

**Zeitschrift:** SuchtMagazin  
**Herausgeber:** Infodrog  
**Band:** 42 (2016)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Fazit : ForschungsSpiegel von Sucht Schweiz

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Fazit. *ForschungsSpiegel von Sucht Schweiz*

## Können Elternprogramme Substanzkonsum bei Jugendlichen verhindern oder reduzieren? Ergebnisse einer systematischen Literaturanalyse

**Zumeist erfolgt der Einstieg in den Substanzkonsum in der Adoleszenz. Dies geht auch aus den Daten der internationalen Schülerstudie HBSC hervor, welche für SchülerInnen zwischen 11 und 15 Jahren einen deutlichen Anstieg des Konsums zeigen.<sup>1</sup> Generell zählt Substanzkonsum sowohl im Jugend- als auch im Erwachsenenalter zu den zentralen Gesundheitsrisiken,<sup>2</sup> entsprechend gilt es, ihn, wenn möglich, zu verhindern oder wenn dies nicht gelingt, so zumindest auf ein weniger risikoreiches Mass zu reduzieren. In ihrem systematischen Überblick zur bestehenden internationalen Literatur gingen die AutorInnen der Frage nach, welche elternbasierten Programme zur Verhinderung oder Reduzierung jugendlichen Substanzkonsums bestehen, auf welche Wirkfaktoren zurückgegriffen wurde und wie erfolgreich die verschiedenen Programme in der Verhinderung bzw. der Reduzierung jugendlichen Substanzkonsums sind.**

### Quelle

Kuntsche, S. & Kuntsche, E. (in press): Parent-based interventions for preventing or reducing adolescent substance use – A systematic literature review. *Clinical Psychology Review*.

### Warum ausgerechnet die Eltern?

Man kann sich die Frage stellen, warum im Jugendalter ausgerechnet die Eltern interessante Partner für Jugendprogramme sein sollten. Es ist allgemein bekannt, dass Jugendliche sich in der Pubertät eben gerade von den Eltern abwenden, dass die Gleichaltrigen einen viel höheren Stellenwert geniessen und die Meinung der Eltern zum eigenen Verhalten bestenfalls als altmodisch und überholt betrachtet wird. Im Gegensatz zu den meisten Jugendfreundschaften bleiben die Beziehungen zu den eigenen Eltern jedoch zumeist ein Leben lang bestehen, vielleicht ein Grund, warum die meisten Jugendlichen sich sicher fühlen können, wenn sie gegen elterliche Regeln meutern, bleiben die familiären Bande doch auch im grössten Sturm und Drang solide. Für Eltern ist die Phase jugendlichen Aufbegehrens jedoch sehr verunsichernd. Glaubt man sein Kind aus dem Gröbsten raus, verwandelt sich das gerade noch ziemlich autonome und verständlich reagierende Gegenüber in ein häufig antriebsloses und zwischen Euphorie und Depression schwankendes Wesen, das alles und jedeN (inklusive sich selbst) in Frage stellt. Klamotten? Nicht diskutierbar! Ausgehzeiten? Dauerstreitpunkt! Freunde? Verstehen einen eh besser! Substanzkonsum? Mit all diesen Fragen sehen sich Eltern konfrontiert, ohne oft genau zu wissen, welches ihre Rolle ist, welche Zugeständnisse sie machen können und sogar müssen und welche nicht. Genau diese Verunsicherung macht Eltern zu interessanten, ja für die Prävention sogar zentralen Partnern bei der Verhinderung

bzw. Reglementierung jugendlichen Substanzkonsums. Sie, die Eltern, haben trotz aller Schwierigkeiten zumeist den direktesten Draht zu ihren Kindern und werden von diesen, wenn auch mit Einschränkungen, als regelsetzende Instanz akzeptiert, eine Rolle die weder Freunde und Freundinnen einnehmen, noch die Schule in gleichem Masse wahrnehmen kann. Daher sollten Präventionsmassnahmen Eltern in ihrer Rolle als Erziehende unterstützen, auch und gerade im Jugendalter.

