

INFORMATION

zur Pressekonferenz

mit

LH-Stv.ⁱⁿ Mag.^a Christine Haberlander
Gesundheitslandesrätin

Mag. Dr. Rainer Schmidbauer
Leiter Institut Suchtprävention der pro mente Oberösterreich

Generalmajor Mag. Dr. Alois Lißl
Landespolizeidirektor-Stellvertreter Oberösterreich

Prim. Dr. Kurosch Yazdi
Vorstand der Klinik für Psychiatrie - mit Schwerpunkt Suchtmedizin,
Kepler Universitätsklinikum Vorstandsvorsitzender von pro mente
Oberösterreich

am 6. April 2022

zum Thema

Gemeinsam für eine starke Suchtprävention in Oberösterreich

Zwei Jahrzehnte Kooperation zwischen dem Institut Suchtprävention
der pro mente OÖ und der Landespolizeidirektion OÖ

Impressum

Medieninhaber & Herausgeber:
Amt der Oö. Landesregierung
Direktion Präsidium
Abteilung Presse
Landhausplatz 1 • 4021 Linz

Tel.: (+43 732) 77 20-11412
Fax: (+43 732) 77 20-21 15 88
landeskorrespondenz@ooe.gv.at
www.land-oberoesterreich.gv.at

Aktueller Themenschwerpunkt: Suchtprävention im digitalen Zeitalter

Seit nunmehr zwei Jahrzehnten besteht zwischen dem Institut Suchtprävention der pro mente OÖ und der Landespolizeidirektion OÖ eine erfolgreiche und von Wertschätzung getragene Kooperation. Die suchtpreventiven Aktivitäten beider Institutionen erfolgen koordiniert und qualitätsgesichert und werden durch gemeinsame Maßnahmen gefördert. Aktuell steht die Kooperation im Zeichen der Auseinandersetzung mit Suchtprävention im digitalen Zeitalter.

Die offizielle Zusammenarbeit begann im Jahr 2002 mit einem Kooperationsprojekt zur schulischen Sucht- und Gewaltprävention. Heute, 20 Jahre später, zählen zu den gemeinsamen Maßnahmen im Bereich der Suchtprävention die im 2-Jahres-Rhythmus gemeinsam mit dem Land Oberösterreich organisierte „Prägend“-Fachtagung, gemeinsame Weiterbildungsangebote und eine Kooperation der schulischen Lebenskompetenzprogramme PLUS (Institut Suchtprävention) und Look@your.Life (Polizei), die in der Sekundarstufe 1 angeboten werden. Ein Hauptziel dieser Programme ist es, die Lebenskompetenzen der Jugendlichen zu fördern, Alternativen zu suchtriskanten Verhalten aufzuzeigen und eigenes Konsumverhalten kritisch zu hinterfragen. Dabei spielt auch die seriöse Information über Sucht, Suchtentstehung, Gewalt und gesetzliche Bestimmungen eine wichtige Rolle.

Synergieeffekte zu nutzen, Doppelgleisigkeiten zu vermeiden und die unterschiedlichen Angebote so aufeinander abzustimmen, dass die jeweiligen Stärken optimal eingebracht werden können. So lauten die zentralen Ziele, die in den vergangenen zwei Jahrzehnten im Fokus der Kooperation standen und stehen.

Dass diese Form der Zusammenarbeit erfolgreich ist, zeigte sich bislang nicht nur in zahlreichen positiven Rückmeldungen aus den Schulen, sondern auch in Form von positiven Evaluierungen, Auszeichnungen und einem internationalen Interesse für diese Kooperation, wie etwa der Aufnahme eines Gemeinschaftsprojekts als „Best Practice Model“ im Verzeichnis der Europäischen Drogenbeobachtungsstelle. Last but not least wurde durch die Kooperation in den vergangenen zwei Jahrzehnten auch weitere relevante Suchtpräventionsmaßnahmen in Oberösterreich ermöglicht, wie etwa die Plattform Gewaltprävention OÖ oder die fachübergreifende Zusammenarbeit im Rahmen der Initiative „Gewalt – Medien -Schule“.

