

Gute Prävention im strukturierten Setting

Erkenntnisse aus den Gesprächen mit Fachorganisationen,
Lehrpersonen, Jugendarbeitenden und Jugendlichen

Oliver Padlina, Juli 2018

Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX
feel-ok.ch
Pfungstweidstrasse 10
8005 Zürich
044 360 41 00

Kontakt: padlina@radix.ch

Herzlichen Dank	3
Gemeinsamkeiten und Unterschiede	3
Gute Prävention: Gibt es das?	5
Rahmenbedingungen für gute Prävention	6
Beziehungen	6
Bedürfnisse	7
Finanzierung (durch die Nutzenden)	9
Aufwand	10
Fachliche Abstützung	11
Bestehende Strukturen	12
Prävention in Aktion	13
Heterogenität	13
Methodenvielfalt, Unterhaltung	15
Verhaltensänderung per Knopfdruck?	21
Konsumspezifische vs. konsumübergreifende Interventionen	21
Kulturelle Aspekte	22
Schule und offene Jugendarbeit	23
Abschliessende Bemerkungen	24

Herzlichen Dank

Herzlichen Dank allen Gönnern, in erster Linie dem Lotteriefonds des Kantons Zürich und der OAK-Stiftung, die mit ihrer Finanzierung die zahlreichen Gespräche mit Fachpersonen, Jugendarbeitenden, Lehrpersonen und Jugendlichen ermöglicht haben. Herzlichen Dank auch an alle Fachpersonen für ihre Offenheit, für ihre Anregungen und für die grosszügig zur Verfügung gestellte Zeit. *Last but not least* herzlichen Dank auch an die Lehrpersonen, mit deren Zustimmung und Unterstützung ich in Kontakt mit Jugendlichen treten konnte.

Insgesamt traf ich zwischen Mai 2017 und April 2018 über 30 Fachorganisationen im Rahmen bilateraler Gespräche und über 600 Jugendliche. Ich konnte zudem einen Einblick in die vielfältige schulische Realität sowie in die offene Jugendarbeit gewinnen. Diese Begegnungen haben meine Wahrnehmung über Stärken und Grenzen sowie Chancen und Risiken unserer Arbeit für die Jugendförderung massgeblich geprägt.

Ursprünglich wurde dieser intensive Austausch eingeleitet, um festzulegen, wie feel-ok.ch weiterentwickelt werden soll. Während der Gespräche wurde dennoch von mehreren Fachpersonen das Bedürfnis geäussert, die aus diesen Treffen gewonnen Erkenntnisse auch für andere Fachkreise zur Verfügung zu stellen, denn diese Erkenntnisse könnten eine Inspirationsquelle für die eigene Arbeit sein. Dies hat mich veranlasst, den vorliegenden Bericht zu schreiben und zu veröffentlichen.

Gemeinsamkeiten und Unterschiede

Wie erreicht man Jugendliche, nicht nur physisch, sondern auch innerlich? Wie motiviert man Mediatoren und Schlüsselpersonen für eine Zusammenarbeit? Welche Fehler müssen vermieden werden? Für welche Fragen muss ein Projekt eine gute Antwort geben, um seine Wirkung zu entfalten? Kurz: «*Was ist gute Prävention?*» Mit diesen Fragen wurden die Fachorganisationen konfrontiert.

All diese Gespräche haben zur Entstehung eines umfassenden drei-dimensionalen Bildes der heutigen Realität der Prävention und Gesundheitsförderung beigetragen. Von den einzelnen Organisationen wurden unterschiedliche Elemente hervorgegeben, was zur «guten Prävention» gehört. Oft widersprachen sich die Überlegungen nicht, sondern betonten verschiedene Aspekte einer «wirksamen» und «nachhaltigen» präventiven Tätigkeit.

Unterschiedliche Wahrnehmungen und Fokussierungen gab es dennoch, sehr wahrscheinlich, weil die befragten Fachpersonen unterschiedliche Aufträge¹ und Rollen haben, wegen der regionalen

¹ Beispiel: In manchen Regionen werden die Fachstellen beauftragt, die Strategie für die Prävention zu definieren und diese auch umzusetzen. Das ist eine günstige Ausgangslage: Im Rahmen der operativen Umsetzung kann man die Bedürfnisse im Setting erfassen und darauf basierend die Strategie ausrichten.

Besonderheiten² und den Organisationsstrukturen³, in denen sie sich bewegen, bis zu einem gewissen Grad auch, weil sie unterschiedliche Persönlichkeiten und Vorgeschichten haben.

Unverzichtbar war die direkte Erfahrung mit den Jugendlichen. Fakt ist, dass, wenn man mit Jugendlichen in Kontakt kommt, sich Prävention anders anfühlt als in den Fachgesprächen. Durch die Begegnung mit Jugendlichen bekommt Prävention eine besondere emotionale Färbung und manchmal chaotische Dynamik, die man in der Regel während Fachgesprächen nicht spürt. Es ist wie über Liebe zu sprechen oder verliebt zu sein: Dasselbe und trotzdem ganz anders.

Darüber hinaus, wenn man mit Jugendlichen spricht bzw. bestehende oder neue Konzepte prüft, merkt man, dass vielleicht etwas aus anderen Gründen funktioniert als ursprünglich angenommen. Oder etwas funktioniert nicht, weil man etwas Wesentliches vergessen oder falsch eingeschätzt hat. Mit Jugendlichen zu arbeiten bedeutet bereit zu sein, die eigenen Vorstellungen in Frage zu stellen und überrascht zu werden. Überraschungen sind gut, denn sie zeigen neue Wege für die Jugendförderung.

Jugendliche können mit ihrer aktiven Teilnahme entscheidend die Eigenschaften eines Programms prägen und dadurch zu seinem Erfolg beitragen. Trotzdem sollte man die jungen Menschen nicht mit Aufgaben konfrontieren, die sie nicht bewältigen können, weil ihnen das Fachwissen und die Erfahrung fehlen oder weil sie bestimmte Zusammenhänge nicht kennen oder noch nicht verstehen.

Die spannende Aufgabe eines Programmleiters / einer Programmleiterin besteht daher darin, Fach- und Jugendwahrnehmung in einem kohärenten Konzept zu verschmelzen. Wenn dies gelingt, hat man einen grossen Schritt auf dem Weg zur «guten Prävention» gemacht.

Anspruchsvoller wird die Tätigkeit einer Fachstelle, wenn sie operative Aufgaben übernehmen soll, ohne dabei entscheidend die Strategie steuern zu dürfen. Im schlimmsten Fall widersprechen sich Strategie und Bedürfnisse im Setting, was viel Widerstand und in der Regel geringe Wirkung zu Folge hat.

² Beispiel: Städtische Kantone und ländliche bzw. (vor)alpine Gemeinden haben unterschiedliche Herausforderungen zu bewältigen bzw. in verschiedenen Regionen wird das Konsumverhalten von Bevölkerung und Politik anders bewertet. Diese Aspekte haben einen Einfluss auf die verfügbaren Mittel für präventive Tätigkeiten.

³ Beispiel: Es gibt Fachstellen, die nur aus einer oder zwei Personen bestehen. Andere Fachstellen sind in mehrere Abteilungen gegliedert und verfügen über mehrere Angestellte.

Gute Prävention: Gibt es das?

Als ich mit 27 Jahren Psychologin wurde, setzte ich meine Ausbildung mit einem Master in Public Health fort und kam so in Kontakt mit dem Begriff «Prävention». Prävention wurde im Rahmen der Weiterbildung als das Zusammenwirken der Massnahmen auf individueller und systemischer Ebene verstanden, die Menschen unterstützen soll, besser und länger zu leben; in meinen Augen ein positives und erstrebenswertes Ziel.

Im Rahmen meiner Gespräche mit Fachpersonen haben dennoch manche davon mit einem müden Lächeln reagiert, als ich gefragt habe, was «Gute» «Prävention» sei, wie wenn sich die zwei Begriffe «gute» und «Prävention» widersprechen würden. Prävention scheint bei einigen Fachpersonen eine gewisse negative Konnotation zu haben und als Synonym von «Bevormundung» oder von «moralischen Verboten» mit geringer Wirkung verstanden zu werden.

Es ist nicht meine Absicht, die Vorstellung dieser Fachpersonen in Frage zu stellen. Ich erlaube mir in diesem Bericht nur, mein Verständnis von «guter Prävention» zu beschreiben, nämlich als jede Aktivität und Entscheidung, die das Leben von Menschen verbessert und ihnen ermöglicht, ihr Potential zu entfalten. Dazu gehören Massnahmen für einen verantwortungsbewussten bzw. risikoarmen Konsum von Substanzen und Dienstleistungen, Programme zur Förderung von Kompetenzen, Schutzfaktoren und Ressourcen bis zu allen Aktivitäten, die erwiesenermassen dem Körper und der Seele guttun.

Anstatt von Prävention könnte ich als Begriffe u.a. «Gesundheitsförderung», «Empowerment» oder «Resilienz» verwenden, davon abhängig, was die heutige Zeit als Terminologie verlangt. In meiner Wahrnehmung handelt es sich um verschiedene Begriffe für dasselbe Ziel, und ich interpretiere sie weitgehend als Synonyme. Daher bleibe ich bei meiner Frage: «Was ist gute Prävention?» Andere Fachpersonen können stattdessen die Frage umformulieren in: «Was ist wirksames Empowerment?», «Was ist nachhaltige Gesundheitsförderung?» oder «was ist salutogenetische Resilienz?». Die Beantwortung dieser Fragen ist meiner Ansicht nach von der verwendeten Terminologie grösstenteils unabhängig.

