

Dr. Wolfgang Settertobulte

Vortrag: 15.03.2016

Substanzkonsum zwischen Belastung und Bewältigung: Ressourcen zur positiven Bewältigung und die Rolle von Substanzkonsum im Kontext von hohen Anforderungen und Stress

Abstract:

Die Einflüsse, denen junge Menschen während ihrer prägenden Jugendphase ausgesetzt sind, beeinflussen ihre Lebensperspektiven und Handlungsoptionen. Veränderte Lebensbedingungen bedeuten daher immer auch veränderte Risiken und Herausforderungen. Der Vortrag beleuchtet die veränderten Lebensbedingungen der heutigen Generation von Jugendlichen, welche Chancen und Probleme damit verbunden sein können und wie sich dies auf die Vorhersage eines Substanzmissbrauchs auswirkt. Die Perspektive des Vortrags sind dabei die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und die Sozialisationstheorie. Alkohol, Cannabis, Tabak und Co erfüllen für Jugendliche wichtige Entwicklungsfunktionen, nämlich einen symbolischen, demonstrativer Vorgriff auf das Erwachsensein, das Erreichen von Anerkennung in einer angestrebten Bezugsgruppe sowie das Eingehen abenteuerlicher Wagnisse Grenzerfahrung. Eine ganz bedeutende Funktion psychoaktiver Substanzen besteht aber darin, Mittel der Selbstregulation bzw. Selbstmedikation zu sein und zur Stress- und Gefühlsbewältigung und / oder als Mittel zur Problemkompensation zu dienen. In diesem Zusammenhang sind auch positive Funktionen des Substanzkonsums zu finden, im Sinne einer gelingenden Anpassung. Demgegenüber ist es aber wahrscheinlich, dass gerade solche Jugendliche vermehrt Drogen konsumieren, die mit problematischen Lebenssituationen und psychischen Zuständen fertig werden müssen. Die Quellen der Belastung sind vielfältig und lassen sich in der Familie, im realen und virtuellen Freundeskreis verorten, vor allem aber im gestiegenen Bildungsanspruch und in den veränderten Lebensperspektiven der jungen Generation. Dabei ist nicht etwa der jugendliche Substanzkonsum an sich problematisch, sondern die Kombination mit unbewältigten psychischen und sozialen Problemstellungen.

Substanzkonsum zwischen Belastung und Bewältigung: Ressourcen zur positiven Bewältigung und die Rolle von Substanzkonsum im Kontext von hohen Anforderungen und Stress

Die aktuellen Ergebnisse der Jugendsurveys zeigen es an: Das Ausprobieren von Alkohol, Nikotin, Cannabis und Co gilt nach wie vor als normale Entwicklungserfahrung im Jugendalter. Dennoch werden diese Substanzen von immer weniger jungen

Menschen immer seltener konsumiert. Gleichzeitig steigt aber auch die Zahl der Suchtbehandlungen und der behandlungsbedürftigen psychiatrischen Erkrankungen im Jugendalter an. Wie kommt das?

Im Sprachgebrauch der Prävention handelt es sich bei dem experimentellen Umgang mit diesen Substanzen um ein **Risikoverhalten**. Dieser Begriff drückt aus, dass hier das statistische Risiko für die Entwicklung eines Suchtproblems graduell erhöht, jedoch keinesfalls eine Determinierung vorliegt. So ist denn auch nur für einen relativ geringen Teil der Jugendlichen der Alkohol- und Cannabiskonsum als tatsächlich problematisch zu betrachten. Anders ist die Kategorisierung als „**Problemverhalten**“ anzusehen, welche einen Missbrauch von Substanzen zur Problembewältigung beschreibt.

Die neue Sicht auf die Suchtprävention nimmt diese Erkenntnisse auf und fragt heute danach, in wie weit der jugendliche Substanzkonsum als harmlose Entwicklungserfahrung begleitet werden kann, vielleicht sogar eine Ressource zur positiven Bewältigung darstellt, oder aber als inadäquates Mittel zur Belastungsbewältigung eingesetzt wird, im Zusammenhang mit hohen Anforderungen, Stress und problematischen Entwicklungsverläufen.