”

„Das Institut Suchtprävention der pro mente OÖ und die Landespolizeidirektion OÖ hatten vor 20 Jahren den Mut, eine ungewöhnliche Kooperation einzugehen. Die Erfolge sprechen für sich. Ich bedanke mich bei beiden Partnern für die wertvolle Arbeit, die die Suchtprävention in Oberösterreich ganz wesentlich prägt und stärkt“, betont LH-Stellvertreterin und Gesundheitsreferentin Mag.^a Christine Haberlander und führt weiter aus: *„Medienkompetenz zu entwickeln ist insbesondere für Kinder und Jugendliche, aber auch für deren Eltern sowie Pädagoginnen und Pädagogen eine große Herausforderung – dabei geht es nicht nur um die Nutzungsdauer, sondern auch um Inhalte. Um diese Entwicklungsprozesse anzustoßen und zu fördern, braucht es auch digitale Medien. Das Institut Suchtprävention hat, beschleunigt durch die Pandemie, diese Chance genutzt und durch eine ‚Digitale Offensive‘ seit 2020 auch konsequent den sinnvollen Einsatz dieser Medien ausgelotet und umgesetzt. Wichtig ist nicht nur die Auseinandersetzung und Projektion auf unsere Kinder und Jugendlichen, sondern auch die Vorbildfunktion der Erwachsenen. Wir müssen im gesellschaftlichen Diskurs definieren, wo die gesundheitlichen Bedenken beginnen und welcher Umgang ‚normal‘ ist.“*

„Eine Kooperation zwischen einer Fachstelle für Suchtprävention und der Polizei ist wahrlich nicht selbstverständlich. Denn in den Anfängen der professionellen Suchtprävention waren die Aktivitäten zwischen Exekutive und Suchthilfesystem von sehr unterschiedlichen Sichtweisen geprägt und nicht aufeinander abgestimmt. Sie wurden daher auch in der Bevölkerung oft als widersprüchlich wahrgenommen“, erinnert sich Dr. Rainer Schmidbauer, Leiter des Instituts Suchtprävention der pro mente OÖ. Grund dafür war unter anderem der mangelnde Zugang zu Fachinformationen, aber auch die fehlende gemeinsame Auseinandersetzung zum Thema Sucht. *„Dies hat sich durch unsere langjährige Zusammenarbeit grundlegend geändert. Es freut mich sehr, dass wir einen entscheidenden Anteil in der Aus- und Weiterbildung von Suchtpräventionsbeamten in der Exekutive in ganz Österreich geleistet haben und eine erfolgreiche Kooperation fortführen, die auf gegenseitigem Respekt und Vertrauen basiert“,* so Schmidbauer.

„Suchtprävention ist dann erfolgreich, wenn alle unterschiedlichen Organisationen ihre Erfahrungen austauschen können und bestmöglich zusammenarbeiten. In Oberösterreich funktioniert das aus Sicht der Polizei sehr gut - mit dem Land und dem Institut Suchtprävention funktioniert die Zusammenarbeit perfekt“, so Generalmajor Mag. Dr. Alois Lißl, Landespolizeidirektor-Stellvertreter von Oberösterreich.

Aktueller Themenschwerpunkt: Suchtprävention im digitalen Zeitalter

Aktuell steht die Kooperation im Zeichen der Auseinandersetzung mit Suchtprävention im digitalen Zeitalter. Dieses Thema stand auch im Mittelpunkt der gemeinsam organisierten „Prägend-Tagung 2021“, die im vergangenen November erstmals als Online-Weiterbildung stattfand – u.a. mit einem Vortrag von Univ.-Prof. Dr. Karina Weichold (Universität Jena), die im deutschsprachigen Raum zu den führenden Expertinnen beim Thema Lebenskompetenzförderung zählt.

Wie wichtig das Thema Lebenskompetenzen ist, zeigt sich besonders deutlich in Krisenzeiten. Denn Lebenskompetenzen sind „Werkzeuge“, mit denen Kinder und Jugendliche für die Bewältigung aktueller und zukünftiger Problemlagen gewappnet sind. Die Fertigkeiten, die uns befähigen effektiv mit Herausforderungen umzugehen und die Aufgaben des täglichen Lebens gut zu meistern, sind auch im digitalen Zeitalter besonders gefragt. Heranwachsende brauchen diese „Life Skills“ in besonderem Maße, um eine Reihe wichtiger Entwicklungsaufgaben bewältigen zu können. Denn werden diese Aufgaben nur unzureichend oder durch ausweichendes oder missbräuchliches Verhalten bewältigt, wird die Gefahr einer Suchtentwicklung größer. Lebenskompetente Kinder und Jugendliche sind hingegen resilienter als andere, d.h. sie entwickeln sich im Angesicht problematischer Umstände positiver als zu erwarten wäre.