Rahmenbedingungen für gute Prävention

Bildhaft stellt man sich einen Weg vor, an dessen Ende ein Haus steht. In diesem Haus wohnen die Jugendlichen, mit denen der Kontakt gesucht wird. Zuerst muss das Haus erreicht werden, und jemand muss die Tür öffnen, denn ohne Begegnung kann auch keine Wirkung erwartet werden.

Aus dieser bildhaften Darstellung lassen sich die Fragen ableiten, was erforderlich ist, um Mediatoren und Schlüsselpersonen für eine Zusammenarbeit zu motivieren, nämlich sie zu überzeugen, die nötigen Schritte einzuleiten, aufgrund derer der Kontakt zu den Jugendlichen in einem strukturierten Setting ermöglicht wird. Begriffe, die dazu gehören sind, «Vertrauen» und «Glaubwürdigkeit», «Partizipation» und «Mitgestaltung», «Kommunikation» und «Marketing» sowie «Verbreitung» und «Verankerung».



Beziehungen

Wie motiviert man die Mediatoren/-innen und Schlüsselpersonen für eine Zusammenarbeit?

Die Antwort dazu: «*Beziehungen, die auf Vertrauen, Glaubwürdigkeit und Respekt basieren*». «Beziehung» war das Zauberwort, das alle Fachorganisationen genannt haben und als Grundvoraussetzung für jede (präventive) Tätigkeit im strukturierten Setting angegeben wurde.

Wer ein Programm lancieren und nachhaltig implementieren möchte, braucht eine gute Beziehung mit unterschiedlichen Playern. Dazu wurde *unter anderem* eine gute Beziehung mit den Behörden, mit der Erziehungsdirektion, mit der Politik, mit den regionalen Fachstellen, mit der Polizei, mit Jugendarbeitenden, mit Schulsozialarbeitenden, mit Lehrpersonen, mit der Schulleitung, mit den Eltern und mit den Gönnern genannt.

Die Wichtigkeit der Beziehung ist für jede Fachperson unbestritten. Unterschiede gab es dennoch in ihrer Priorisierung im schulischen Setting. Es gibt Fachpersonen, die nur mit der Schulleitung verhandeln, sofern eine Schulleitung vorhanden ist (das ist nicht in jeder Schule der Fall). Was die Schulleitung entscheidet, ist Gesetz und muss von den Lehrpersonen umgesetzt werden. Andere Fachpersonen betonen, dass ohne wohlwollende Zustimmung der Lehrpersonen kein Projekt im Schulhaus umgesetzt werden kann, weil der Widerstand zu gross wäre. Es gab auch Stimmen, die die Wichtigkeit der Lehrpersonen als höher eingeschätzt haben als die Rolle der Schulleitung. Manche Fachpersonen pflegen die Beziehung nur mit einzelnen Lehrpersonen. Für andere ist ein

Programm nur umsetzbar und wird auch entsprechend nur angeboten, wenn das gesamte Schulgremium dahintersteht.

Konsens besteht darin, dass die Beziehung mit den Schlüsselpersonen nicht nur aufgebaut, sondern auch gepflegt werden muss, z.B. mit regelmässigen, aber nicht zu häufigen Kontakten und Informationen.

Auf den Punkt gebracht: Wer ein neues Programm entwickelt oder ein bestehendes Programm weiterführt, muss die Landschaft der relevanten Player in und um das anvisierte Setting kennen bzw. muss mit den Schlüsselpersonen eine gute Beziehung aufbauen und pflegen. Weil Beziehungen Zeit beanspruchen, sollte dies im zeitlichen Budget des Programms als wichtige Aufgabe vorgesehen werden.

Bedürfnisse

Mit dem Thema «Beziehung» haben viele Fachpersonen spontan auch das Thema «Bedürfnisse» angesprochen. Um mit Schlüsselpersonen eine Beziehung aufzubauen und aufrechtzuerhalten, muss man mit (offenen) Fragen und aktivem Zuhören herausfinden, was diese benötigen und als wichtig erachten. Und das ist manchmal eine grosse Herausforderung, weil die Bedürfnisse verschiedener Schlüsselpersonen sehr heterogen sein oder sich widersprechen können. Ebenso werden nicht alle Bedürfnisse offen deklariert, das heisst sie sind nicht immer eindeutig erkennbar.

Der oder die Programmleiter/-in muss die Aufgabe bewältigen, in einem Umfeld von manchmal widersprüchlichen Bedürfnissen - und dazu gehören auch die eigenen Anliegen, inkl. die Verpflichtung, den Programmauftrag zu erfüllen - einen gemeinsamen Nenner zu finden, auch wenn die Bedürfnisse relevanter Schlüsselpersonen unbekannt oder schwierig zu entschlüsseln sind. Dazu braucht man als Programmleiter/-in viel Offenheit, Empathie, Mut, Flexibilität, Kreativität sowie Bereitschaft, Fehler einzugestehen und die eigenen Grenzen zu akzeptieren.

Eine besonders schwierige Situation hat die Programmleitung, wenn eine zentrale Schlüsselperson markante Einwände gegen das Projekt hat. Dabei ist es entscheidend, ob der Widerstand auf objektiven Gründen oder auf einem Missverständnis - sprich unzutreffenden Annahmen - beruht, die man während eines sachlichen Gesprächs und ev. mit Anpassungen des Interventionskonzeptes und mit sonstigen Kompromissen überwinden kann, oder ob die Opposition aus strategischen oder aus Identitätsgründen nicht verhandelbar ist. Im letzten Fall kann man nur hoffen, dass diese Schlüsselperson in wichtigen Entscheidungsprozessen keine zu zentrale Rolle ausübt, sonst könnte sie die Durchführung des Programms behindern oder ganz verhindern.

Ein Programm wird erfolgreich sein, wenn es in der Lage ist, aktuelle Bedürfnisse anzusprechen: Darüber besteht zwischen den Fachpersonen ein breiter Konsens. Nicht überall hat man dennoch ein gleich ausgeprägtes Bedürfnis, präventive Massnahmen umzusetzen, was für die Tätigkeit der regionalen Fachstellen grosse Auswirkungen hat:

- Für manche Schulen ist die präventive Tätigkeit Bestandteil ihrer Identität. Lehrpersonen, Eltern und Jugendliche setzen sich regelmässig mit gesundheitsrelevanten Inhalten auseinander. Die Zusammenarbeit mit der regionalen Fachstelle gilt als ausgezeichnet und etabliert. Es wird angenommen, dass in vielen dieser Schulen ein gutes Klima herrscht. Diese günstige Ausgangslage erleichtert den Fachstellen, ihren Auftrag zur Prävention und Gesundheitsförderung in verschiedenen thematischen Bereichen umzusetzen.
- Andere Schulen bitten erst um Hilfe, wenn Probleme eskaliert sind. Prävention ist kaum möglich, nur gezielte Interventionen für brennende Fälle werden gewünscht. Sobald die akute Phase vorbei ist, wird keine Unterstützung mehr benötigt. In dieser Gruppe findet man auch Schulen, in denen Lehrpersonen unzufrieden oder überfordert sind, Personalwechsel oft vorkommt und Restrukturierungen zum Alltag gehören. Manche Fachstellen sind mit diesen Rahmenbedingungen frustriert, weil deswegen ihr Auftrag zur Jugendförderung erschwert oder sogar verunmöglicht wird.
- Andere Fachstellen gehen mit obiger Schwierigkeit pragmatisch um: Sie versuchen nicht, jede Schule für eine Zusammenarbeit zu motivieren, sondern setzen ihren Akzent auf die Kommunikationstätigkeit: Sie stellen ihre Produkte vor (via Newsletter, Blog, Zeitschriften, im Rahmen von Tagungen usw.). Wer sich dafür interessiert, kann sie bestellen bzw. nutzen. Keine Motivationsarbeit ist vorgesehen für jene, die kein Interesse für präventive Angebote haben. Wenn bestimmte Produkte für niemanden interessant sind, dann verschwinden sie mit der Zeit aus dem Katalog. Diese Fachstellen verstehen ihre Rolle mehr als Erbringerinnen von Dienstleistungen auf Anfrage und weniger als Förderer von ausgewählten (Präventions-)Themen.

Es ist eine strategische Entscheidung, die auch von den verfügbaren Ressourcen und vom eigenen Auftrag abhängig ist, ob man nur mit jenen kooperiert, die eine Zusammenarbeit wünschen, oder ob man versucht, alle Instanzen zu erreichen.

Unabhängig davon, welche Strategie umgesetzt wird, bleibt die Frage, welche Bedürfnisse die Multiplikatoren (und die Jugendlichen) im jeweiligen Setting haben, von zentraler Relevanz: Wenn das Programm dazu dient, aktuelle Bedürfnisse im Setting zu stillen, wird seine Verbreitung dadurch gefördert. Sonst muss es mit Widerstand, sogar mit Ablehnung rechnen. Und weil sich die Bedürfnisse mit der Zeit ändern können, soll auch das Programm flexibel sein und sich bei Bedarf anpassen.