Das beste Beispiel ist der Umgang mit Alkohol. Alkoholkonsum ist ein Teil unserer Alltagskultur. Alkohol erfüllt in der erwachsenen Bevölkerung, sowohl im sozialen Miteinander als auch in der individuellen Alltagsbewältigung, zahlreiche Funktionen. Das gesellige Trinken erleichtert den sozialen Kontakt, baut Hemmungen bei der Kontaktaufnahme zum anderen Geschlecht ab, steigert euphorisierend das Gruppenerlebnis, wirkt belohnend, mildert Stresssymptome, wirkt unspezifisch dämpfend bei emotionalen Erregungszuständen und einiges mehr. Dabei ist das Trinkverhalten zu entsprechenden Anlässen stark ritualisiert – beim Konsum von Wein sogar kulturell überbaut – und durch traditionell geprägte Konventionen reglementiert.

Das Erlernen des Umgangs mit dem Alkohol gehört also zwangsläufig zu den Entwicklungsaufgaben, die Jugendliche beim Übergang vom Kindes- zum Erwachsenenalter zu bewältigen haben. Dabei ist es **das Erlernen eines mäßigen verantwortungsbewussten Konsumverhaltens welches als optimales Entwicklungsziel voran steht**. Schließlich ist der Umgang mit Risiken ein Teil der Lebenskompetenz. Gleichmaßen ist der Umgang mit Alkohol eine grundlegende Fertigkeit zur Teilhabe an der Kultur.

Das Erleben von Rausch als Grenzüberschreitung des Normalzustandes gehört nahezu obligatorisch dazu. Dies kann zu spontanen experimentellen Alkoholexzessen führen, die bei objektiver Betrachtung ein „Risikoverhalten“ darstellen, für die Jugendlichen selbst jedoch zunächst völlig normale Suchbewegungen bei der Aneignung von Lebenskompetenzen darstellen. Andererseits sind emotionale Unausgeglichenheit, ein Mangel an stabiler Identität sowie ein häufig fehlender innerer und äußerer

Halt typische Erscheinungen beim allmählichen Erwachsenwerden und bilden in diesem Aneignungsprozess eine riskante Konstellation, in die ein exzessiver Alkoholkonsum recht gut passt

Die Funktion der Selbstregulation ist eine verbreitete – kulturell geprägte – Wirkungserwartung bezogen auf verschiedene Rauschmittel. Die Perspektive der Betroffenen (Jugendlichen) ist: **Die Selbststimulation durch Substanzen oder durch nichtstoffliche stimulierende Tätigkeiten (Computerspiel, Glückspiel etc.) erfüllen individuell die Funktion, die eigene Gesundheitsbalance zu befördern.** Sie sind also für das Individuum intuitiv folgerichtig und logisch.

Stimulierende und/oder beruhigende Mittel werden genutzt, um die psychischen Bewältigungskapazitäten zu stärken und einen Schutz gegen die Risikofaktoren von Innen und von Aussen aufzubauen. Psychoaktive Substanzen, dienen dem Konsumenten als „Selbstmedikation“ zur Stimulation, Beruhigung oder Dämpfung, zum Erleben einer interessanten Erfahrung oder eines starken Sinneserlebnisses oder um eine subjektiv unerträgliche Situation nicht mehr in ihrer ganzen Tragweite wahrnehmen zu müssen.

Entgegen der individuellen Absicht des Konsumenten, sich mit psychoaktiven Substanzen oder berausenden Handlungen eine Verbesserung der Befindlichkeit und der Fähigkeit zur Lebensbewältigung zu sichern, kann das Gegenteil erreicht werden. **Die subjektive Logik der „eigennützigen“ Selbstmedikation birgt die Wahrscheinlichkeit (das Risiko) in den Widerspruch zur objektiven Logik zu geraten.**

Das Abhängigkeitspotenzial aller psychoaktiven Substanzen und der berausenden Handlungen wird in der Regel unterschätzt (Fehlanpassung). Kommt es zu einer immer wieder kehrenden intensiven und gewohnheitsmäßigen Nutzung dann ist das in der Regel ein Zeichen dafür, dass die Fähigkeiten und Kompetenzen der Lebensgestaltung zurückgedrängt und nicht – wie es sich der Konsument ursprünglich gewünscht hat – gestärkt werden. (paradoxe Effekt).

