrichtungen, bis hin zu Schulen, Berufsschulen, Lehrbetrieben, der außerschulischen Jugendarbeit, der betrieblichen Suchtprävention oder kommunalen Aktivitäten.

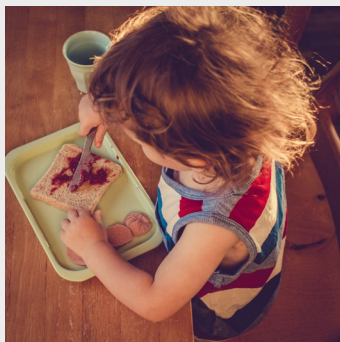
■ Diese Maßnahmen sind auf die Lebensbereiche ausgerichtet, in denen wir Menschen den größten Teil unserer Zeit verbringen, also dort wo wir wohnen, zur Schule gehen, wo wir arbeiten, die Freizeit verbringen usw. Denn diese Bereiche beeinflussen von ihrer Struktur her die Gesundheit aller Beteiligten maßgeblich.

Unsere Angebote teilen sich auf folgende Handlungsfelder auf:



Familie

Die Familie ist der erste und wichtigste Ort der Suchtprävention. Unsere Bildungsangebote im Familienbereich unterstützen Eltern und Erziehungspersonen in ihren suchtpreventiven Bemühungen.



Elementare Bildungseinrichtungen

Der Grundstein für viele Fähigkeiten, die in der Suchtvorbeugung eine Rolle spielen, wird bereits in der Kindheit gelegt. Unsere Angebote in diesem Bereich richten sich an Pädagog*innen und Mitarbeiter*innen in Kinderbetreuungseinrichtungen sowie an Eltern.



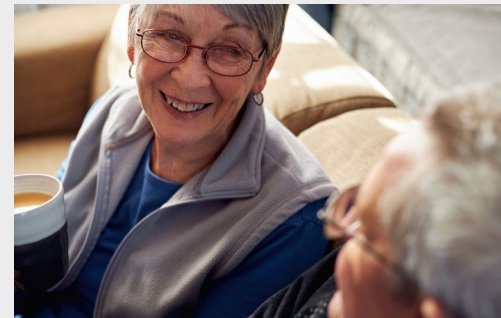
Schule

Die Ansätze der Suchtprävention lassen sich gut in den Schulalltag integrieren. Eine langfristige, kontinuierliche und nachhaltige Suchtvorbeugung innerhalb der Schule kann nur über die Lehrkräfte erfolgen. Externe Expert*innen können schulische Prävention sinnvoll unterstützen, z.B. im Rahmen von Elternvorträgen, Projekten, Exkursionen, Workshops, etc.



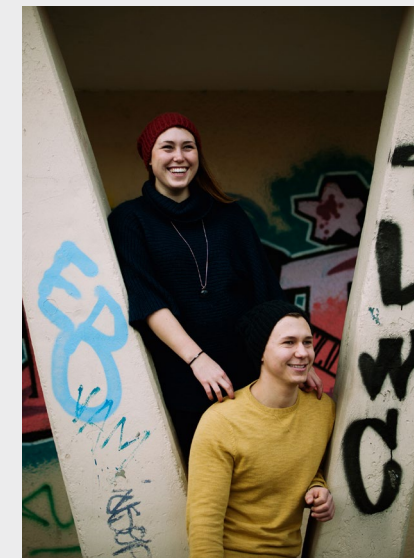
Arbeitswelt

Mit unseren Angeboten unterstützen wir Betriebe bei der Umsetzung einer zeitgemäßen Vorbeugung und Frühintervention, um Suchtgefährdungen frühzeitig zu erkennen und gegenzusteuern.



Gemeinde

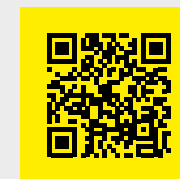
Städte und Gemeinden sind Lebensräume für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die aufgrund natürlich gewachsener Strukturen eine ideale Ausgangsbasis für gesundheitsfördernde und präventive Maßnahmen bieten.



Außerschulische Jugendarbeit und Vereine

Außerschulische Jugendarbeit spielt eine wichtige suchtpreventive Rolle und findet überall dort statt, wo Menschen auf professioneller oder ehrenamtlicher Ebene Angebote und Entwicklungsräume für Jugendliche außerhalb der Schule anbieten.