Die für das Programm verantwortliche Person sollte sich deswegen als «Bedürfnisforscherin» verstehen. Je besser sie Bedürfnisse entschlüsseln und widersprüchliche Anliegen in einem kohärenten umsetzungstauglichen Konzept vereinen kann, desto grösser sind die Chancen, dass ihr Programm Erfolg haben wird.

In Verbindung mit dem Thema «Bedürfnisse» darf der Lehrplan 21 als gutes Beispiel nicht fehlen. Der Lehrplan 21 verpflichtet Lehrpersonen der Volksschule, bestimmte Kompetenzziele zu erreichen,

und dazu brauchen dieselben Instrumente. Für Programmverantwortliche und Fachstellen stellt der Lehrplan 21 daher eine Chance dar, eigene Angebote mit seinen Zielen zu verknüpfen. Dadurch werden sie für Lehrpersonen attraktiv. Aufgrund dieser neuen Entwicklung wurde auch feel-ok.ch mit dem Lehrplan 21 verknüpft, siehe feel-ok.ch/lehrplan21. Dies hat dazu geführt, dass die didaktischen Unterlagen der Webplattform viel öfter als in der Vergangenheit heruntergeladen wurden. Der Lehrplan 21 hat zur Entstehung neuer Bedürfnisse beigetragen. Dies erleichtert die Arbeit der Anbieter, die diese Chance wahrnehmen, d.h. ihre Programme mit den Zielen des Lehrplans 21 verbinden.

Finanzierung (durch die Nutzenden)

Sollen die Schulen (sowie andere Settings) die Kosten eines Angebotes selber tragen oder jede Dienstleistung ohne finanzielle Beteiligung erhalten? Die Antworten der Fachpersonen zu dieser Frage können in drei Kategorien unterteilt werden:

- Es gibt Fachstellen, die verlangen, dass Schulen selber die beanspruchten Dienstleistungen finanzieren. Manche davon versuchen sogar, einen grossen Teil ihrer Aktivitäten durch die Schulen finanzieren zu lassen, um von Anforderungen und Kriterien von Geldgebern wie Bund, Kantonen oder Stiftungen ganz oder teilweise unabhängig zu sein oder weil sie kein anderes Finanzierungsmodell als realistische Alternative betrachten.
- Andere Fachstellen argumentieren, dass die Verbreitung zu fest eingeschränkt wird, wenn die Schulen ein Programm selber bezahlen müssen: Entweder weil viele Schulen kaum über eine Finanzierung verfügen oder weil ihre Mittel in andere Projekte investiert werden.
- Andere Fachpersonen machen darauf aufmerksam, dass ein Programm nur umgesetzt werden kann, wenn die Schulen dafür eine Entschädigung erhalten. Die Kosten der Schule sollen in diesem Fall vom Programm getragen werden. Eine Lösung, die soweit es mir bekannt ist, eher selten Anwendung findet.

Die Mehrzahl der Fachpersonen spricht sich für ein niederschwelliges Angebot aus, um die grösstmögliche Anzahl Schulen zu erreichen. Sprich: Das Angebot muss für die Schulen (und für andere Settings, z.B. die offene Jugendarbeit) kostenlos sein. Für andere Fachpersonen ist diese Option nicht sinnvoll, entweder weil die Fachstelle auf eine Finanzierung ihrer Aktivitäten von der Seite der Nutzenden angewiesen ist, oder weil - aus ihrer Perspektive - erst die Kostenbeteiligung sicherstellt, dass das Programm im jeweiligen Setting mit dem erforderlichen Engagement umgesetzt wird.

Aufwand

Wie aufwändig darf ein Programm für das Schulpersonal bzw. für die Multiplikatoren/-innen sein?

- Für manche Fachpersonen lautet die Antwort: *«Der Aufwand soll so gering wie möglich sein»*. Es wird zwar begrüsst, wenn z.B. Lehrpersonen während einer Intervention anwesend sind und eine aktive Rolle übernehmen⁴, denn dies steigert die Wirksamkeit des Programms, man akzeptiert aber auch die Variante, dass die Fachstelle die ganze Arbeit übernimmt und das Schulpersonal ganz entlastet wird. Die Überlegung dahinter: Wenn das Schulpersonal keinen Aufwand hat, dann ist eine grössere Anzahl Schulen bereit, das Programm umzusetzen, und auf diese Weise können mehr Jugendliche erreicht werden. Im Fokus dieser Überlegung steht die Maximierung der «Erreichbarkeit».
- Andere Fachstellen sind nur bereit, eine Intervention zu implementieren, wenn das ganze Schulpersonal und ev. auch die Eltern sowie andere relevante Instanzen aktiv beteiligt werden. Es werden keine einzelnen Massnahmen, sondern nur Präventionskonzepte umgesetzt, die Kontinuität, Langfristigkeit und eine kohärente Haltung versprechen. Dazu sind verschiedene Vorgehensweisen denkbar. Hier eines von vielen möglichen Beispielen: *Zuerst findet eine Ist-Analyse in der Schule statt. Als Folge daraus werden die Präventionsziele definiert. Das Schulpersonal besucht einen Workshop und behandelt anschliessend das Präventionsthema mit der Schulklasse. Ist die Klasse für das Thema sensibilisiert, findet ein Workshop mit einer externen Fachperson für Vertiefungen statt. Die Arbeit endet mit einem Gesundheitstag, in dem die Schüler/-innen zum Präventionsthema eigene kreative Werke präsentieren. Eltern werden eingeladen, diese Werke zu besichtigen, sie erfahren dadurch mehr zum Thema und können so der Präventionsbotschaft zu Hause weiter folgen.*

Die Fachstellen, die eine aktive und engagierte Zusammenarbeit des Schulpersonals und anderer relevanten Instanzen als Voraussetzung für ihr Mitwirken verlangen, stellen die Maximierung der «Wirksamkeit» in den Fokus ihrer Überlegungen, welche aus einer gemeinsamen Haltung und aus einer langandauernden Intervention resultiert.

«Erreichbarkeit» und «Wirksamkeit» sind die zwei Pole, zwischen denen sich die Aktivitäten der Fachstellen bewegen. Einen klaren Trend konnte ich nicht feststellen. Für manche Fachpersonen scheint besonders wichtig zu sein, so viele Jugendliche wie möglich zu erreichen (nach dem Prinzip: «das Recht auf Gleichbehandlung»), auch wenn dadurch die Wirksamkeit der Massnahmen eingeschränkt wird. Für andere Fachpersonen ist eine Intervention nur sinnvoll, wenn das Schulpersonal bzw. die Multiplikatoren im entsprechenden Setting eine aktive Rolle übernehmen. Dass durch die höheren Anforderungen eine geringere Anzahl Jugendlicher erreicht wird, wird in Kauf genommen.

⁴ Die Mitwirkung von Lehrpersonen wird vor allem bei nicht zu heiklen oder persönlichen Themen gewünscht.

Wenige Fachpersonen begrüßen umfassende und komplexe Programme, die viele Monate oder sogar Jahre dauern, im Rahmen derer das Schulpersonal zahlreiche Stunden investieren muss, um geschult zu werden sowie um die Programmziele umzusetzen. Zwar wird es geschätzt, wenn sich diese Programme als wirksam erwiesen haben, man geht dennoch davon aus, dass nur eine kleine Anzahl Schulen bereit ist, so viele Ressourcen für ihre Durchführung und Verankerung zu investieren. Durch die geringe Erreichbarkeit können nur wenige Jugendliche von diesem multimodularen mehrjährigen Angebot profitieren. Wenn dennoch eine Schule dazu bereit ist, besteht weitgehend Konsens unter den befragten Fachpersonen, dass eine höhere Wirksamkeit erwartet werden kann.

Auf der anderen Seite wird von vielen Fachpersonen als sinnvoll erachtet, dass man Lehrpersonen pfannenfertige Unterrichtseinheiten anbietet, so dass diese selbstständig eine präventive Thematik vertiefen können. Sehr oft wurde dazu gesagt: *«Lehrpersonen schätzen pfannenfertige Unterrichtseinheiten. Diese müssen einfach, selbsterklärend und niederschwellig sein».*

Abschliessend möchte ich für alle oben beschriebenen Varianten ein gutes Wort aussprechen und sie nicht als sich ausschliessende Methoden betrachten. Jugendliche bewegen sich in verschiedenen Settings. In manchen davon ist eine Begegnung nur möglich, wenn die Multiplikatoren/-innen keinen Zusatzaufwand haben. In anderen kann man mehr Kooperation erwarten. Dadurch, dass man Angebote mit unterschiedlichem Aufwand zur Verfügung stellt, gelingt es, ein breiteres Spektrum von Bedürfnissen in verschiedenen Settings anzusprechen und dadurch die präventive Botschaft zu einer grösseren Anzahl Jugendlicher zu transportieren.

Fachliche Abstützung

Es gibt Lehrpersonen, die nur bereit sind, an einem Präventionsprogramm teilzunehmen, falls die regionale oder lokale Fachstelle bestätigt, dass es sich dabei um ein fachlich anerkanntes Angebot handelt. Das Bedürfnis nach fachlicher Anerkennung haben nicht alle Lehrpersonen (und nicht alle Multiplikatoren/-innen). Trotzdem ist es grundsätzlich vorteilhaft, wenn das Interventionsprogramm bei Fachpersonen Anerkennung geniesst.