Herausforderung Digitalisierung

Das Thema Digitalisierung macht die komplexen Handlungsebenen und aktuellen Herausforderungen der Suchtprävention sichtbar. Dabei geht es um technische Aspekte (bessere Chancen durch digitale Präventionsangebote bestimmte Zielgruppen zu erreichen), um kulturelle Aspekte (Welche Botschaften werden damit vermittelt?) und letztlich vor allem um die Frage: Wie geht man mit suchtfördernden Technologien der digitalen Welt um?

Die Computerspielnutzung ist seit Beginn der Corona-Pandemie im Jahr 2020 deutlich (ca. 1/3 mehr) angestiegen. In Summe verbringen rund 5 % der über 15-Jährigen mehr als 20 Stunden pro Woche mit Computerspielen. (Quelle: Österreichische Repräsentativerhebung zu Konsum- und Verhaltensweisen mit Suchtpotenzial 2020, Gesundheit Österreich GmbH) und laut der 7. OÖ Jugend-Medien-Studie (Education Group, 2021) gab es einen deutlichen Anstieg beim

Streamen bzw. bei Internet-Videos und -Clips. In Summe kommen Jugendliche in Oberösterreich auf etwa drei Stunden „Fernsehzeit“ pro Tag. Zugelegt hat auch der Zeitaufwand für Computerspiele. In diesem Bereich ist die durchschnittliche Spielzeit der Jugendlichen auf 84 Minuten täglich angewachsen. 40 Prozent spielt nun mehr als eine Stunde täglich. Zu den bereits drei Stunden "Fernsehen" kommt somit eine weitere (gute) Stunde beim Computerspielen dazu – und steigert die Bildschirmzeit auf mehr als vier Stunden täglich. Gespielt wird auf allen möglichen Endgeräten – an der Spitze bleibt das Smartphone. Besorgniserregend sind die Ergebnisse einer aktuellen Untersuchung der Universität Mainz, laut der sich unter Studierenden die Prävalenz der Internetsucht im Zeitraum von 2019 (3,9 %) bis 2020 (7,8 %) verdoppelt hat. (Quelle: Johannes Gutenberg-Universität, Mainz)

Für Prim. Dr. Kurosch Yazdi, Vorstand der Klinik für Psychiatrie mit Schwerpunkt Suchtmedizin am Kepler Universitätsklinikum und Vorstandsvorsitzender von pro mente Oberösterreich, stellt vor diesem Hintergrund die Vermittlung und die Stärkung der allgemeinen Lebenskompetenzen eine wichtige Basis für die Prävention von problematischen Verhaltensweisen im Zusammenhang mit digitalen Medien dar. Um hier erfolgreich zu sein, sei es besonders wichtig, darauf zu achten, dass bei Kindern und Jugendlichen in einer zunehmend digitalisierten Welt das reale Leben im Vordergrund bleibt: „Durch den zunehmenden Konsum digitaler Medieninhalte verbringen viele Kinder und Jugendliche immer weniger Zeit offline, im „real life“. Dadurch besteht die Gefahr, dass sie ihre eigenen Lebenskompetenzen und sozialen Fähigkeiten nur mehr unzureichend wahrnehmen oder erweitern können. Umso wichtiger sind daher die Life-Skills-Programme, weil sie auch im Bereich des problematischen Medienkonsums einen positiven Einfluss haben auf Risikofaktoren wie Stress, Einsamkeit und Ausgrenzung oder der Angst etwas zu verpassen (FOMO – Fear Of Missing Out).“

Angebote zum Thema Suchtprävention im digitalen Zeitalter am Institut Suchtprävention

Das Institut Suchtprävention ist auf allen genannten Ebenen bereits jetzt aktiv. So werden etwa Angebote wie „ready4life“ (digitales Coaching-Programm für Lehrlinge) forciert und im Rahmen des Projekts „Prävention von problematischem Medienkonsum“ wird beginnend mit dem Kindergarten v. a. auf die Förderung der von der WHO definierten Lebenskompetenzen als Schutzfaktoren (auch) für die Entwicklung einer Online-Sucht gesetzt. Dies beginnt im Bereich der elementaren Bildungseinrichtungen durch Fortbildungsangebote für Pädagoginnen und Pädagogen. In der Volksschule werden diese schützenden Persönlichkeitseigenschaften durch das Programm „Zusammen.Wachsen“ gefördert. Das Programm „PLUS“ führt die