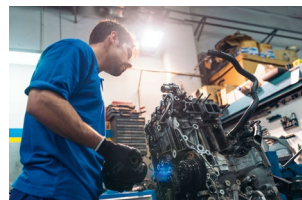
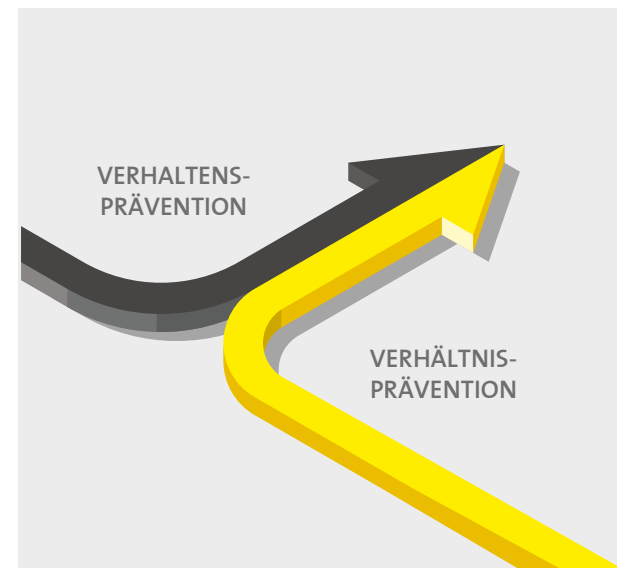
Unsere Angebote im Detail:
www.praevention.at/angebote





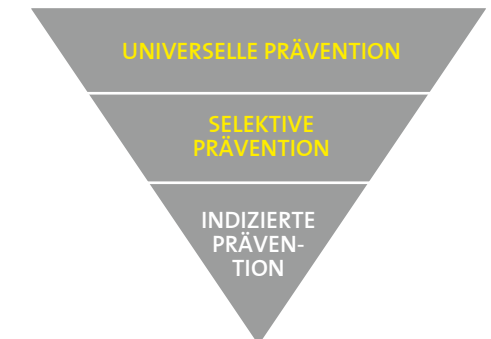
Verhaltens- und Verhältnisprävention

Die Förderung der **individuellen Kompetenzen** (Verhaltensprävention) ist dabei ein zentrales Element. Jedoch ist wissenschaftlich erwiesen, dass sich die Wirkung präventiver Maßnahmen wesentlich verstärkt und nachhaltige Wirkungen zeigt, wenn auch **strukturelle Faktoren** wie z.B. Klassen- und Schulklima, Betriebsklima, gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen etc. (Verhältnisprävention) gefördert werden.



In der professionellen Suchtprävention unterscheiden wir zudem zwischen universellen, selektiven und indizierten Maßnahmen:

- **Universelle Prävention:** Hierzu zählen Maßnahmen, die sich an die allgemeine Bevölkerung richten, wie etwa suchtpreventive Vorträge, Schulprogramme zur Förderung der Lebenskompetenzen, Maßnahmen am Arbeitsplatz, Informationsmaterialien oder Kampagnen.
- **Selektive Prävention:** Diese richtet sich an Menschen, die statistisch gesehen ein überdurchschnittlich hohes Risiko für Substanzmissbrauch oder Abhängigkeit aufweisen. Zu dieser Gruppe zählen beispielsweise Kinder von alkohol- oder drogenabhängigen Eltern.



- **Indizierte Prävention:** Unter dieser Bezeichnung lassen sich all jene Aktivitäten zusammenfassen, die sich an Personen richten, die bereits ein manifestes Risikoverhalten etabliert haben. Somit sind besonders diese Zielgruppen einem erhöhten Suchtrisiko ausgesetzt. Eine Zielgruppe für indizierte Prävention sind zum Beispiel junge Erwachsene, die am Wochenende wiederholt exzessiv Alkohol trinken.