Als verantwortliche Person für ein Präventionsprogramm sollte man sich deswegen überlegen - nicht nur für die Optimierung der Qualität des Angebotes, sondern auch für seine Verbreitung -, welche Massnahmen dazu beitragen, dass es fachlich anerkannt wird.

Welche Massnahmen sind in diesem Zusammenhang notwendig? Gilt ein Programm als fachlich abgestützt, weil es evaluiert wurde? Weil es bestimmte Kriterien erfüllt? Weil es von einer anerkannten Fachorganisation entwickelt wurde? Weil es professionell aussieht? Weil Fachpersonen und Vertreter/-innen der Zielgruppe zu seiner Entstehung beigetragen haben? Weil es im Rahmen von Tagungen oder Workshops vorgestellt wird? Weil es seit längerer Zeit angeboten wird? Weil man den oder die Programmleiter/-in kennt und schätzt? Oder aus anderen Gründen? Diese Frage bleibt in diesem Bericht ohne Antwort, weil sie mit den Fachorganisationen nicht vertieft wurde.

Spätestens, wenn für das Programm um eine Finanzierung seitens Bund, Kantonen und teilweise Stiftungen ersucht wird, muss das Programm beweisen, fachlich abgestützt zu sein. Fachliche Abstützung ist somit nicht nur förderlich für die Verbreitung eines Programms, sondern in der Regel auch eine wesentliche Voraussetzung für seine Finanzierung.

Bestehende Strukturen

Viele Kantone, Gemeinden und Schulen verfügen über bestehende Strukturen, wie Arbeitsgruppen, laufende Projekte und Netzwerke.

Im optimalen Fall besteht die Möglichkeit, in der Region bereits bestehende Strukturen, dazu gehören Beziehungen, Wissen und Kommunikationskanäle, zu nutzen, um ein Präventionsprogramm zu gestalten, zu verbreiten und zu verankern.

Auf diese Weise können vielleicht Kosten und Aufwand für Entwicklung und Verbreitung eines Präventionsprogramms reduziert werden. Die Einbettung in bestehende lokale Strukturen ermöglicht zudem eine erhöhte Verfügbarkeit des Programms in der Region. Es wird dadurch für die Multiplikatoren/-innen zunehmend vertraut, sprich: das Programm wirkt kontinuierlich. Der Austausch mit jenen, die in der Region aktiv sind und die lokalen Besonderheiten kennen, ist ausserdem eine wertvolle Informationsquelle, um Bedürfnisse zu identifizieren und dadurch das Programm der lokalen Realität anzupassen.

In Kürze: Es ist grundsätzlich von Vorteil, wenn der oder die Programmleiter/-in so früh wie möglich bestehende Strukturen in der Region identifiziert, wo das Programm zur Anwendung kommen soll, um Bedürfnisse und Synergien mit lokalen Playern zu besprechen. Bestehende Strukturen und ihre Bereitschaft für eine Zusammenarbeit können für den Erfolg oder Misserfolg eines Programms bzw. für seine langfristige Verankerung eine entscheidende Rolle spielen.

Prävention in Aktion

Wie kann man in einem strukturierten Setting mit einem Präventionsprogramm in Kontakt mit Jugendlichen kommen?

Die Antwort in Kürze lautet: «Man muss die für das Programm relevanten Schlüsselpersonen identifizieren. Ausserdem muss man verstehen, welche Anliegen, Ziele und welchen Auftrag diese haben. Für ihre Anliegen mögliche Lösungen anbieten und darauf basierend eine Beziehung mit ihnen aufbauen und pflegen. Man muss abklären, wer die Kosten des Programms trägt und wie viel Aufwand für das Personal im jeweiligen Setting zumutbar ist. Man soll die Massnahmen einleiten, die die fachliche Abstützung und die Qualität des Programms garantieren sowie die Option prüfen, das Angebot in bestehenden Strukturen zu verankern». Details zu dieser Antwort findet man im vorherigen Kapitel.

Hat man die Chance bekommen, sich mit Jugendlichen z.B. in der Schule, in der offenen Jugendarbeit oder in einem anderen Setting auszutauschen, beginnt die nächste Herausforderung. Wie erreicht man junge Menschen «innerlich»? Wie löst man in ihnen eine Reflexion aus? Wie fördert man ein verantwortungsbewusstes Verhalten, ohne sie zu belehren, ohne ihren Drang, Erfahrungen zu sammeln, kontraproduktiv einzuschränken, aber auch ohne Risiken zu bagatellisieren?

Diese Frage konnten nicht alle interviewten Fachpersonen beantworten, denn manche von ihnen pflegen zwar die Zusammenarbeit mit den Multiplikatoren/-innen, darunter Lehrpersonen und Jugendarbeitenden, kommen dennoch beruflich kaum oder nie in direkten Kontakt mit der Zielgruppe. Die folgenden Überlegungen stammen deswegen von Fachkräften, die regelmässig Jugendliche treffen, und aus meiner Erfahrung mit den 600 Jugendlichen, denen ich zwischen September 2017 und April 2018 begegnen durfte.

Heterogenität

«**Jugendliche gibt es nicht**» - Das ist meine provokative Aussage, die dazu dient, auf ein grundsätzliches Problem der Jugendförderung aufmerksam zu machen: In Fachkreisen ist oft von «Jugendlichen» die Rede, als wären diese eine weitgehend homogene Gruppe. Daher schlagen sie vor, dass man einige Jugendliche damit arbeiten lässt, wenn man ein Programm testen will. Dann wisse man, ob es gut ankommt oder nicht. Und falls man herausfinden will, welche Bedürfnisse Jugendliche haben, dann bittet man einige davon um eine Antwort und schon wisse man, was die heutige junge Generation wünscht.

Weit gefehlt: Jugendliche sind eine sehr heterogene Zielgruppe. Wenn einige etwas zustimmen oder etwas wünschen, heisst dies längst noch nicht, dass bei den anderen Gleichaltrigen die gleiche Antwort erwartet werden kann.

So wurde von einer Fachperson über die Unterschiede zwischen zwei Gemeinden berichtet, die aneinander grenzen. In einer Gemeinde sind die 14-Jährigen, die die Schule besuchen, normiert, gut

erzogen und ruhig. In der Nachbargemeinde sind die gleichaltrigen Pubertierenden wild und chaotisch. Das Fazit der Fachperson: Wenn man das gleiche Präventionsprogramm in beiden Gemeinden einsetzen will, dann muss es sehr flexibel sein bzw. wer das Programm umsetzt, muss mit diesem unterschiedlichen Verhalten umgehen können.

Mittlerweile kann ich nur bestätigen, dass diese Vielfalt nicht nur zwischen Gemeinden, sondern auch zwischen Klassen der gleichen Schule im gleichen Alterssegment zur Normalität gehört. Jede Schulklasse hat eine eigene Persönlichkeit und Dynamik, daher weiss man am Anfang einer Unterrichtsstunde nie genau, was auf einen zukommt.

Zur Aussage «**Jugendliche gibt es nicht**»: Selbstverständlich gibt es Jugendliche, nämlich Menschen in einem bestimmten Altersbereich mit weitgehend ähnlichen biologischen, psychologischen und sozialen Herausforderungen wie auch Interessen und Bedürfnissen. Trotzdem sollte man nicht ausser Acht lassen, dass sich junge Menschen auch im gleichen Alter auf unterschiedlichen Entwicklungsstufen befinden, dass sie unterschiedliche Vorgeschichten haben und dass sie auch sonst aufgrund ihrer Persönlichkeit, ihrer Besonderheiten und der sozialen Rahmenbedingungen, in denen sie sich bewegen, die Herausforderungen des Lebens auf unterschiedlicher Weise und mit unterschiedlichen Akzenten bewältigen. Daher überwiegt nach meinen Erfahrungen bei Jugendlichen die Heterogenität.

Um mit dieser Vielfalt umzugehen, sollte man eine breite Palette von Verhaltensweisen beherrschen. Denn es ist nicht nur wichtig, **was** man tut, sondern auch **wie** man es tut. Man kann freundschaftlich und partizipativ sein, manchmal muss man dennoch eine gewisse Autorität ausstrahlen. Man kann mit Sympathie und Zustimmung lächeln, gelegentlich ist ein ernster Blick notwendig. Man kann die Diskussion laufen lassen, manchmal muss man bestimmt und selbstsicher eingreifen, um die Kontrolle zurückzugewinnen. In manchen Klassen wirken Jugendliche sehr diszipliniert und reif, was ein erwachsenes Gespräch auf Augenhöhe ermöglicht. Andere Klassen sind dagegen noch (sehr) unreif und müssen mit strenger Hand geführt werden.

Je flexibler man reagieren kann, abhängig davon, was die aktuelle Situation erfordert, desto mehr wird man von den jungen Menschen ernst genommen und desto einfacher, angenehmer und vermutlich auch wirksamer ist die Arbeit mit ihnen. Um als Gesprächspartner ernst genommen zu werden, muss man auch Respekt und echtes Interesse für die jungen Menschen zeigen (und haben), man darf die Geduld nicht verlieren und man soll authentisch bleiben, also sich selbst sein. Dazu gehört auch die Stärke zu haben, die eigenen Grenzen zu erkennen, u.a. bereit zu sein, anzugeben, dass man etwas nicht weiss oder, dass man etwas besser hätte machen können.