Wird die Droge zu einem dauerhaften Begleiter (Helfer) bei der Auseinandersetzung mit alltäglichen und übergreifenden Entwicklungsaufgaben im Lebensverlauf, dann kann sie die natürlichen und spontanen Fähigkeiten der Lebenskompetenzen schwächen und zurückdrängen. Der Konsument kann nun seine alltäglichen Herausforderungen nicht mehr ohne die psychoaktive Substanz bewältigen. Der Gebrauch ist damit in einen Missbrauch umgeschlagen, der Übergang zum Kontrollverlust und zur Abhängigkeit ist fließend. **Substanzkonsum ist also immer ambivalent zwischen Risiko und Schutz.**

In welcher Situation begegnen Jugendliche diesem Phänomen?

Veränderte Lebensbedingungen der Jugendlichen

Es wird seit Jahrzehnten eine **Akzeleration der körperlichen Entwicklung** beobachtet. Dies bedeutet, dass sich der Vorgang der körperlichen Reifung in der Pubertät deutlich vorverlagert hat. In den vergangenen 100 Jahren ist das mittlere Alter der Pubertät um ca. 2 Jahre gesunken.

In einer repräsentativen Studie des deutschen Robert-Koch Instituts aus dem Jahr 2006 zeigte sich, dass bei den Mädchen der Beginn der körperlichen Veränderungen etwa im 11. Lebensjahr liegt und **mit 12,8 Jahren bereits die Hälfte die Menarche erreicht** hatte und das Durchschnittsalter für das Erreichen der letzten Pubertätsstufe bei 13,4 Jahren liegt.

Bei den Jungen ist die Bestimmung des Entwicklungsverlaufs deutlich komplexer. Sie liegen in ihrer körperlichen Entwicklung im Durchschnitt etwa ein Jahr zurück und die Dauer der Entwicklung ist insgesamt etwas länger. Das Durchschnittsalter für das Erreichen der letzten Pubertätsstufe ist bei Jungen 14,1 Jahre. Die vollständige „Mutation“, einschließlich des Abschluss des Stimmbruchs, ist jedoch von der Hälfte der Jungen erst im Alter von 15,1 Jahren vollzogen.

Das Jugendalter beginnt aus der Sicht der Betroffenen damit bereits im 13. bis 14. Lebensjahr. Dies bedeutet, dass Heranwachsende von dem Moment an, in dem sie erste körperliche Veränderungen im Zuge der Pubertät an sich wahrnehmen bis zur Erlangung eines auch durch andere akzeptierten erwachsenen Selbstbildes, mit all jenen Merkmalen, Symbolen und Verhaltensweisen experimentieren, welche sie als vermeintlich erwachsen erfahren haben. **Der Habitus Jugendlicher ist daher auch ein Spiegelbild der Elterngeneration, weil diese während der gesamten Kindheit das Bild vom Erwachsenen entscheidend geprägt hat.**

Als weiterem Aspekt ist das **Ende der Jugendphase** deutlich individuell unterschiedlich und wird maßgeblich von den jeweiligen Lebensumständen beeinflusst. Der Übergang vom Jugend- zum Erwachsenenalter ist in der Regel nicht etwa nach dem 18. Geburtstag und damit bei Erreichen der gesetzlichen Volljährigkeit erreicht, sondern ergibt sich nahezu unabhängig davon aus **fünf sozialen Merkmalen des Übergangs**, nämlich

- dem Abschluss der Schule bzw. Ausbildung,
- dem Auszug aus dem Elternhaus,
- dem Beginn der Berufstätigkeit sowie
- einer Heirat und/oder
- der Geburt des ersten Kindes.