### Auswahl der Studien

Dieser Aussage folgend gingen die AutorInnen in ihrer Studie der Frage nach, welche Wirkfaktoren die Wirksamkeit elternbasierter Präventions- und Interventionsprogramme bedingen und welche Programme am effektivsten jugendlichen Konsum verhindern oder reduzieren können. Anhand einer systematischen Analyse der internationalen Literatur der letzten zwölf Jahre konnten 39, zumeist randomisierte, Kontrollstudien identifiziert werden. Der für den Review berücksichtigte Substanzkonsum umfasste dabei neben den beiden legalen Substanzen Alkohol und Tabak auch die am häufigsten konsumierte illegale Substanz Cannabis. Selektionskriterien für die Berücksichtigung der Studien waren einerseits eine klare Ausrichtung des Programms auf die Eltern, d. h. ausser ihnen wurden mit der Massnahme weder die Jugendlichen selbst, noch die Schule, die Gemeinde oder andere Dritte direkt angesprochen; andererseits mussten die Studien jugendlichen Substanzkonsum bzw. damit in Verbindung stehende Drittvariablen, z. B. Kommunikation der Eltern mit den Jugendlichen oder Reglementierung, als Ergebnisvariablen berücksichtigen. Um die Effizienz der Massnahme möglichst unabhängig bewerten zu können, wurden bei Ergebnisvariablen vorrangig solche verwendet, die von den Jugendlichen selbst berichtet wurden. Neben diesen beiden Faktoren war das Vorhandensein einer Kontrollgruppe, mindestens eine Befragung nach Ablauf des Programms sowie die Publikation in englischer, deutscher oder französischer Sprache notwendig, um die Studie im Review berücksichtigen zu können.

Als von den Jugendlichen selbstberichtete Ergebnisvariablen wurden neben dem Einstieg in den Substanzkonsum auch das Ausmass eines eventuell bereits vorhandenen Konsums berücksichtigt. Zudem wurden allgemeine Erziehungsaspekte, wie Monitoring, d. h. das Wissen um die Aktivitäten der Kinder, Reglementierung und Regelkontrolle ebenso als relevante Drittvariablen erfasst wie substanzspezifische Erziehungsfaktoren, d. h. Eltern-Kind-Kommunikation im Allgemeinen und in Bezug auf Substanzen.

### Kenntnisse zu Wirkfaktoren und wirksamen Programmen

Insgesamt konnten 13 verschiedene Elternprogramme identifiziert werden. Diese variieren deutlich in der Anzahl der sie betreffenden Publikationen (eine bis 10 Studien je nach Programm), der Form des Programms (Prävention oder Intervention), der betrachteten Altersgruppe bzw. der Qualität der Evaluation.

Aufgrund der gewählten Suchkriterien war die in den verschiedenen Programmen berücksichtigte Altersspanne erwartungsgemäss gross. So deckten die beiden Programme mit der umfangreichsten Zahl an publizierten Studien einerseits die frühe Adoleszenz (ca. 12 Jahre: Örebro Prevention Program) ab, andererseits den Beginn des Colleges d. h. das junge Erwachsenenalter (ca. 18 Jahre: Parent Based Intervention Programm: PBI von Rob Turrissi). Entsprechend unterschiedlich waren die im Rahmen des Programms thematisierten Entwicklungsaufgaben sowie die Art der Umsetzung der Programme, werden 12-Jährige doch anders angesprochen und durchleben andere Entwicklungsaufgaben als 18-Jährige. Hingegen waren die beschriebenen Erfolgsfaktoren der

jeweiligen Programme trotz der Unterschiede im berücksichtigten Alter nahezu identisch. Beide Programme basierten auf elterlichem Monitoring, Regelsetzung, Regelkontrolle und einer offenen Kommunikation zwischen Eltern und Jugendlichen, Unterschiede fanden sich lediglich hinsichtlich der Gewichtung der einzelnen Faktoren. Die Notwendigkeit einer unterschiedlichen Gewichtung wundert wenig, ist beispielsweise elterliches Monitoring bei 12-Jährigen deutlich einfacher zu realisieren als bei einem oder einer 18-Jährigen, insbesondere dann, wenn der oder die junge Erwachsene beginnt, eventuell in einer anderen Stadt aufs College zu gehen.

