



Drogen

«Realize-it»

Beratungsstellen

Cannabis

Schweiz Deutschland

Abhängigkeit Tabak

Prävention

Depression Psychische Pro

Ängstlichkeit Drogen Kiffen

Drogen

Alkohol

Konsummuster Depression

Kurzintervention Deutschla

Wirksamkeit Psychische Pro

Cannabis

Abhängigkeit Kiffen Länderve

Risikofaktoren Prävention Drogen

Kurzintervention Soziale Ausgar

Suchtneheilsförderung Kiffen Alkor

Abhängigkeit Cannabis Tabak Psych

Prävention Deutschland Schweiz

Was haben wir gelernt?

> «Realize-it»

Evaluation einer Kurzintervention bei Cannabisabhängigkeit

> Inhaltsverzeichnis

Executive summary	6
Die Ziele des Programms	7
Methodik	7
Das Programm	8
Das Handbuch/ («Booklet»)	8
Die beteiligten Beratungszentren	9
1 Rahmenbedingungen des Programms «Realize-it»	10
1.1 Beschreibung der Personen mit Eintrittsdaten	11
1.2 Charakteristik der Personen	12
1.3 Inanspruchnahme von Hilfen	12
1.4 Die Substanzvariablen	12
1.5 Das Konsummuster	14
1.6 Schwierigkeiten, die im Zusammenhang mit dem Konsum auftreten	15
1.7 Zusammenfassung der Eintrittsfragebogen-Ergebnisse	17
2 Programm-Abbrecher	18
2.1 Zusammenfassung: Welche Variablen bestimmen den Abbruch des Programms?	20
3 Prä-post-Veränderungen	21
3.1 Veränderungen unter dem Aspekt psychische Beeinträchtigung ja/nein	22
3.2 Zusammenfassung der Resultate (vorher – nachher)	23
3.3 Prä-post – follow-up	24
4 Besondere Fragestellungen	26
4.1 Geschlechtervergleich	26
4.2 Der Ländervergleich	27
5 «Realize-it» im Vergleich mit anderen Cannabisinterventionen (Meta-Analyse)	31
5.1 Interventionen bei Cannabiskonsumenten – ein Überblick	31
5.2 Cannabisinterventionen mit Jugendlichen	32
5.3 Cannabisstudien mit Erwachsenen	32
5.4 Wirksamkeit von «Realize-it»	35
6 Schlussfolgerungen und Ausblick	40
7 Bibliographie	42
8 Statistische Zusatzinformationen – zum besseren Verständnis der Tabellen	44
9 Beschreibung der Skalen	45
10 Anhang	47
10.1 Der Transfer von «Realize-it» in Deutschland (Peter Tossmann)	47
10.2 Wie weiter mit «Realize-it» in der Schweiz (Walter Minder)	47

> Executive summary



«Realize-it» ist ein 12 Wochen dauerndes Interventionsprogramm für Cannabiskonsumenten und -konsumentinnen. Es besteht aus 5 Einzelsitzungen und einer Gruppensitzung. Es handelt sich um ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Programm, das weitgehend auf die aktive Mithilfe der Teilnehmer/innen setzt. Um diese aktive Teilnahme zu erleichtern, arbeitet das Programm mit einem «Booklet». Das «Tagebuch» thematisiert Probleme, die im Zusammenhang mit der Konsumreduktion auftreten und gibt Hinweise, wie man damit umgehen kann.

Da das Programm eine relativ hohe Motivation der Teilnehmer/innen voraussetzt, spricht es nur eine bestimmte Population an. Die Teilnehmer/innen sind zu einem grösseren Teil über 20 und hauptsächlich im Altersspektrum 20–40 Jahre anzusiedeln. Jüngere Teilnehmer/innen lassen sich weniger ansprechen. Allerdings gibt es in einzelnen Zentren auch gegenteilige Erfahrungen. Diese hohe Selektivität erklärt teilweise die hohe Abbruchquote, die zu Beginn bei 60% lag, später aber unter 40% gesenkt werden konnte. Die Abbruchquote unterscheidet sich ebenfalls deutlich von Zentrum zu Zentrum. Der Abbruch in «Realize-it» wurde im Rahmen einer kleinen Zusatzstudie untersucht (vgl. Hüsler et al., 2007).

Mehr als 40% der Teilnehmer/innen leiden an psychischen Belastungen. Depressions- und Ängstlichkeitswerte liegen bei diesen Personen nicht mehr im Normbereich. Ausserdem hat mehr als ein Drittel eine schlechte soziale Ausgangslage. Das bedeutet, dass diese Personen weniger Rückhalt in ihrem Umfeld

haben und die individuellen Biografien Brüche aufweisen. Die soziale Ausgangslage ist die einzige Variable, welche die Abbrecher von jenen Personen unterscheidet, die das Programm erfolgreich beendet haben.

Die Wirkungen des Programms sind auf mehreren Ebenen beeindruckend. Der Cannabiskonsum im Beobachtungszeitraum geht deutlich zurück. Bei Personen mit psychischen Belastungen ist dieser Effekt deutlicher als bei den anderen, und ebenso bedeutsam ist es, dass sich auch das psychische Befinden verbessert. Diese Resultate bleiben auch im follow-up nach drei Monaten bestehen. Die Wirkungen sind mit jenen vergleichbar, die Bonnet (2005) in einer Übersichtsarbeit und Hüsler et al. (2007) in metaanalytischen Vergleichen angeben.

Um den Mangel der fehlenden Kontrollgruppe auszugleichen, wurden die Resultate von «Realize-it» mit anderen evaluierten Cannabisprogrammen verglichen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es sich bei «Realize-it» um ein wirksames, kurzes, individuelles Cannabis-Interventionsprogramm handelt, das bis anhin an mehr als 300 Personen durchgeführt wurde, sich für jüngere Erwachsene und Erwachsene in weitgehend stabilen sozialen Verhältnissen eignet und auf zwei Ebenen wirkt: Der Cannabiskonsum verringert sich, und zugleich verbessert sich das Befinden bei psychisch belasteten Personen.