Dies ist heute im Durchschnitt später der Fall, als noch vor etwa einigen Jahren. **So liegt das Durchschnittsalter beim Auszug aus dem Elternhaus aktuell bei Frauen bei 23,9 Jahren und bei Männern bei 25,1 Jahren.** Bis zum Erreichen der praktischen Selbständigkeit vom Elternhaus dauert in den meisten Fällen die Jugendphase mit all ihren Möglichkeiten an.

Dies bedeutet, dass die Vorhersagen, welche die sozialwissenschaftliche Jugendforschung für diese Entwicklungsphase trifft, sich auf eine recht große Altersspanne beziehen, mit sehr heterogenen relevanten Untergruppen. Dies betrifft auch die Affinität zum extensiven Substanzgebrauch im Rahmen einer typischen Suche nach Grenzerfahrungen.

Die „verschwindende“ Familie

Das Familienleben hat sich während der vergangenen Jahrzehnten drastisch verändert. Dazu zählen vor allem

- die vielfache Berufstätigkeit beider Elternteile,
- gestiegene Trennungs- und Scheidungsraten,
- Familien mit wechselnden Lebensabschnittspartnern
- und Alleinerziehende.

Im Jahr 2013 machten in Deutschland alleinerziehende Mütter und Väter 20 % der Familien mit Kindern unter 18 Jahren aus, während ein Zehntel (10 %) aller Familien Lebensgemeinschaften mit minderjährigen Kindern waren.

Im Jahr 1996 hatten diese Anteile noch 81 % (Ehepaare) bzw. 14 % (Alleinerziehende) und 5 % (Lebensgemeinschaften) betragen.

Etwa jeder dritte Jugendliche lebt heute in einer nicht dem traditionellen Standard entsprechenden Familienform. Insgesamt ist dadurch, selbst für die übrigen zwei Drittel, **die unumstößliche Sicherheit der Familie beeinträchtigt**, da die Trennung der Eltern und das Auseinanderbrechen der Familie eine relevante Wahrscheinlichkeit erhält.

In vielen Fällen ergibt sich hieraus ein Konfliktpotential von beträchtlichen Ausmaßen. Mehr denn je gehören Stress und Streitigkeiten mit der Familie für viele Jugendliche zu den tragenden Erfahrungen während der Pubertät, denn die Bedeutung und die mögliche Tragweite dieser Konflikte sind wesentlich größer geworden.

Dies ist nicht neu, jedoch nimmt heute, mit der abnehmenden realen Bindungskraft der Familie, **die ideelle Bedeutung der Familie** zu. Mehr als 80 % der Unter-30-Jährigen sieht die Familie heute als wichtigsten Faktor in ihrem Leben an. **Es scheint als würde die Familie umso stärker idealisiert, je weniger die eigenen Eltern als verlässliche Institutionen erfahren wurden.** In der individuellen Realität sind es dann aber doch die Peers, welche die entscheidende Bezugsgruppe darstellt.

Ein zusätzlicher allgemeiner Trend erschwert es den jungen Menschen, eine Orientierung für die Bewältigung der Phase des Jugendalters zu finden. Die **Alltagskultur der Eltern** ist heute so sehr von einem allgemeinen Drang zur Jugendlichkeit geprägt, dass Kindheit und Jugend als eigenständige Entwicklungsphasen zunehmend verschwimmen in einer „**jugendlichen Erwachsenenwelt**“.

Durch weitreichende Unsicherheit der Mütter und Väter und getragen von dem Wunsch, nicht Vorbild und Führung des Kindes sondern Partner und Freund zu sein, vermeiden viele Eltern heute weitgehend einen Erziehungseinfluss zugunsten eines Mitfühlens und Begleitens. Die angstvoll besorgten sogenannten „**Helikoptereltern**“ schweben kontrollierend über dem Alltag ihrer Kinder, ohne jedoch leitend, begrenzend oder auch vertrauend und bestärkend zu wirken.