Lebenskompetenzförderung in der 5.-8. Schulstufe weiter. In der 6. Schulstufe finden sich bei „PLUS“ zwei spezifische Unterrichtseinheiten zu den Themen „Medien im Alltag“ und „Handy und Internet“. Dabei geht es z.B. um exzessives Computerspielen, aber auch um aktuelle Phänomene, die im Zusammenhang mit der Nutzung von sozialen Netzwerken auftreten, wie etwa Probleme mit WhatsApp-Klassengruppen, Sexting, Cybermobbing, Cybergrooming usw. Hierzu finden alle interessierten Lehrkräfte in der Übungssammlung „Neue Medien“ Vorschläge für den Unterricht. Aus suchtpräventiver Sicht ist es beim Thema Digitale Medien besonders wichtig, die Eltern einzubeziehen. Dies erfolgt über die Vorträge „Wieviel Bildschirm braucht mein Kind?“, „Schalt doch einmal ab!“ und „Nur noch dieses eine Level!“, die sich an Eltern von Kindergarten-, Volksschul- und Mittelschulkindern richten. Ab der 9. Schulstufe unterstützt das Life-Skills-Programm „Wetterfest“ Lehrpersonen mit Übungen und deren Umsetzung in der Klasse zur Förderung von Lebenskompetenzen. Ein umfassender praktischer Teil mit zahlreichen Übungen sowie ein ausgewogenes Skriptum bieten die professionelle Voraussetzung, damit Lehrkräfte die Inhalte gut und zufriedenstellend umsetzen können.

Angebote der Polizei OÖ im Rahmen der Kriminalprävention

Das Programm „Look at your life“ ist Teil der „Under 18“-Reihe zur Kriminalprävention mit Jugendlichen. Das Angebot blickt ambitioniert und sensibel in die Lebenswelten von Jugendlichen ab der 7. Schulstufe und unterstützt sie auf dem Weg zum Erwachsenwerden bei den verschiedenen Herausforderungen, die das Miteinander sowie die Konsum- und Medienwelt an sie stellen. Mit den SchülerInnen werden in 4 Modulen (15 UE) die Themen Sucht, Gewalt, Freizeitgestaltung, Jugendschutz und gesetzliche Bestimmungen behandelt. In diesem Schulprojekt werden auch PädagogInnen (2 UE) und Erziehungsberechtigte (2 UE) eingeladen, die Themenbereiche in der Schule oder zu Hause gemeinsam mit den Jugendlichen aktiv zu diskutieren und aufzuarbeiten.

Weitere Angebote der Polizei OÖ zur Kriminalprävention mit Kindern und Jugendlichen

All Right – Alles, was Recht ist: Ein Programm zur Vorbeugung von Jugend- und Gewaltkriminalität in der Schule. Ab der 7. Schulstufe wird mit den SchülerInnen in Modulen (ab 8 UE) die Förderung von Gewaltprävention, Rechtsbewusstsein und Zivilcourage sowie das Klassenklima erarbeitet.

Click & Check und Cyber Kids: Ein Programm zur Verhinderung von Jugendgewalt im Zusammenhang mit digitalen Medien. Ab der 5. Schulstufe werden die SchülerInnen in 4 Modulen

(ab 8 UE) zu einem sinnvollen und verantwortungsbewussten Umgang mit digitalen Medien (Internet, Smartphone, Chatrooms und Computerspiele) sensibilisiert und dabei Konfliktbewältigung, Rechtsbewusstsein und Zivilcourage gefördert.

LEBENSKOMPETENZEN (LIFE SKILLS)

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat 1994 zehn Fähigkeiten und Fertigkeiten definiert, die Kinder und Jugendliche befähigen, „effektiv mit altersadäquaten Herausforderungen und Aufgaben des täglichen Lebens umgehen zu können“. Diese Lebenskompetenzen stellen wichtige Schutzfaktoren für ein suchtfreies Leben dar:

Die SELBSTWAHRNEHMUNG bezieht sich auf das Erkennen unserer eigenen Person, unseres Charakters, unserer Stärken und Schwächen, Wünsche und Abneigungen. Die Entwicklung der Selbstwahrnehmung kann uns helfen, zu erkennen, wann wir gestresst sind oder unter Druck stehen. Oft ist sie auch für effektive Kommunikation und interpersonale Beziehungen sowie für die Entwicklung von Empathie Voraussetzung.