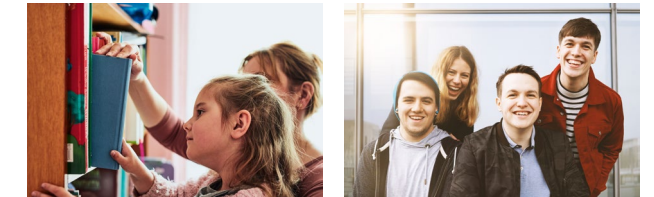
2 Menschen befähigen – Systeme gestalten



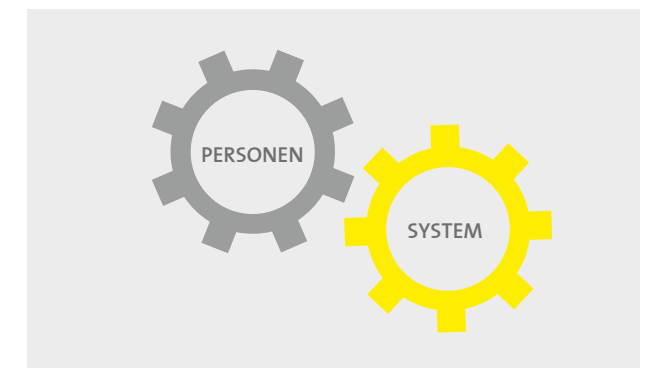
Fotos © Aleksandar Jankovic/iStock (Würfel KI-generiert), przemeklos/photocase, axelbueckert/photocase

Prävention und Gesundheitsförderung sollen dazu beitragen, individuelles Problem- und Fehlverhalten zu verhindern. Eine zentrale Rolle spielen dabei das **Aktivieren und die Stärkung von Bewältigungsressourcen**, die uns dabei unterstützen, im Alltag selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen, die unsere Gesundheit fördern. Dazu zählen beispielsweise Seminare, Workshops oder Tools, die einen risikominimierten Alkoholkonsum, den Verzicht auf illegale Drogen oder einen reflektierten Konsum digitaler Medien fördern.

- Unsere suchtpreventiven Angebote können auf einer Verhaltensebene dazu beitragen, die Psyche zu stärken und auf einer Verhältnisebene die Strukturen gesundheitsförderlich zu gestalten.



Die praktische Umsetzung erfolgt dabei nach Möglichkeit in einem Bündel mehrerer Maßnahmen, das sowohl die Personen (z.B. Schüler*innen) als auch das System (z.B. Schule bzw. schulisches Umfeld) berücksichtigt. Denn das Zusammenspiel dieser beiden Ebenen trägt wesentlich dazu bei, Menschen weniger anfällig für die vielfältigen Formen von Sucht zu machen.



Risiko- und Schutzfaktoren

Wesentliche Aufgaben stellen in diesem Zusammenhang die **Entwicklung und Förderung von Schutzfaktoren** sowie die **Minimierung von Risikofaktoren** dar. Das Risiko- und Schutzfaktorenmodell dient als Basis für viele Präventionsmodelle, wie etwa den Lebenskompetenzansatz, der auch in unseren Programmen in unterschiedlichen Handlungsfeldern bzw. Lebensbereichen zum Einsatz kommt.

Als „Risikofaktoren“ werden dabei jene Faktoren bezeichnet, die die Auftrittswahrscheinlichkeit von problematischen Verhaltensweise erhöhen. Im Gegensatz dazu können Schutzfaktoren Risiken vermindern.

■ **Ansatzpunkte für die Prävention sind also auf der einen Seite die Reduktion von Belastungen bzw. Risikofaktoren, auf der anderen Seite die Stärkung der Kompetenzen bzw. Schutzfaktoren.**



Beispiele für Schutzfaktoren:

	hoher Selbstwert		positive soziale Beziehungen
	gute Lern- und Entwicklungschancen		familiärer Rückhalt
	eine ökonomisch und ökologisch intakte Umwelt		Möglichkeit zur aktiven Lebensgestaltung
	positives Klassenklima		

Beispiele für Risikofaktoren:

	fehlende Ressourcen zur Bewältigung von persönlichen Krisen		schlechte schulische Leistungen
	positive Einstellung zum Konsum von Suchtmitteln		Isolation in der Familie, in der Gemeinde
	suchtmittelkonsumierender Freundeskreis		Armut, schlechte Bildungs- und Entwicklungschance

Life-Skills-Ansatz

Eines der bewährtesten und auch am besten untersuchten präventiven Modelle ist der Life-Skills-Ansatz. Lebenskompetenz-Programme kommen in unterschiedlichen Präventionsbereichen wie Sucht, Gewalt, Suizid usw. zum Einsatz.