Unterschiedliche Verhaltensweisen zu beherrschen erleichtert die Arbeit mit Jugendlichen. Es ist dennoch nicht nur wichtig, **wie** man etwas tut, sondern auch, **was** man tut. Von Methodenvielfalt ist die Rede, um Präventionsinhalte zu vermitteln, und das ist das Thema des nächsten Abschnittes.

Methodenvielfalt, Unterhaltung

Die Netflix-, YouTube-, Spotify-, Instagram-, WhatsApp- und Snapchat-Generation: Diese Begriffe beschreiben die Welt, in der sich die Mehrzahl der Jugendlichen von heute bewegt. Gerne spreche ich auch von Wischen⁵, Posten⁶, Abspielleiste⁷, Tiefpreis⁸- und Multitasking⁹-Generation.

Alle diese Begriffe, die nicht nur Jugendliche betreffen, meinen, dass heute ein Überangebot von Unterhaltungsmöglichkeiten zur Verfügung steht. Diese werden auch von den meisten jungen Menschen aktiv genutzt, davon in der Regel jedoch nur das, was von Interesse ist.

In Kürze: Wir sind eine Unterhaltungsgesellschaft geworden, die über ein Überangebot verfügt. Langeweile ist out, alles muss ohne Unterbruch interessant und spannend sein. Von dieser Entwicklung ist auch die Prävention betroffen.

Fach- und Jugendperspektive

Von der fachlichen Perspektive soll ein bestimmtes Thema behandelt werden, weil es für die Gesundheit und Entwicklung Jugendlicher und für die Gesellschaft fördernd ist. Wer raucht, verliert im Durchschnitt 14 Lebensjahre und ist öfter krank. Wer Sport treibt und sich ausgewogen ernährt, hat ein geringeres Risiko für Krankheiten wie Diabetes und Krebs. Darauf basierend lässt sich für Fachpersonen die Schlussfolgerung ableiten, dass u.a. Rauchprävention, wie auch die Förderung der körperlichen Aktivität und der ausgewogenen Ernährung, unterstützungswürdige Ziele sind.

Für Jugendliche sind dennoch in der Regel andere Überlegungen relevant: *«Interessiert mich das Thema überhaupt? Falls ja, worüber würde ich gerne mehr erfahren? Hat das Thema mit meinem Leben irgendetwas zu tun? Habe ich überhaupt Lust, mir über das Thema Gedanken zu machen, obwohl mich gestern die Freundin verlassen hat und ich vielleicht morgen die Prüfung nicht bestehen werde? Traue ich mir zu, mich in Bezug auf dieses Thema in Anwesenheit anderer Menschen zu exponieren?»*

Gehen wir von der Annahme aus, dass obige Fragen **mit einem Ja** beantwortet werden.

- In diesem Fall besteht die Aufgabe der Fachperson weniger darin, pfannenfertige Antworten zu liefern und die Zielgruppe zu unterhalten, sondern mehr mit Fragen die Reflexion anzuregen und eine vertrauenswürdige Atmosphäre zu schaffen, die die Teilnehmenden zu einer offenen Diskussion animiert. Oft finden solche Gespräche nicht mit einer ganzen

⁵ Ständige Suche nach Neuheiten. Denn was neu ist, gilt schon nach kurzer Zeit als veraltet und ist nicht mehr interessant.

⁶ Rasch auf etwas reagieren, was emotional beschäftigt, kurz darauf sich mit anderen Themen auseinandersetzen. Ev. nicht dran denken, welche Auswirkungen Spuren haben können, die man im Web hinterlässt.

⁷ Aus bestehenden Unterhaltungsressourcen, wie Musik, Videos, TV-Beiträgen usw. nur die Elemente wahrnehmen bzw. abspielen, die auch interessieren. Was nicht brennend interessiert, wird kurzerhand übersprungen.

⁸ Viele Angebote stehen (vermeintlich) kostenlos oder zu sehr niedrigen Preisen zur Verfügung. Es ist eine Selbstverständlichkeit geworden, dass man viel für wenig Geld (oder kostenlos) bekommt.

⁹ Damit ist die irrtümliche Vorstellung gemeint, dass es möglich ist, gleichzeitig ohne Leistungsverlust verschiedene Aufgaben zu bewältigen (z.B. WhatsApp nutzen und sich für Prüfungen vorbereiten).

Schulklasse statt, sondern - bei sehr persönlichen Themen in Abwesenheit von Lehrpersonen - mit kleinen Mädchen- oder Knaben-Gruppen: Klassische Themen sind Liebe, Verhütung, körperliche Veränderungen und sexuell übertragbare Krankheiten. Im suchtpreventiven Bereich werden u.a. Gruppen von Jugendlichen gebildet, die eine bestimmte Substanz wie Cannabis, Zigaretten, Alkohol, Drogen oder Medikamente konsumieren oder von einer nicht substanzgebundenen Verhaltenssucht betroffen sind (z.B. Onlinesucht, Gamen, Glücksspiel...). Wenn das Thema die Zielgruppe beschäftigt und die Jugendlichen für ein Gespräch bereit sind, hat die Fachperson die idealen Voraussetzungen, um das (Präventions-)Thema mit dem nötigen empathischen Fingerspitzengefühl zu vertiefen. Mehr zum Thema «Intervention bei betroffenen Zielgruppen» findet man im Abschnitt «Verhaltensänderung per Knopfdruck?» auf S.21.

Gehen wir nun von der Annahme aus, dass obige Fragen **ganz oder teilweise mit einem Nein** beantwortet werden.

- Dann befindet man sich vor einer Schulklasse und fragt z.B.: «*Was interessiert euch zum Thema 'Sucht'?*», und man bekommt keine Antwort. Ein solches Szenario kommt nicht immer vor, denn es gibt durchaus Jugendliche, die gerne Fragen stellen und für verschiedene Themen begeistert werden können. Es ist dennoch nur eine Frage der Zeit, bis man vor einer passiven Klasse steht, wo man den Eindruck bekommt, dass egal, was man sagt, man genauso gut im Büro hätte bleiben können.

Wenn man sich in dieser Situation befindet und nicht auf ein intrinsisches Interesse für das aktuelle Thema zählen kann, gibt es dennoch Methoden, mit denen die Jugendlichen angeregt werden können, sich mit einer Thematik auseinanderzusetzen. Stichworte dazu sind *Erlebnisse, Unterhaltung, Überraschung und Betroffenheit*.

Der damit eingeleitete Themenbereich ist so umfassend, dass man ganze Bücher dazu schreiben könnte. Die folgenden 4 Seiten bieten nur einige Anregungen, die zur Orientierung dienen.

- **Die «mhm»-Methode**

Die «mhm»-Methode hat sich bewährt, um die anfängliche Skepsis und Zurückhaltung zu überwinden, die man manchmal spürt, wenn man eine neue Jugendgruppe trifft. Man stellt Jugendlichen eine Frage, und wenn die Antwort «Ja» lautet, müssen sie mit geschlossenem Mund «mhm» als Hintergrundgeräusch produzieren. Meine erste Standard-Frage lautet in der Regel: «*Lernst du gerne Englisch?*» Die englische Sprache zieht Jugendliche stark an, daher hört man ein lautes «mhm» im Hintergrund (und falls nicht, kann man die Übung wiederholen, bis es klappt). Nach wenigen Auflockerungsfragen wie «*Bist du in einem sozialen Netzwerk aktiv?*» oder «*Hast du ein Hobby?*» (dazu kann man als Ergänzung Detailfragen stellen, die Interesse zeigen und deswegen beziehungs- sowie vertrauensaufbauend wirken) können anschliessend auch persönliche Themen angesprochen werden, wie «*Warst du schon*

verliebt?»¹⁰, «Denkst du, dass mehr als 30% der Jugendlichen im Alter von 15 Jahren jeden Tag Zigaretten rauchen?»¹¹, «Hast du viel Stress, z.B. wegen Prüfungen und Hausarbeiten?»¹² und/oder «Würdest du gerne mehr zum Thema 'Cannabis' oder 'Alkohol' erfahren?». Die einfache «mhm»-Methode ist lustig und regt die Aufmerksamkeit an. Innert kurzer Zeit schafft man damit in der Regel eine entspannte Atmosphäre, die die weitere Arbeit mit der Schulklasse erleichtert.