Attribute der Jugendphase in Form von Subkultur, Mode, Musik, Medien etc., die eigentlich als Abgrenzungsmerkmale von der Elterngeneration dienen sollten, werden oft von den Eltern adaptiert und so den Heranwachsenden als eigene Identitätssymbole weggenommen. Das Experimentieren mit Identitäten und Symbolen des Erwachsenseins gehört jedoch zu den wichtigen Entwicklungsaufgaben des Jugendalters, da sich dabei durch unterschiedliche soziale Rückmeldungen eine eigene abgegrenzte Persönlichkeit erst herausbilden kann.

Die mögliche Folge ist **das Verschwinden der subjektiv erlebten Jugendphase** durch den nahezu nahtlosen Übergang vom Kind zum Erwachsenen. Junge Menschen mit dieser Entwicklungserfahrung zeichnen sich oft durch eine recht unrealistische Selbsteinschätzung und ein weitgehendes Fehlen an Orientierung aus.

Die virtuellen Freunde

Sozialisation erfolgt heute wahrscheinlich weit weniger als früher in der Familie, sondern eher im Umfeld der Freunde. **Gegen die Orientierungsarmut der Heranwachsenden helfen die Kontakte zu Gleichaltrigen, sie erhalten heute bereits sehr früh einen entscheidenden Einfluss.** Dies liegt vor allem daran, dass sich die Kontakte nicht mehr zwangsläufig aus der physischen Anwesenheit ergeben, sondern sich zunehmend in der virtuellen Welt der sozialen Medien abspielen.

Die Internet-Community hat andere Formen von Freizeitgestaltung weitgehend abgelöst und führen zu neuen Formen sozialer und psychischer Herausforderungen und Probleme. **Jeder Jugendliche** (100%) zwischen 12 und 19 Jahren besitzt heute ein Mobiltelefon, in der Regel (90 %) ein Smartphone. 98 % der Jugendlichen besitzen, oder haben ständigen Zugriff auf einen PC mit Internetzugang. Dies zeigt die aktuelle JIM-Studie des Medienpädagogischen Forschungsverbundes Südwest 2014.

Diese weite Verbreitung von „Social Media“ in der jungen Generation zeigt die gewaltige Bedeutung für die Sozialisation. Aufgrund des einfachen Zugangs und des daraus folgenden erhöhten Interaktionsgrades eröffnen sich verschiedene Möglichkeiten

zur Selbstentfaltung und Selbstdarstellung einschließlich der entsprechenden Rückmeldungen. Whatsapp, Facebook, Twitter und Co sind heute eine bedeutsame Sozialisationsinstanz geworden, welche die Einstellungen und Motive der Jugendlichen stark prägen.

Auch in den virtuellen Freundesgruppen entsteht ein **verhaltenssteuernder Gruppendruck**. Ein quasi konstituierendes Element des Gruppenzusammenhalts bildet also die bisher ausgeformte Identität der Jugendlichen und damit gleichzeitig auch die Zugehörigkeit zu einer jugendlichen Subkultur. Jugendliche Subkulturen charakterisieren sich dabei weniger durch bestimmte gemeinsame Moden oder Musikstile, sondern eher durch die genannten gemeinsamen Identitätsmerkmale. Das Konsumverhalten ist dabei ebenso relevant wie das Verhältnis zur Leistung und zur beruflichen Zukunft.

Wenn die relevanten Freunde nicht real anwesend sind, erhalten Informationen über vermeintliche soziale Normen, eine noch größere Bedeutung, weil diese Informationen nicht unmittelbar überprüfbar sind. Der „Social Norms Approach“ sagt vorher, dass das individuelle Verhalten in den meisten Fällen motiviert wird durch Vermutungen bzw. Annahmen darüber, was ein „normales“ Verhalten in der entsprechenden Gruppe ist. Jugendliche überschätzen oft die Verbreitung von Alkohol- bzw. Rauscherfahrungen unter den Gleichaltrigen und schließen daraus für sich selbst auf ein Erfahrungsdefizit.