■ **Der Life-Skills-Ansatz konzentriert sich nicht nur auf einzelne Fertigkeiten, wie etwa Programme zur Stressreduktion oder Konfliktbewältigung, sondern fördert eine Vielzahl an sozialen und persönlichen Fähigkeiten.**

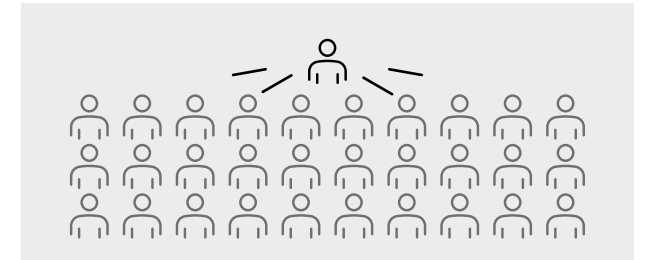
Diese stellen wichtige Schutzfaktoren dar, die vor der Ausbildung problematischer Verhaltensweisen schützen, indem sie, ähnlich einem Navigationsgerät, Wege bzw. Methoden aufzeigen, die auch bei „stürmischer See“ ans Ziel führen. Dazu zählen beispielsweise Fertigkeiten wie der Umgang mit Gefühlen, Genussfähigkeit oder der Aufbau eines stabilen, positiven Selbstwertgefühls.



Foto © marina_larina/Adobe Stock, Logo Institut Suchtprävention

Multiplikator*innenansatz

In unserer Arbeit kommt auch dem so genannten „Multiplikator*innenansatz“ eine wichtige Bedeutung zu. Dabei werden Personen, die in ihren Lebensbereichen präventiv Einfluss haben, zu Themen der Suchtprävention ausgebildet und erlangen auf diese Weise (sucht)präventive Kompetenzen. Dazu zählen z.B. Lehrkräfte im Kontext Schule, Lehrlingsausbilder*innen, Personen, die beruflich oder ehrenamtlich in der Jugendarbeit oder in Vereinen tätig sind, Exekutivbeamte*innen und viele mehr. Auf diese Weise kann Prävention in den jeweiligen Systemen langfristig etabliert werden. Die Umsetzung unserer präventiven Arbeit erfolgt dabei sowohl explizit, das heißt im Rahmen von definierten Präventionsprojekten und -programmen, als auch implizit – in der alltäglichen Praxis, also ohne konkrete präventive „Überschrift“. Da es sich hier um eine indirekte Vorgangsweise handelt, braucht es als Voraussetzung für den wirkungsvollen Einsatz von Multiplikator*innen hochwertige und qualitätsgesicherte Aus- und Weiterbildungsangebote, die wir seit mehr als drei Jahrzehnten gewährleisten.



EIN*E MULTIPLIKATOR*IN ERREICHT 30 PERSONEN.

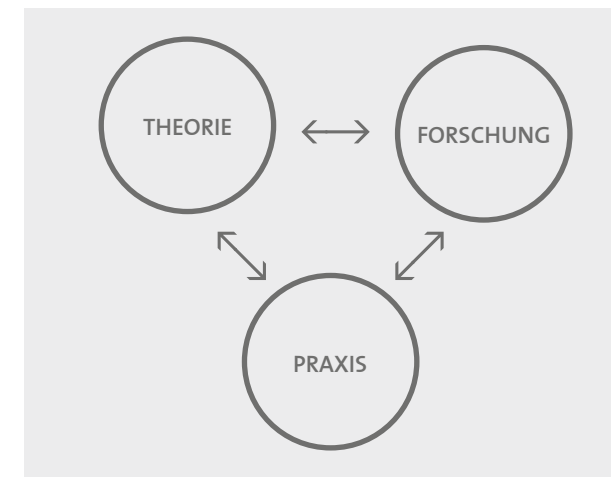
Suchtvorbeugung als Profession ist zudem auf eine ethische Fundierung angewiesen. Diese bietet nicht nur Orientierung für die alltägliche Arbeit, sondern sie schützt auch vor einer Instrumentalisierung von Präventionsarbeit. Die Praxis unserer Arbeit orientiert sich in ihrem Kern am „demokratisch-emanzipatorischen Menschenbild“ im Sinne der Ottawa Charta der Weltgesundheitsorganisation.

■ **Im Zentrum stehen dabei die Ermöglichung und Befähigung der Menschen zu einem selbstbestimmten und verantwortungsbewussten gesundheitsgerechten Leben in einer gesundheitsförderlichen Umwelt.**

3 Kompetenz am Puls der Zeit

Kontinuität und Dynamik sind kein Widerspruch, gerade was das Thema Prävention betrifft.