- **Das Thema mit dem Jugendalltag verbinden**

Eine andere Frage, die ich mit der «mhm»-Methode gelegentlich stelle, ist: «Macht dir die Klimaerwärmung Sorge?». Die Klasse - vor allem bei den Jüngeren - bleibt oft still. Dann erkläre ich, dass wegen der Klimaerwärmung die Gletscher schmelzen und ohne Gletscher es im Sommer wenig Wasser gibt. Wenn Wasser fehlt, kann wenig Strom produziert werden. Und wenn Strom fehlt, dann können die Smartphones nicht mehr aufgeladen werden. Nun zur Frage zurück: «Macht dir die Klimaerwärmung Sorge?» Jetzt, anders als kurz vorher, hört man aus der Klasse ein lautes «mhm»-Geräusch im Hintergrund. Selbstverständlich müssen wir die nächsten Jahre (noch) keine Stromknappheit befürchten. Das Beispiel verdeutlicht nur die Wichtigkeit, das angesprochene Thema, in diesem Fall eine konkrete gesellschaftliche Herausforderung wie die Klimaerwärmung, mit dem Alltag der Jugendlichen zu verknüpfen. Wenn diese Verknüpfung gelingt, wird das Thema für die Zielgruppe relevant und fassbar. Und dies fördert die Bereitschaft zur Reflexion und zur Auseinandersetzung bei einer grösseren Anzahl Jugendlicher, als wenn man ausschliesslich mit Werten und ethischen Prinzipien argumentiert.

- **Erlebnis-Methoden**

Viele Fachstellen nutzen Erlebnis-Methoden, um Themen mit Jugendlichen zu vertiefen. Dazu gehört u.a. die Rausch-Brille, mit der die Wirkung des Alkoholkonsums auf die Fähigkeit, konzentrationsintensive Aufgaben zu bewältigen, hautnah erlebt werden kann. Mit der Rausch-Brille, aber auch mit Quiz, Videos, Theater-Aufführungen mit Rollenspielen und mit sonstigen interaktiven Aktivitäten, die eine aktive Beteiligung der Zielgruppe voraussetzen, ist es in der Regel möglich (und manchmal sogar einfach), Jugendliche für (Präventions-)Themen zu interessieren, auch wenn diese mit ihrem Alltag wenig oder nichts zu tun haben. Zur Überprüfung dieser Aussage habe ich meinerseits verschiedene Methoden mit Schulklassen getestet und wurde darin bestätigt, dass mit der passenden Methode grosse Aufmerksamkeit garantiert ist. Zu diesen Methoden gehört die temporäre Umwandlung von Schulklassen in einem drei-dimensionalen Leiterspiel (die Ziffern des Leiterspiels liegen auf den Tischen). Pro Klasse werden drei Gruppen gebildet, jeweils mit einem Vertreter/einer

¹⁰ Erwartung: Je älter die Jugendlichen, desto lauter das «mhm»-Geräusch

¹¹ Jugendliche überschätzen masslos die Verbreitung des Rauchens und behaupten in der Regel, dass zwischen 30% und 80% der 15-jährigen täglich Tabakwaren in Form von Zigaretten konsumieren. Repräsentative Studien sprechen dennoch von 6.5%. Diese Diskrepanz ermöglicht die Einführung einer spannenden Diskussion über Selbstwahrnehmung und Glaubwürdigkeit der statistischen Erkenntnisse.

¹² Bei dieser Frage wird das «mhm»-Geräusch oft fast geschrien.

Vertreterin und mit einem Avatar. Jede Gruppe muss die bestmögliche Antwort für die aktuelle Frage auf einen Zettel schreiben. Wenn die Antwort korrekt (oder akzeptabel) ist, darf der Avatar der Gruppe den Würfel werfen und sich aufgrund des Ergebnisses auf dem Leiterspiel vorwärts vom einem Tisch zum nächsten bewegen. Wenn ein Avatar das Ende des Leiterspiels erreicht, hat die entsprechende Gruppe gewonnen und bekommt einen kleinen Preis. Diese Methode hat sich als effektiv erwiesen, um mit Schulklassen rauchpräventive Themen zu vertiefen. So erreicht man «innerlich» viele Jugendliche. Besonders schön ist es, wenn am Ende der Unterrichtsstunde eine junge Person abschliessend sagt: «*Es war lustig und ich habe dabei etwas gelernt!*». Mehr kann man von einem so kurzen Interventionseinsatz kaum erwarten.

- **Erfahrungsberichte**

Der direkte Kontakt mit Menschen, die bereit sind, über ihr Leben zu sprechen, kommt bei vielen Jugendlichen gut an und erleichtert eine Auseinandersetzung mit der vertieften Thematik. Aus diesem Grund, um Jugendliche für ein bestimmtes Thema zu sensibilisieren, arbeiten einige Fachstellen mit Personen, die vor Jugendgruppen über ihre Erfahrungen berichten. Bei diesen Erfahrungen geht es u.a. um Drogenkonsum, Sekten, Mobbing, sexuelle Orientierung und Identität, Behinderung usw. Mit dieser Methode kann man Vorurteile abbauen, unpassende Vorstellungen korrigieren und Jugendliche für bestimmte Gefahren «hautnah» sensibilisieren. Dennoch ist diese Methode aufwendig: Es kann schwierig sein, jemanden zu finden, der bereit ist, über die eigene Geschichte zu sprechen, und die Zuverlässigkeit mancher «Testimonials» ist gering, sprich sie erscheinen nicht immer, wenn man einen Termin vereinbart hat. Diese Schwierigkeiten verhindern eine grosse Verbreitung dieser Vorgehensweise.

- **Vorbilder und Informationsquelle**

Die Helden von heute sind Sportler, Musikerinnen, «YouTubler», Bloggerinnen, Gamer... Wenn eine Fachstelle einen Star der modernen Zeit gewinnen kann, sich für ein aktuelles Präventionsthema zu engagieren, eröffnet sich ein neuer Weg, um Jugendliche im strukturierten wie auch im offenen¹³ bzw. im flexiblen Setting¹⁴ für bestimmte Anliegen zu sensibilisieren. Denn eine Fachperson, wie auch eine Mutter oder ein Vater können dasselbe wie ein «YouTubler» sagen. Der Unterschied ist, dass das, was der «YouTubler» sagt, wahrscheinlich auf Zustimmung stösst. Die gleiche Botschaft, wenn sie von den Eltern oder von Fachkreisen kommt, wird vielleicht weniger ernst genommen oder gar in Frage gestellt. Selbstverständlich trifft diese Aussage nicht auf alle Jugendliche und nicht auf alle Themen zu. Die Frage der Informationsquelle ist dennoch durchaus relevant für die Empfänger/-innen

¹³ Offenes Setting bedeutet, dass ein Programm ohne aktives Mitwirken von Multiplikatoren/-innen genutzt wird.

¹⁴ Immer mehr Menschen nutzen neben Laptops auch Tablets und vor allem Smartphones, um mit Webinhalten zu interagieren. Zum Beispiel schauen sie den ersten Teil eines Videos im Büro. Den zweiten Teil, wenn sie auf das Tram warten. Den dritten Teil, wenn sie im Zug sitzen und den vierten Teil, wenn sie zu Hause angekommen sind. Weil das Video nicht in einem spezifischen Setting angeschaut wurde, ist vom «flexiblen» Setting die Rede.

und hat einen grossen Einfluss darauf, wie und ob überhaupt eine Botschaft akzeptiert wird. Eine Anekdote dazu wurde von einer Fachperson erzählt: Wenn sie über ein Präventionsthema, z.B. Cannabis, vor einer Klasse berichtet, dann merkt sie, dass nicht alle Jugendliche aufmerksam zuhören. Aber wenn ein Polizist in Uniform über das gleiche Thema einen Vortrag hält, dann herrscht Funkstille und höchste Konzentration. Es ist also nicht nur relevant, **was** man sagt und **wie** man es sagt, sondern auch **wer** etwas sagt, um in Jugendlichen «innerlich» ein Eindruck zu hinterlassen. Fachpersonen müssen deswegen keine Uniform tragen, wenn sie Schulklassen besuchen. Es kann schon genügen, wenn die Lehrperson die Schüler/-innen vorinformiert, dass demnächst ein Experte bzw. eine Expertin aus einer wichtigen Fachstelle (der Region) die Klasse besuchen wird. So strahlt die Fachperson von Anfang an eine gewisse Autorität aus. Ihre Botschaft bekommt dadurch mehr Gewichtung, was die Wirkung ihres Schuleinsatzes fördert.

- **Peer-to-Peer**

Im Rahmen des «Peer-to-Peer»-Ansatzes werden Präventionsziele auch oder ausschliesslich von Jugendlichen umgesetzt. Entweder melden sich die interessierten Jugendlichen für diese Aufgabe freiwillig und/oder sie werden dafür von den Kameraden bzw. von den Multiplikatoren/-innen ausgewählt. Eventuell - vom Auftrag abhängig - braucht man dazu bei Minderjährigen noch die Zustimmung der Eltern. In jedem Fall besteht für die ausgewählten Jugendlichen nie eine Verpflichtung, diese Rolle zu übernehmen. Wenn sie sich dennoch dafür entscheiden, dann findet meistens ein (mehr oder weniger) intensiver Austausch mit Erwachsenen statt, mit dem Ziel, in Bezug auf das Präventionsthema eine kohärente Haltung zu bilden, relevantes Wissen und Techniken zu erwerben und Überforderung zu vermeiden, bevor die junge Person eine aktive Rolle im Rahmen des Präventionsprogramms übernimmt. Ein Vorteil des «Peer-to-Peer»-Ansatzes ist, dass die beteiligten Jugendlichen das Präventionsprogramm mitgestalten können, was in der Regel die Jugendgerechtigkeit und dadurch die Wirkung des Angebotes positiv beeinflusst. Ob das, was diese Jugendlichen erzählen oder tun, auch von anderen Jugendlichen ernst genommen wird, hängt dennoch von ihrem Ansehen und von ihrer Glaubwürdigkeit ab. Daher ist beim «Peer-to-Peer»-Ansatz nicht nur wichtig, dass Jugendliche aktiv involviert werden, sondern auch, **wer** aktiv beteiligt wird: Im Idealfall junge Menschen, die von Gleichaltrigen respektiert und als vertrauenswürdig wahrgenommen werden und mit denen sie sich identifizieren können.