Bildung ist der Stoff aus dem die Träume sind

Für die aktuelle wirtschaftliche Entwicklung **nimmt die Bedeutung der Faktoren Wissen und Kapital zu, während die des Faktors Arbeit tendenziell abnimmt.** Hieraus resultieren massive Probleme für gering oder gar nicht qualifizierte Menschen sowie für die Nachkommen aus sozial benachteiligten Lagen. Diese stehen klar als Verlierer auf dem Arbeitsmarkt da, müssen sich mit dem Schicksal des Geringverdieners abfinden oder übernehmen gleich die Perspektive des dauerhaften Bezugs von Sozialhilfen. Es ist zu befürchten, dass ein Teil der jungen Generation volkswirtschaftlich regelrecht überflüssig wird.

Bildung ist daher heute wichtiger denn je, denn der Bildungsabschluss wirkt sich, zusammen mit der sozialen Lage bzw. dem Milieu sehr stark auf die Zukunftsperspektiven der Jugendlichen aus. Entsprechend hat sich die Aufenthaltsdauer in der Schule ständig verlängert, das durchschnittliche Niveau der Bildungsabschlüsse ist deutlich angestiegen.

Eigene und auch elterliche Erwartungen an beruflichen Erfolg und Karriere werden bereits recht früh, nämlich im Grundschulalter in die Erwartungen an die schulischen Leistungen einbezogen. Die hohen Erwartungen an die persönliche Karriere, verbunden mit hohem Einkommen und unbegrenzter Teilhabe an der Konsumgesell-

schaft verstärken die Furcht vor den negativen Konsequenzen eines Schulversagens.

Diese Erwartungen stehen jedoch zunehmend in Widerspruch zu der tatsächlichen Erreichbarkeit von beruflichen Zielen und Interessen von Jugendlichen.

Diese Diskrepanz trägt heute wahrscheinlich in erheblichem Maße zur Verunsicherung von jungen Menschen bei. Entsprechend zählen nicht etwa tatsächliche schulische Schwierigkeiten sondern bereits die Befürchtung von schulischem Versagen zu häufigen zentralen Lebenserfahrungen heutiger Jugendlicher.

Es ist zu erwarten, dass sich an der Frage der Bildung die Gesellschaft in Zukunft teilen wird. Ein Viertel aller Jugendlichen hat heute entweder keinen Schulabschluss oder maximal einen Hauptschulabschluss. Junge Männer sind deutlich häufiger darunter als Frauen.

Zunehmend häufig geschieht es, dass für Jugendliche die Realisierung von Zielen nicht möglich wird. Dies kann viele Gründe haben: So können unrealistische Erwartungen, fehlende Kompetenzen, die Wahrnehmung von Fremdbestimmung, soziale Ausgrenzung mit der Folge von Außenseitertum, akute oder chronische Schulschwierigkeiten, ein abweichendes Entwicklungstempo oder das Scheitern bei der Ausbildungsplatzsuche ein Auslöser für das Versagen im Bildungsprozess oder soziale Randständigkeit sein. Dies ist oft verbunden mit depressiven Verstimmungen oder aggressiven Tendenzen, Selbstwertproblemen oder Identitätskrisen

Vor allem der Alkohol erleichtert die Bewältigung durch ein Ausweichen vor einer aktiven Problemlösung, durch das Verschaffen scheinbarer Erleichterung im betrunkenen Zustand. Gleichzeitig legt die soziale Komponente des Trinkens auch die Schaffung von Ersatzzielen nahe, etwa die Geselligkeit in der trinkenden Gruppe, die Bereitstellung von Statussymbolen zur Kommunikation der Identität durch einen demonstrativen Konsum, oder der Demonstration einer besonderen Trinkfestigkeit. Wird Alkohol aber zur Kompensation von Problemen eingesetzt, ist dies nicht mehr Risikoverhalten sondern ein Problemverhalten.