Auch bei der Betrachtung der übrigen Programme fanden sich die gleichen Erfolgsfaktoren. Es kann somit davon ausgegangen werden, dass diese Faktoren, d.h. elterliche Regelsetzung, die Kontrolle der Einhaltung dieser Regeln bzw. das Verhängen von Sanktionen bei Regelverletzung, elterliches Monitoring, d.h. das Wissen um die Aktivitäten des eigenen Kindes und eine offene Kommunikation zwischen Eltern und Jugendlichen elementare Bestandteile elternbasierter Programme darstellen und für den Erfolg der Massnahmen unabdingbar sind. Trotz variierender Gewichtung der Faktoren aufgrund unterschiedlicher Altersgruppen oder der eventuell bereits bestehenden Problemlast (allgemeine Prävention vs. Intervention bei verhaltensauffälligen Jugendlichen) tragen alle diese Faktoren zur Erreichung des gesetzten Zieles bei, nämlich zu einer Verhinderung oder Verminderung jugendlichen Substanzkonsums.

Zumindest einige dieser Programme wiesen in diesem Bereich auch deutliche Erfolge auf. So zeigte beispielsweise das Interventionsprogramm «Familias Unidas», das speziell auf die Bedürfnisse lateinamerikanischer Familien in den USA ausgerichtet ist und sich an Eltern auffälliger und sozial benachteiligter Jugendlicher richtet, durchaus beachtliche Erfolge bei der Reduzierung des Substanzkonsums dieser Jugendlichen. Jedoch ist die Anzahl der bisher publizierten Studien in diesem Bereich aktuell noch zu gering, so dass keine abschliessenden Aussagen zur Effektivität des Projektes getroffen werden können. Zudem wurde das besagte Programm bisher «nur» erfolgreich in Risikogruppen angewandt. Das «nur» mag verwundern, aber die Wahl einer problembelasteten Gruppe kann durchaus auch Grund für die guten Erfolge sein, da in dieser Zielgruppe die Spannweite möglicher Veränderungen grösser ausfällt, als in weniger problembelasteten Gruppen.

Für die übrigen Programme, u.a. PBI und Örebro Prevention Program, fanden sich hingegen zwar ebenfalls Effekte bezüglich jugendlichen Substanzkonsums, jedoch waren diese geringer skaliert bzw. betrafen häufiger positive Effekte auf sogenannte Drittvariablen, d.h. es wurde u.a. eine verbesserte Eltern-Kind-Kommunikation festgestellt, ein Faktor der indirekte Effekte auf den Substanzkonsum haben kann.

### Verallgemeinerbarkeit der Ergebnisse und Grenzen

Den identifizierten Wirkfaktoren – elterliches Monitoring, Regelsetzung, Regelkontrolle und eine Förderung der Eltern-Kind-Kommunikation – gemeinsam ist eine hohe Verallgemeinerbarkeit ihrer Bedeutung und Wirksamkeit über jugendlichen Substanzkonsum hinaus. So gelten all diese Faktoren auch für andere im Jugendalter relevante Themenbereiche und Aspekte jugendlichen Verhaltens, wie etwa die Ausgehzeiten, Internetnutzung, Probleme in der Schule, Zeit mit Freunden. Sie können daher, einmal verstanden und richtig angewandt, von den Eltern generalisiert auch auf andere Diskussionsfelder und Themengebiete übertragen werden.

Hinsichtlich der Umsetzung der Massnahmen legen die Ergebnisse der verschiedenen Programme zudem nahe, dass es eine Art Mindestmass an Intervention bedarf. So waren Programme mit regelmässiger Auffrischung der Inhalte (booster sessions) oder die wiederholte Präsentation der Inhalte und Ziele des Programms (Beispiel Örebro Prevention Program in Schweden) erfolgreicher als eine einmalige Durchführung. Leider war für die Mehrzahl der betrachteten Programme die Zielgruppe des Programms eng mit der Intensität der Massnahme verknüpft. Mit anderen Worten, Risikogruppen oder bereits auffällig

gewordene Jugendliche erhielten intensivere Massnahmen, während allgemeine Präventionsprogramme für Jugendliche zum Teil nur aus einmaligen Elterninformationen bestanden (Örebro in den Niederlanden). Aussagen bezüglich einer optimalen Länge von Programmen sind vor diesem Hintergrund leider nicht möglich.