- **Überraschung, Provokation, paradoxe Intervention**

Von einigen Fachpersonen werden auch provokative Elemente (z.B. ein Plakat mit Beschriftung «Kiffer/-innen sind dumm») oder paradoxe Interventionen (z.B. den Auftrag, Reinigungsmittel zu trinken, denn wer raucht, konsumiert auch Ammoniak) eingesetzt, um eine Diskussion bzw. Konfrontation mit einer Thematik anzuregen. Diese Methode kann sehr schnell eine Diskussion auslösen bzw. eine Klasse aus der Passivität rausholen. Es benötigt dennoch viel Können und Fingerspitzengefühl seitens der moderierenden Fachperson, um das Gespräch in eine konstruktive Richtung zu lenken oder konstruktiv zu halten. Wenn das

gelingt, können auf diesem Weg spannende Diskussionen entstehen, die bleibende Spuren in der Erinnerung hinterlassen.

- **Briefing und/oder Debriefing**

Einige Fachpersonen verlangen, dass die Schüler/-innen Vorarbeit leisten, bevor ein Treffen stattfindet. Zum Beispiel werden die Jugendlichen von der Lehrperson beauftragt, Informationen über das vorgesehene Thema zu sammeln, sich darüber Fragen zu überlegen und diese auf einen Zettel zu schreiben. Wenn der Experte/die Expertin kommt, muss der Zettel griffbereit sein. So kann man davon ausgehen, dass keine wichtige Frage der Klasse vergessen geht. Weil sich die Jugendlichen schon vor dem Treffen mit dem geplanten Thema auseinandergesetzt haben, erwartet man, dass der Besuch der Fachperson eine höhere Wirkung erzielt. Zudem können die Jugendlichen mit ihren Fragen den Austausch mit der Fachperson steuern bzw. diesen auf die Inhalte fokussieren, die für sie eher von Interesse sind. Dies regt die Aufmerksamkeit an und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass das Gelernte nicht so schnell vergessen wird.

Eine alternative Vorgehensweise ist, dass Jugendliche nach dem Treffen mit der Fachperson den Auftrag bekommen, ausgewählte Aspekte der behandelten Thematik zu vertiefen. Die Lehrperson hat somit die wichtige Aufgabe, sicherzustellen, dass sich Jugendliche z.B. im Rahmen von Gruppenarbeiten und/oder Hausaufgaben weiterhin mit dem Präventionsthema auseinandersetzen, ev. dazu noch nachträglich einen kurzen Vortrag halten oder ihre kreative Arbeit vor der Klasse vorstellen. Auch in diesem Fall geht man davon aus, dass die persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema und die längere Interventionsdauer die Wirkung des Präventionsprogramms fördert. Dies wiederum ist kohärent mit der Haltung, dass es grundsätzlich ein Vorteil ist, wenn Lehrpersonen im Rahmen eines präventiven Einsatzes eine aktive Rolle spielen und nicht die ganze Arbeit an die Fachpersonen delegieren.

- **Struktur**

Viele Fachpersonen haben die Wichtigkeit einer strukturierten Vorgehensweise betont. Weitgehend unabhängig davon, von welcher Methode die Rede ist, muss diese eine klar definierte Einleitung, eine Durchführung und einen Abschluss haben. Jugendliche einzuladen, sich ohne vorgegebene Struktur mit einem Thema auseinanderzusetzen, wird oft als kritisch und als wenig wirksam betrachtet, es sei denn, dass die Jugendgruppe über selbststrukturierende Fähigkeiten verfügt, was zwar günstig wäre, aber mindestens im schulischen Setting nicht so oft vorkommt. Jugendliche sind gewohnt, dass Erwachsene ihren Alltag (ausserhalb der Freizeit) strukturieren. Ohne Struktur geraten viele Jugendliche entweder in Passivität und Langeweile oder sie entscheiden sich eher für jene Aktivitäten, die sie gerne tun: u.a. Surfen, Wischen und Posten. In beiden Fällen verfehlt das Präventionsprogramm sein Ziel. Um dem entgegenzuwirken, ist daher in der Regel eine strukturierende Vorgehensweise erforderlich, die die Jugendlichen auf der Bahn der Intervention zum Ziel des Präventionsprogramms hält.

Verhaltensänderung per Knopfdruck?

Es kommt vor, dass eine Lehrperson die lokale Fachstelle informiert, dass in ihrer Schulklasse gekiffert, geraucht oder Alkohol getrunken wird. Damit ist manchmal die Erwartung verbunden, dass mit einer Intervention einer Fachperson das Suchtproblem in kurzer Zeit beseitigt wird. Jugendliche ändern jedoch nicht automatisch ihr Verhalten, nur weil eine erwachsene Person - auch wenn sie gut qualifiziert und glaubwürdig ist - auf mögliche Schäden aufmerksam macht. Und auch wenn die Konsumierenden im Dialog merken und zugeben, dass nicht alles, was sie tun, für sie gut ist, darf eine Verhaltensänderung unmittelbar nach der Intervention oft nicht erwartet werden.

Verhaltensänderung braucht Zeit, manchmal Wochen, oft Monate oder Jahre, bevor sie umgesetzt wird. Daher verstehen sich viele Präventionsfachleute in erster Linie nicht als «Troubleshooter», die Probleme in kürzester Zeit aus der Welt schaffen wollen, sondern als jene, die einen Prozess für eine gewisse Zeit begleiten, mit dem Ziel, einen günstigeren Verlauf bei den betroffenen Jugendlichen zu unterstützen. Pfannenfertige Lösungen, die dazu dienen, Problemverhalten der Zielgruppe mit dem berühmten «Reset-Knopf» zu korrigieren, funktionieren dagegen nur in seltenen Fällen. Stattdessen versuchen die Fachpersonen mit einer empathischen Haltung, mit Fragen und mit sachlichen Informationen, Jugendliche zu motivieren, selber herauszufinden, was für sie gut ist, welche Bedürfnisse, Hoffnungen und Ängste sie haben, was sie beschäftigt und wie sie ihre Ziele erreichen können, auch wenn dies zu keiner unmittelbaren Änderung des Konsumverhaltens führt.

Selbstverständlich gehört zum Auftrag des Präventionsspezialisten die Schadensminderung eines problematischen Konsumverhaltens oder ein Konsumstopp. Ein Präventionsziel kann dennoch nicht **gegen**, sondern nur **mit** den betroffenen Personen erreicht werden. Und wenn für die betroffenen Personen zurzeit andere Probleme wichtiger als das Konsumverhalten sind, ist man gut beraten, diese Schwierigkeiten ernst zu nehmen und zu priorisieren. Langfristige Absicht und Hoffnung ist nach wie vor, dass dadurch aufgrund geänderter Rahmenbedingungen und neuer Perspektive das Konsumverhalten positiv beeinflusst wird. In wie weit diese Hoffnung gerechtfertigt ist, werden letztendlich die Konsumierenden selbst aufgrund ihrer Werte, Prioritäten und ihrer Kraft zur inneren Erneuerung bestimmen.

Konsumspezifische vs. konsumübergreifende Interventionen

Soll Suchtprävention konsumspezifisch oder konsumübergreifend sein? Zu diesem Thema liefern die Fachpersonen keine einheitliche Antwort.

- Einige Fachstellen haben vom Konzept der konsumspezifischen Suchtprävention Abstand genommen. Sie behandeln nicht mehr einzelne Substanzen wie Alkohol, Tabak oder Cannabis oder Konsumformen wie Online-Medien, Glücksspiel oder Gamen, sondern fördern im Allgemeinen die Lebenskompetenzen der Zielgruppe, um mit der gleichen Intervention einen präventiven Beitrag für alle Konsumvarianten zu leisten. Als Begründung für diese Haltung wird - aufgrund eines modernen Ansatzes - eine höhere Wirksamkeit des

Präventionsprogramms genannt wie auch, dass die finanziellen, fachlichen und zeitlichen Ressourcen, um einzelne Konsumformen zu behandeln, nicht vorhanden sind.

- Für andere Fachstellen sollen einzelne Konsumformen explizit behandelt werden, weil zwischen ihnen - von der Gesetzeslage her, gesellschaftlich und von der Wirkung her - grosse Unterschiede bestehen. Zwar streben auch viele dieser Fachstellen an, die allgemeinen Schutzfaktoren zu fördern. Sie gehen jedoch davon aus, dass ein Präventionsprogramm seine Wirkung nicht ganz entfalten kann, wenn es keine Auseinandersetzung mit einzelnen Konsumformen vorsieht. Zum Beispiel verursacht Rauchen kurze Zeit nach Konsumbeginn Schäden wie Husten und Halsschmerzen, Verlust von Zahnfleisch, Verfärbung der Zähne, unreine und blasse Haut, Beeinträchtigung des Geschmacks- und Geruchssinns und eine Reduzierung der sportlichen Leistung. Unterschiedliche Konsumformen sind für unterschiedliche schädliche Auswirkungen verantwortlich. Dadurch, dass man einzelne Suchtformen anspricht, kann man Jugendliche für die entsprechenden negativen Auswirkungen sensibilisieren; vor allem für die Folgen, die sie als besonders relevant und unangenehm empfinden. Dies in Kombination mit der Förderung der Lebenskompetenzen soll - dies die Ansicht mancher Fachpersonen - eine höhere Wirkung erzielen, als wenn man verzichtet, einzelne Formen des Konsumverhaltens zu thematisieren.