**Der Eintritt in die Lebensphase Jugend ist für Gebrauchs- und Missbrauchsdy-
namiken bei psychoaktiven Substanzen und berauschender Handlungen ein
besonders riskanter Lebensabschnitt, weil es zu einer Zuspitzung entschei-
dender Entwicklungsaufgaben kommt.**

Von dem Moment an, in dem sie erste körperliche Veränderungen im Zuge der Pubertät an sich wahrnehmen bis zur Erlangung eines auch durch andere akzeptierten erwachsenen Selbstbildes, experimentieren Heranwachsende mit all jenen Merkmalen, Symbolen und Verhaltensweisen, welche sie als vermeintlich erwachsen erfahren haben. Ebenso steht die Bewältigung von zentralen Entwicklungsaufgaben an:

- Ablösung von den Eltern, Hinwendung zur Gleichaltrigengruppe, Aufbau einer sexuellen Beziehung
- Aufbau eines eigenen Wert- und Orientierungssystems einschließlich weltanschaulicher und politischer Orientierungen,
- Entwicklung der Schul- und Berufskarriere und der Voraussetzungen für eine eigenverantwortliche berufliche und ökonomische Existenz,
- Entwicklung von selbstbestimmten Konsummustern. Hierzu gehört auch das Erlernen des Konsums psychoaktiver Substanzen. Jugendliche müssen in jeder Hinsicht die Fähigkeit und Kompetenz entwickeln, mit vielfältigen und verlockenden Angeboten souverän umgehen zu können.

Jugendliche müssen alle Entwicklungsaufgaben so miteinander verbinden, dass eine Identität dabei entsteht, die auf einem stabilen Selbstwertgefühl beruht.

In schwierigen Bewältigungsphasen kommt es aber u. U. zu Überforderungen, die eine aggressive, eine depressive oder/und eine evasive Ausrichtung haben können. Die vielen verschiedenen möglichen Ursachen habe ich bereits genannt.

Die unmittelbaren Gründe sind also z. B. fehlende Kompetenzen, die Wahrnehmung von Fremdbestimmung, soziale Ausgrenzung, akute oder chronische Schulschwierigkeiten oder ein abweichendes Entwicklungstempo, verbunden mit depressiven Verstimmungen oder aggressiven Tendenzen, Selbstwertproblemen oder Identitätskrisen vorliegen. Die typischen Reaktionsformen sind das Ausweichen in Problemverhaltensweisen. Z. B.: aggressives Verhalten, regressive und depressive Zustände oder evasives Verhalten (Flucht, Missbrauch von Substanzen). **Dabei spielt auch die Verfügbarkeit und die soziale Wertung des dysfunktionalen Verhaltens eine entscheidende Rolle bei der Bestimmung des Risikos.**

Die Sozialisationsforschung macht deutlich, dass es sich hierbei um eine ständige Auseinandersetzung, um **eine produktive Verarbeitung von inneren und äußeren Realitäten handelt**. Einer der wichtigen Faktoren ist die soziale äußere Realität, die aus den Elternhäusern, Gleichaltrigengruppen, Freunden, intimen Partnerinnen und Partnern, Schulen, Ausbildungsstätten und Nachbarschaften besteht. Dies unterstreicht die Bedeutung welche diese Sozialisationsinstanzen für die Entstehung von Missbrauchs- und Suchtproblemen haben. Letztlich wird dadurch die Wirksamkeit der Verhältnisprävention im Vergleich zur Verhaltensprävention theoretisch untermauert.

Ist folglich Substanzmissbrauch und Sucht ein Problem der Verlierer?

Eine bedeutende Funktion psychoaktiver Substanzen besteht darin, Mittel der Selbstregulation bzw. Selbstmedikation zu sein und zur Stress- und Gefühlsbewältigung und / oder als Mittel zur Problemkompensation zu dienen.

Daher ist es wahrscheinlich, dass gerade solche Jugendliche Alkohol, Cannabis oder synthetische Drogen konsumieren, die mit problematischen Lebenssituationen und psychischen Zuständen fertig werden müssen. Die Gefahr von Substanzmissbrauch und Sucht ist für diese Gruppe von Jugendlichen immanent.

Die Erfahrungen aus der Suchtklinik zeigen, dass Alkoholabhängigkeit, wie auch die Abhängigkeit gegenüber anderen psychoaktiven Substanzen, in der Regel mit massiven psychosozialen Problemen einhergeht. Oft bleibt es bei der Anamnese und Diagnose jedoch unklar, in wieweit Substanzmissbrauch und -abhängigkeit Folge oder Ursache des seelischen Problems sind.