EMPATHIE ist die Fähigkeit, sich in eine andere Person, auch in einer uns fremden Situation, hineinzusetzen. Empathie kann uns helfen, andere, die sich möglicherweise sehr von uns unterscheiden, zu verstehen und zu akzeptieren. Dies kann die soziale Interaktion zum Beispiel auch in Situationen ethnischer oder kultureller Verschiedenheit fördern. Empathie kann ebenfalls helfen, fürsorgliches Verhalten gegenüber Menschen zu entwickeln, die hilfs- oder pflegebedürftig sind.

KREATIVES DENKEN erleichtert sowohl die Fertigkeit, Entscheidungen zu treffen als auch das Problemlösen, da wir unser Handeln und Nicht-handeln auf die vorhandenen Alternativen und die verschiedenen Konsequenzen hin überdenken können. Es hilft uns, über unseren direkten Erfahrungshorizont hinauszuschauen. Auch wenn wir nicht vor einem Problem stehen oder eine Entscheidung treffen müssen, kann uns kreatives Denken helfen, Alltagssituationen angemessen und flexibel zu meistern.

KRITISCHES DENKEN umfasst die Fertigkeiten, die man braucht, um Informationen und Erfahrungen objektiv zu analysieren. Kritisches Denken kann gesundheitsfördernd sein, da es uns hilft, die Einflussfaktoren auf unsere Einstellung und unser Verhalten (beispielsweise Wertvorstellungen, Gruppendruck, Medien) zu erkennen und einzuschätzen.

Die Fertigkeit, ENTSCHEIDUNGEN ZU TREFFEN, hilft uns dabei, konstruktiv mit Entscheidungen umzugehen, die unseren Alltag betreffen. Dies kann sich insofern auf die Gesundheit auswirken, als dass junge Menschen bewusst über ihre gesundheitsbezogenen Handlungen entscheiden, indem sie die unterschiedlichen Optionen bedenken und die Folgen verschiedener Entscheidungen mit in ihre Entscheidung einbeziehen.

Die PROBLEMLÖSEFERTIGKEIT befähigt uns, Probleme in unserem Alltag konstruktiv anzugehen. Bedeutsame Probleme, die nicht gelöst werden, können psychischen Stress verursachen und körperliche Belastungen hervorrufen. (Mittels einer Problemlösestrategie aus vorgegebenen Schritten können Probleme systematisch angegangen werden.)

EFFEKTIVE KOMMUNIKATIONSFERTIGKEIT heißt: Wir sind fähig, uns angepasst an die Kultur und Situation sowohl verbal als auch nonverbal auszudrücken; das heißt, wir sind in der Lage, Meinungen und Wünsche, aber auch Bedürfnisse und Ängste zu äußern. Effektive Kommunikation beschreibt auch die Fertigkeit, in einer Notsituation um Rat und Hilfe zu bitten.

Unter INTERPERSONALEN BEZIEHUNGSFERTIGKEITEN wird verstanden, dass man fähig ist, Freundschaften zu schließen und aufrechtzuerhalten. Dies kann sehr wichtig für unser psychisches und soziales Wohlbefinden sein. Gute Beziehungen zu Familienmitgliedern zu haben, die eine wichtige Quelle des sozialen Rückhalts sind, kann ebenfalls dazu gehören. Auch gehört die Fertigkeit dazu, Beziehungen konstruktiv zu beenden.

GEFÜHLSBEWÄLTIGUNG umfasst das Bewusstwerden unserer eigenen Gefühle und denen anderer, das Erkennen, wie Gefühle Verhalten beeinflussen sowie die Fertigkeiten, angemessen mit Gefühlen umzugehen. Intensive Gefühle wie Wut oder Trauer können sich negativ auf unsere Gesundheit auswirken, wenn man nicht entsprechend auf sie reagiert.

STRESSBEWÄLTIGUNG beinhaltet das Erkennen der Ursachen von Stress im Alltag und wie sich dieser auf uns auswirkt sowie das Beherrschen von Strategien, die helfen, das Stressniveau zu kontrollieren. Dies kann bedeuten, dass wir zum Beispiel die Einstellung zu unserem Körper oder unserem Lebensstil verändern, um die Ursachen des Stresses zu reduzieren.

WHO-Definition von Lebenskompetenzen, deutsche Fassung aus: BZGA, Gesundheitsförderung durch Lebenskompetenzprogramme in Deutschland, Köln, 2005

“Lebenskompetenzen sind diejenigen Fähigkeiten, die einen angemessenen Umgang sowohl mit unseren Mitmenschen als auch mit Problemen und Stresssituationen im alltäglichen Leben ermöglichen. Solche Fähigkeiten sind bedeutsam für die Stärkung der psychosozialen Kompetenz.”

WHO, 1994