Kulturelle Aspekte

Die Vorgeschichte jeder jugendlichen Person begünstigt, erschwert oder verunmöglicht sogar die Wirkung eines Präventionsprogramms. Ein anschauliches Beispiel kam aus einem alpinen Kanton, wo der Konsum vom Schnupftabak beinahe zur Identität der Region gehört. Die Fachperson berichtete, wie schon Kinder in einigen Tälern relativ früh (sogar in der Primarschule) mit dem Konsum beginnen und wie dies als selbstverständlich wahrgenommen wird. Jede präventive Bemühung gegen den Einsatz von Schnupftabak in der Region stösst deswegen auf Unverständnis und löst Ablehnung aus.

In der Schweiz gibt es sehr viele verschiedene Kulturen, und sogar in einer Schulklasse kann man nicht unbedingt einheitliche Sichtweisen erwarten, weil jede junge Person einen eigenen kulturellen und familiären Hintergrund hat. Diese beeinflussen massgebend das Wirkungspotential eines Präventionsprogramms. Der Programmleiter oder die Programmleiterin muss sich bewusst sein, unabhängig von seinen oder ihren inneren Überzeugungen für die Wichtigkeit der angestrebten Ziele, dass der kulturelle Hintergrund und die Vorgeschichte der anvisierten Jugendlichen die Wirkung des Präventionsprogramms fördern, aber auch sabotieren kann.

Auch wenn ein Projekt auf unfruchtbaren Boden fällt, sollte man nicht vergessen, dass die Gesellschaft wie ein komplexer lebendiger Organismus ist, der sich manchmal schnell, manchmal (sehr) langsam ändert. Wer hätte vor 50 Jahren gedacht, dass es heute nicht mehr erlaubt ist, in Zügen und Restaurants zu rauchen, dass gleichgeschlechtliche Paare sich eintragen lassen können oder dass Jugendliche ihre Sexualität im Rahmen gesetzlich geregelter Altersgrenzen selbst

bestimmen dürfen. Fakt ist, dass manche Präventionsprojekte scheinbar keine Wirkung zeigen, womöglich, weil der kulturelle Hintergrund jeden Effekt unterbindet. Mehrere dieser scheinbar unwirksamen Projekte über eine längere Zeitachse können dennoch in der Gesellschaft tropfenweise die entscheidenden Änderungen hervorrufen, dank derer später neue Präventionsprogramme ihre Wirksamkeit entfalten können.

Daher können auch vermeintlich unwirksame Projekte eine Investition in die Zukunft sein. Wenn man auf ihre Durchführung verzichtet, könnte dies zur Folge haben, dass spätere Präventionsprogramme in einem bestimmten thematischen Bereich wie auch in manchen Regionen nie in der Lage sein werden, wirksam zu agieren.

Schule und offene Jugendarbeit

In diesem Bericht war oft die Rede vom schulischen Setting, vor allem, weil viele Fachstellen mit Schulen zusammenarbeiten. Da sich Jugendliche in verschiedenen Lebensbereichen bewegen, ist es dennoch plausibel, dass eine höhere Wirkung der präventiven Arbeit erwartet werden kann, wenn eine kohärente Botschaft in verschiedene Settings transportiert wird. *Könnte die offene Jugendarbeit eine ergänzende Alternative sein, um Jugendliche mit Präventionsprogrammen zu erreichen?*

Die grundsätzliche Antwort ist ja, insofern der zuständige Jugendarbeiter oder die Jugendarbeiterin in der Region über die zeitlichen und finanziellen Ressourcen verfügt, die erforderlich sind, um das Präventionsprogramm umzusetzen, wie auch ob er oder sie die dazugehörigen Massnahmen als unterstützungswürdig beurteilt.

In Schulen und in der offenen Jugendarbeit ist Präventionsarbeit möglich. In der offenen Jugendarbeit - mehr als in der Schule - haben dennoch Freiwilligkeit und Selbstbestimmung eine besonders hohe Bedeutung. Und das hat für die präventive Tätigkeit Folgen:

- **Freiwilligkeit** heisst, dass Jugendliche an einem Projekt teilnehmen dürfen, aber nicht müssen. Deswegen ist Motivationsarbeit nötig: Der Jugendarbeitende soll die Jugendlichen, die oft in «Cliques» organisiert sind, überzeugen, mitzumachen. Auch wenn diese vorläufig ihrer Teilnahme zustimmen, weiss man trotzdem nicht, wie viele davon sich wirklich mit dem Projekt auseinandersetzen werden. Erfolg oder Misserfolg des Einsatzes hängt unter anderem sehr stark vom Interesse für das Projektthema ab, von seiner Ausführungsform, von konkurrenzierenden Freizeitangeboten und von der Beziehung zwischen der Jugendarbeiterin und den Cliques.
- Ein anderer wichtiger Aspekt ist die **Selbstbestimmung**: Für mehrere Jugendarbeitende ist von zentraler Bedeutung, dass Jugendliche ihre Aktivitäten mitgestalten. Die Rolle der Erwachsenen besteht kaum darin, Vorschläge zu bringen, sondern Jugendliche darin zu unterstützen, ihre Ideen umzusetzen: «Bottom up» anstatt «Top down». Präventionsprogramme sind in der Regel «Top down» organisiert (schon wegen ihrer

Komplexität]. Dies schränkt ihre Einsatzmöglichkeit und ihre Verbreitung in der offenen Jugendarbeit ein.

Trotz allem ist die offene Jugendarbeit ein spannendes Umfeld für die Prävention, insofern man bereit ist, zu akzeptieren, dass nicht nur die Jugendarbeitenden, sondern auch die Jugendlichen Tempo und Stil vorgeben. Punkto «Erreichbarkeit» weisen manche Rückmeldungen der Fachpersonen darauf hin, dass mit dem gleichen Ressourceneinsatz eine grössere Anzahl Jugendlicher im schulischen Kontext erreicht werden kann als in der offenen Jugendarbeit. Betreffend «Wirksamkeit» ist mir aufgrund mangelnder Erfahrung in diesem Setting keine Stellungnahme möglich.

Abschliessende Bemerkungen

Wie löst man in den Jugendlichen eine Reflexion aus, die sich in einem positiven Verlauf ihres Gesundheitsverhaltens widerspiegelt? Jede junge Person legt aufgrund ihres kulturellen Hintergrundes, ihrer Vorgeschichte, ihrer Werte und Entwicklungsmöglichkeiten die Antwort selbst fest, nämlich ob sie dazu bereit ist und, falls ja, auf welche Weise und inwieweit. Die Fachpersonen können dazu Hand bieten und die Reflexionen begleiten. Das letzte Wort über das eigene Schicksal haben letzten Endes die Jugendlichen selbst, auch entsprechend der Chancen, die sie bekommen und die sie wahrzunehmen bereit sind.

Trotzdem können Fachpersonen mit ihrem Wissen, ihrer Empathie und mit dem nötigen Fingerspitzengefühl für die Förderung der Lebenskompetenzen und der Gesundheit der begleiteten Jugendlichen eine wichtige Rolle spielen. Weil Jugendliche eine heterogene Zielgruppe sind, ist es von Vorteil, wenn man als Fachperson eine breite Palette von Verhaltensstilen beherrscht. Auch der Einsatz verschiedener Methoden, um Präventionsinhalte zu vermitteln, dazu gehören Erlebnisse, Unterhaltung, Überraschung und Betroffenheit, erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass die behandelten Themen wahrgenommen und während einer längeren Zeitspanne vertieft werden, was wiederum für die Wirkung des Programms fördernd ist. Mit ihrem Verhaltensstil und ihrer Methodik sollte die Fachperson bei Jugendlichen den Eindruck erwecken, dass es sich lohnt, ihr zuzuhören, sich über die angesprochenen Themen Gedanken zu machen und zu tun, was sie vorschlägt: Weil es interessant, spannend, relevant, sinnvoll und/oder lustig ist.

Das Präventionsprogramm und die Person, die das Programm umsetzt, müssen für die Probleme oder für die Bedürfnisse der angesprochenen Jugendlichen in irgendeiner Form eine Antwort geben können, die von ihnen akzeptiert wird. In den Fällen, bei denen dies gelingt, hat man eine Chance, innerlich bei der anvisierten Zielgruppe etwas zu bewegen. Wie man das aber im konkreten Fall tut, dazu gibt es vermutlich keine ultimative Lösung, sondern nur einen lebenslangen Lernprozess, in dem man hoffentlich immer besser wird, aber in dem man auch offen für Überraschungen sein sollte. Daher enthält dieser Bericht Anregungen und Überlegungen, aber keine abschliessenden pfannenfertigen Rezepte für eine gute Prävention in Aktion.