Bezogen auf das bevölkerungsbezogene Risiko der Suchtentstehung kann dies dahingehend gedeutet werden, dass nicht etwa der jugendliche Substanzkonsum an sich, a priori als problematisch zu bezeichnen ist, sondern vielmehr die Häufigkeit und Verteilung der unbewältigten psychischen und sozialen Problemstellungen, die mit der Suchtentstehung einhergehen.

Für die präventive, auf Missbrauchs- und Suchtvermeidung abstellende Arbeit lässt sich aus den bisherigen Erkenntnissen die Konsequenz ableiten, alle Schritte jeweils auf die Stufe in der Entwicklung der Drogenkarriere abzustellen, auf der sich ein Konsument oder eine Konsumentin gerade befindet. **Ziel muss eine adressatengerechte, lebensphasen- und entwicklungsphasenspezifische Vorbeugung sein, die sich vor allem auch mit dem unmittelbaren sozialen Umfeld auseinandersetzt.** Dies jedoch ist ein idealistisches Postulat, das von der Realität noch weit entfernt zu sein scheint.

In den letzten Jahren hat sich für die Arbeit in diesem Bereich eine Zielhierarchie entwickelt, die zunehmend von allen Fachstellen in der Suchtprävention und der Suchthilfe beachtet wird:

- Erstes Ziel ist es, **alle Menschen in ihrem Verhalten zu unterstützen, die keinerlei psychoaktive Substanzen konsumieren.** (klassische Primärprävention) Sie müssen durch geeignete Interventionen **bestätigt, unterstützt und stabilisiert** werden. Es hat viele Jahre gedauert, bis hier eine nachweislich wirksame Primärprävention Tritt gefasst hat und geeignete Strategien umsetzen konnte: **Förderung von Lebenskompetenzen bedeutet, junge Menschen bei der Auseinandersetzung bei ihren Entwicklungsaufgaben zu**

unterstützen und sie darin zu stärken, eine eigenständige Lebensbewältigung vorzunehmen (Beispiel: Leben lernen, Fit und stark fürs Leben, Boys and Girls Plus). -> *Problem der altersgemäßen Indikation*

- Ein zweites wichtiges Teilziel ist es, wegen der möglichen Sensibilisierungs- und Bahnungsprozesse im Gehirn und wegen der psychischen **Abhängigkeitsdynamik jeden Eintritt in den Konsum von psychoaktiven Substanzen so weit wie möglich in der Lebensspanne aufzuschieben**. Der Weg dazu besteht allerdings weniger aus individuellen Ansätzen als vielmehr aus sog. verhältnispräventiven Strategien (Jugendschutz). -> *Effekt auf das soziale Umfeld, Konflikt mit der Alltagskultur.*
- Drittes Ziel ist es, bei einmal bestehendem gewohnheitsmäßigem Konsum die **Qualität und Wirkungsmenge einer psychoaktiven Substanz so zu reduzieren, dass möglichst wenige gesundheitsgefährdende körperliche und seelische Effekte eintreten**. (Harm Reduction, sekundärpräventive Strategien) Grundvoraussetzung hierzu: Der Konsum der Substanz muss akzeptiert werden, zugleich wird auf ein gesundheitsverträgliches Muster des Konsums hingewirkt. Dieses Vorgehen verlangt es aber, sich auf eine engere persönliche Beziehung mit den jugendlichen Klienten einzulassen. -> *ethische und rechtliche Vorbehalte*
- Viertes Ziel ist es, bei einem bereits vorhandenen Substanzmissbrauch eine effektive **Therapie einzuleiten und die Progression von einem leichten Stadium in ein schweres Stadium der Drogenkarriere zu verhindern** (früher: tertiäre Prävention). Die therapeutischen Strategien müssen dabei Rücksicht auf körperliche und psychische Ausgangslagen der Klienten und ihr soziales Umfeld nehmen. (*Beispiel: HaLT, FRED*)