



IPSY

Information + Psychoziale Kompetenz = Schutz

Was ist IPSY?

IPSY ist ein schulbasiertes suchtpreventives Lebenskompetenzprogramm gegen den Missbrauch von Substanzen wie Alkohol und Zigaretten. Das Programm ist primärpräventiv und setzt ein, bevor es zum Erstkonsum von Alkohol und Zigaretten kommt bzw. bevor sich Konsummuster verfestigen können.

IPSY basiert auf dem Lebenskompetenzansatz der Weltgesundheitsorganisation (WHO), d.h. durch das Training allgemeiner und substanzspezifischer Lebenskompetenzen in Verbindung mit der Vermittlung von Wissen, Werten und Einstellungen sowie der Bekräftigung positiven Verhaltens sollen die Schüler Fähigkeiten und Fertigkeiten erlernen, die es ihnen ermöglichen, mit den Anforderungen der Jugendphase angemessen umzugehen und dem Konsum von Alkohol und Zigaretten zu widerstehen.

Wie findet IPSY statt?

IPSY besteht aus einem Basisprogramm für Schüler der 5. Klasse und je einem Aufbautraining für die Klassen 6 und 7. Das Programm wird jeweils von in der Anwendung trainierten Lehrern und/oder Sozialarbeitern in der Klasse vermittelt.

In den 15 Einheiten des Basisprogramms werden allgemeine Fähigkeiten und Fertigkeiten wie Problemlösen, Stressbewältigung und Selbstwahrnehmung trainiert, problemspezifische Fähigkeiten wie dem Gruppendruck zum Substanzgebrauch widerstehen vermittelt sowie problemspezifische Informationen zum Rauchen und zum Alkoholkonsum wie z.B. Verbreitungszahlen und direkte negative Folgen gegeben. Möglicherweise wird Ihr Kind das ein oder andere Mal auf Sie zukommen, wenn es Hausaufgaben bekommen hat, die die Familie oder die Eltern betreffen.

Die Aufbautrainings in den Klassen 6 und 7 bestehen aus jeweils 7 Einheiten. Der Schwerpunkt liegt hier auf der Vermittlung substanzspezifischer Kompetenzen und dem aktiven Training von Widerstandsfähigkeiten (z. B. Nein-Sagen bei einem Konsumangebot).

Lebenskompetenzen-Unterricht macht Spaß und soll zum selbstständigen Denken anregen, deshalb wird auf „Frontalunterricht“ verzichtet, indem die Themen nach einer kleinen Aufwärmübung jeweils über Gruppendiskussionen, Arbeitsblätter und Rollenspiele erarbeitet werden. Am Ende jeder Unterrichtseinheit steht immer eine Entspannungs- oder Bewegungsübung.

Wie effektiv ist IPSY?

Die Evaluation des IPSY-Programms erfolgt seit Herbst 2003 unter der Leitung von PD Dr. Karina Weichold an der Friedrich-Schiller-Universität Jena.

An der groß angelegten Studie waren insgesamt 44 Thüringer Gymnasien und Regelschulen beteiligt (zu Beginn ca. 1600 Schüler). An etwa der Hälfte der Schulen wurde IPSY durchgeführt, während in der anderen Hälfte die Entwicklung Jugendlicher ohne Teilnahme am IPSY Programm beobachtet werden konnte. Die Schüler beider Gruppen füllten vor der Programmdurchführung sowie nach deren Beendigung (ca. 7 Monate später) einen Fragebogen zu verschiedenen Aspekten des Alkohol- und Zigarettenkonsums, zu Lebenskompetenzen, Familie, Freunde, Freizeit, Schule und Verhaltensproblemen aus. In den Folgejahren bis zur 9. Klasse sowie im Alter von 21 Jahren wurden die (ehemaligen) Schüler wiederholt befragt. Zusätzlich wurden die Durchführbarkeit und Akzeptanz des Programms von Lehrern und Schülern erfragt.

Insgesamt zeigte sich, dass Jugendliche, die an IPSY teilnahmen, im Vergleich zu anderen:

- nach der Programmteilnahme über bessere Kompetenzen (z.B. Selbstsicherheit, Widerstandsfähigkeit gegenüber Gruppendruck) verfügen;
- einen geringeren alterstypischen Anstieg in der Konsumhäufigkeit von Alkohol und Tabak zeigen - also weniger Alkohol trinken und Zigaretten rauchen;
- eine größere Distanz zum Konsum legaler und illegaler psychoaktiver Substanzen besitzen; und
- eine stärkere Bindung an die Schule haben.

Darüber hinaus konnte gezeigt werden, dass sich das Klassenklima durch IPSY verbessert und Schüler wie Lehrer das Programm gut annehmen und gern durchführen.

Kontakt

PD Dr. Karina Weichold
Professur für Psychologie (Ergänzungsfach)
Friedrich-Schiller-Universität Jena
Am Steiger 3/1
07743 Jena
Tel.: 03641 945221
Fax: 03641 945202
E-Mail: Karina.Weichold@uni-jena.de
Website: <http://www.ipsy.uni-jena.de>