Denn Präventionsprogramme sollten nicht als einmalige Aktionen geplant sein, sondern idealerweise **frühzeitig und kontinuierlich** eingesetzt werden, um alle Phasen des Lebens miteinzubeziehen. In den Programmen des Instituts Suchtprävention werden systematisch Theorie, Forschung und Praxis miteinander verbunden.



Dabei ist es uns wichtig, die inhaltliche und didaktische Gestaltung der Programme alters- und entwicklungsspezifisch auszurichten.

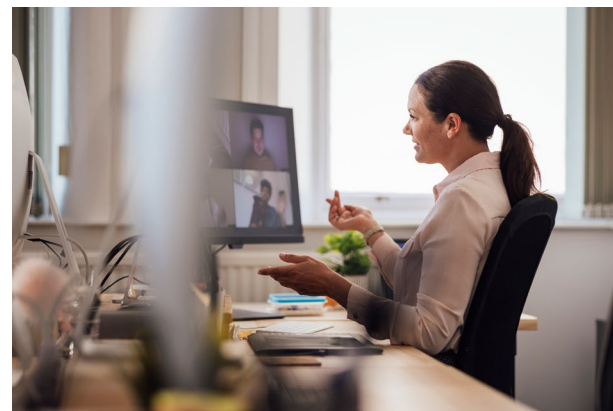
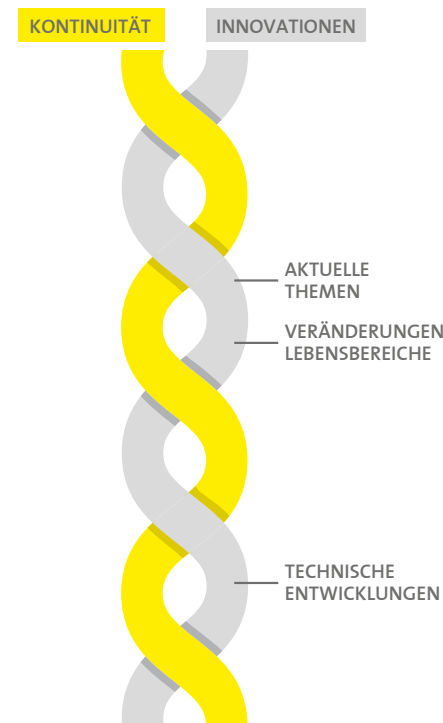
■ Ein zentraler Erfolgsfaktor unserer Angebote ist neben der Kontinuität auch die Anpassung an sich verändernden Themen und Lebensbereichen.



Prävention – ein dynamisches Arbeitsfeld

In einem dynamischen Arbeitsfeld wie jenem der Prävention benötigt es stets Innovationen, um damit aktuelle problembehaftete Themen aufgreifen zu können, aber auch um den Veränderungen in den jeweiligen Lebensbereichen gerecht werden zu können. Dazu zählen beispielsweise Fragestellungen wie Schule definiert wird oder welche Körper selbstbilder in einer Gesellschaft relevant sind.

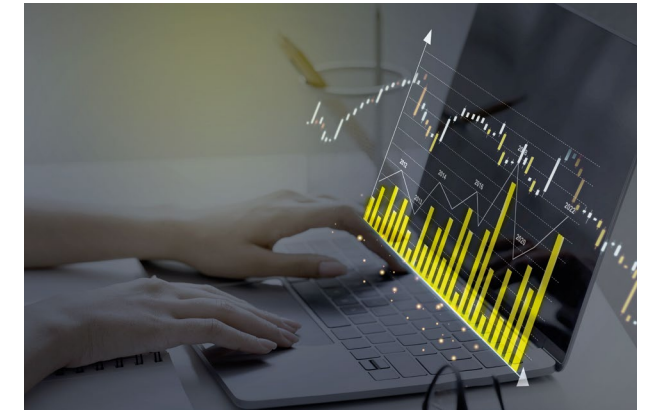
Auch technische Entwicklungen in unserer Kommunikation erfordern neue Zugänge bzw. Adaptierungen bei etablierten, wirkungsvollen Programmen. Somit bleiben wir am Zug der Zeit, ohne Bewährtes über Bord zu werfen.