### Was bedeutet dies für die Prävention?

Zwar sind die für die verschiedenen Elternprogramme gefundenen Effekte häufig eher klein, dennoch gelang es der Mehrzahl der untersuchten Programme, den Eltern Kompetenzen und Sicherheiten zu vermitteln, welche im Endeffekt die elterliche Position gegenüber den Jugendlichen stärkten, die Eltern für Substanzkonsum der Jugendlichen sensibilisierten und die Kommunikation in der Familie bezüglich dieser Themen förderten. Somit erlauben elternbasierte Programme mit einem vergleichsweise geringen Aufwand an Personal und Kosten, den Eltern effiziente Hilfsmittel an die Hand zu geben, um ihren Kindern und Jugendlichen auch während der mitunter schwierigen Phase der Adoleszenz zur Seite zu stehen.

Bei Vergleichsstudien erzielten Mehrebenenansätze in der Regel grössere Effektstärken,<sup>3</sup> jedoch sind sie in vielen Aspekten aufgrund der höheren Anzahl beteiligter Personen oder Instanzen (z.B. Eltern, Schule, Gemeinde sowie die Jugendlichen selbst) auch schwieriger zu realisieren und ungleich kostenintensiver. Wendet man sich an die Eltern von Jugendlichen, hat dies gleich mehrere Vorteile: Die Adoleszenz und die damit einhergehenden normalen Konflikte lassen Eltern an ihren erzieherischen Fähigkeiten zweifeln und machen sie offen für Hilfsangebote. Zudem erfolgt der Einbezug der Jugendlichen allein über die Eltern, was den Zugang zu den Jugendlichen für die Prävention deutlich erleichtert, müssen diese doch nicht zusätzlich zu einer aktiven Teilnahme an einem Präventionsprogramm motiviert werden. Dieser Aspekt ist umso wichtiger, als bereits der Zugang zu vulnerablen oder sozial benachteiligten Eltern eine grosse Herausforderung für die Prävention darstellt. Aktuell werden über die angebotenen Massnahmen vor allem Eltern mit gutem Bildungs- und sozioökonomischen Hintergrund erreicht, welche letztlich nicht die Zielgruppe mit dem dringlichsten Handlungsbedarf sind. Durch die Teilnahme an einem Elternprogramm wird direkt die Interaktion zwischen den Eltern und ihren jugendlichen Kindern gefördert. Dies wiederum schafft die ideale Grundlage für eine gemeinsame Kommunikation, ein Aushandeln der Regeln und Sanktionen bei Regelverletzung. Somit stärken elternbasierte Programme die Eltern in ihrer Position als Erziehende. Dies wird Streit und Auseinandersetzung zwischen Eltern und Jugendlichen zwar sicher nicht verhindern, den Eltern jedoch das notwendige Handwerkszeug an die Hand geben, Konflikte zu meistern und somit auch ihren jugendlichen Kindern einen angemessenen und sicheren Rahmen für ihre Entwicklung zu gewährleisten.

### Sandra Kuntsche, Sucht-Schweiz, [fazit@suchtschweiz.ch](mailto:fazit@suchtschweiz.ch)

#### Literatur

Currie, C./Zanotti, C./Morgan, A./Currie, D./De Looze, M./Roberts, C. et al. (2012): Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: International report from the 2009/2010 survey. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. [www.tinyurl.com/HBSC-2012](http://www.tinyurl.com/HBSC-2012), Zugriff 24.05.2016.

Gore, F. M./Bloem, P. J. N./Patton, G. C./Ferguson, J./Joseph, V./Coffey, C. et al. (2011): Global burden of disease in young people aged 10–24 years: A systematic analysis. *The Lancet*, 377(9783), 2093–2102. doi: 10.1016/S0140-6736(11)60512-6.

Foxcroft, D. R./Tsersvadze, A. (2011): Universal multi-component prevention programs for alcohol misuse in young people. *Cochrane Database of Systematic Reviews*(9), Cdo09307. doi: 10.1002/14651858.cdo09307.

#### Endnoten

- 1 Vgl. Currie et al 2012.
- 2 Vgl. Gore et al. 2011.
- 3 Vgl. Foxcroft & Tsersvadze 2011.