Fotos © Institut Suchtprävention, SoStock/iStock, Prostock-Studio/iStock

Am Puls der Zeit zu bleiben, heißt auch auf neueste Daten im Zusammenhang mit den Themen Sucht und Prävention zugreifen zu können.

Dies wird durch unsere wissenschaftliche Orientierung gesichert. Dazu zählen die Konzeption und Umsetzung eigener Untersuchungen, wie etwa das „**Drogenmonitoring Oberösterreich**“.



Unsere praktische Arbeit folgt dem Prinzip der Evidenzbasierung und wissenschaftlich fundierten Theorien, Ursachen- und Wirkmodellen. Diese Arbeit erfolgt jedoch nicht von einem akademischen „Elfenbeinturm“ herab, sondern aus den praktischen Erfahrungen und der Praxistauglichkeit der jeweiligen Maßnahmen.



4 Gemeinsam Suchtprävention gestalten

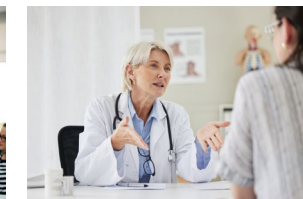


Fotos © Institut Suchtprävention, kastoimages/photocase, Eliza/photocase, Rawpixel.com/Adobe Stock, Siphosethu F/peopleimages.com/Adobe Stock

Prävention gelingt dann am besten, wenn sie als gesellschaftliche Querschnittsaufgabe gesehen wird.

Dies ist zum Beispiel der Fall, wenn weitgehend eigenständige gesellschaftliche Bereiche, wie etwa Institutionen aus dem Gesundheitsbereich, dem System Schule, der Polizei, Organisationen der außerschulischen Jugendarbeit usw. gemeinsam abgestimmte suchtpreventive Themen bearbeiten und Aktivitäten umsetzen.

Das Institut Suchtprävention ist ein Vorreiter auf dem Gebiet der „intersektoralen“ Zusammenarbeit. Das zeigt sich in den zahlreichen erfolgreichen Kooperationen, die sich nicht nur auf eine regionale Präsenz beschränken, sondern auch auf nationaler und europäischer Ebene in Projekten und Netzwerken gelebt wird.



Um Zusammenarbeit nachhaltig zu gestalten, hat für uns die gegenseitige Wertschätzung höchste Priorität bei der Klärung der jeweiligen Rollen und Aufgaben. Auch die professionelle Weiterbildung spielt hier eine entscheidende Rolle. Schulungen, Workshops und gemeinsame Projekte fördern den Austausch zwischen den jeweiligen Institutionen und tragen dazu bei, das gegenseitige Verständnis für die spezifischen Herausforderungen und Perspektiven zu erhöhen.

Zielgruppenorientierte Öffentlichkeitsarbeit mit fundierten Fakten und Argumenten kann das Bewusstsein für die Bedeutung der Prävention stärken und die Bereitschaft zur aktiven Mitwirkung erhöhen. Auch der politische Wille und die Bereitstellung entsprechender finanzieller Ressourcen sind unverzichtbar, um die intersektorale Zusammenarbeit langfristig sicherzustellen und innovative, aber auch bewährte Ansätze zu fördern.

Kontakt

Institut Suchtprävention
pro mente OÖ
Hirschgasse 44
4020 Linz

Telefon: 0732 / 77 89 36
E-Mail: info@praevention.at
www.praevention.at

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag: 08.30 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr
Freitag: 08.30 – 12.00 Uhr

Fachbibliothek:

www.praevention.at/bibliothek

www.praevention.at



„

„Resilient children
and supportive
environments through
sciencebased prevention
result in saving up
to 30 times the amount
of funds invested.“

United Nations Office on Drugs and Crime
(UNODC)

IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber: Institut Suchtprävention, pro mente OÖ, Hirschgasse 44, 4020 Linz | **Leitung:** Dr. Rainer Schmidbauer | **Redaktion:** Mag. Günther Ganhör | **Grafik:** Mag.^a (FH) Helene Traxler | **Fotos:** Institut Suchtprävention, photocase.de, Adobe Stock, iStock | **Cover:** amrets/Adobe Stock (KI-generiert) | **Druck:** druck.at, Leobersdorf

1. Auflage 2024



Produziert nach den Richtlinien des
Österreichischen Umweltzeichens,
druck.at, UW-Nr. 920

Ein Angebot von **pro mente** | **oö**

institut

sucht

prävention

pro mente OÖ