

Mut zur Realität – Substanzkonsum und Gesundheitsförderung im Spannungsfeld sozialer Einflüsse

Christian HERMANN^{1,2}

¹FH JOANNEUM GmbH Graz; ²Kontakt: christian.hermann@fh-joanneum.at



Hintergrund

1 Der frühe Konsum von Alkohol und Nikotin im Jugendalter stellt eine zentrale Herausforderung für die Gesundheitsförderung dar, da er mit erhöhten Risiken für spätere gesundheitliche Beeinträchtigungen verbunden ist (Manthey & Kilian, 2025; Starker et al. 2025). Ziel dieser Pilotstudie war es, psychosoziale Einflussfaktoren auf den Erstkontakt sowie das Konsumverhalten Studierende der Gesundheits- und Krankenpflege zu analysieren und Ansatzpunkte zur Förderung physischer und psychischer Gesundheit zu identifizieren.

Bezug zur Gesundheitsförderung

Die Vermeidung riskanten Verhaltens wird durch die Stärkung individueller Ressourcen wie Selbstwirksamkeit und Lebenskompetenz unterstützt (Rupp & Kreuter, 2021; RKI, 2018). Dieser präventive Ansatz steht im Einklang mit dem Nachhaltigkeitsziel SDG 3, das die Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden über alle Lebensphasen hinweg fordert (United Nations, 2015).

Forschungsfragen

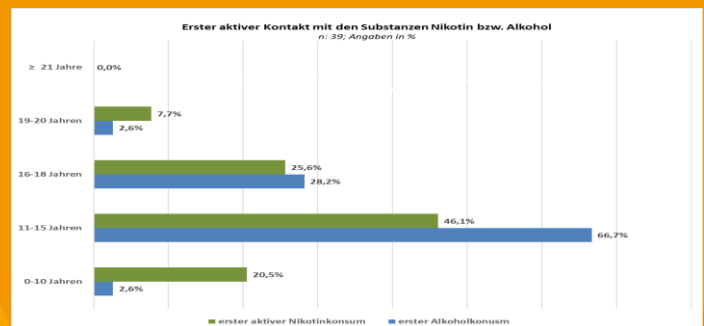
1. In welchem Alter machten Studierende der Gesundheits- und Krankenpflege erste Erfahrungen mit Alkohol und Nikotin?
2. Welche Faktoren begünstigen einen frühen Konsumeinstieg?

Methode

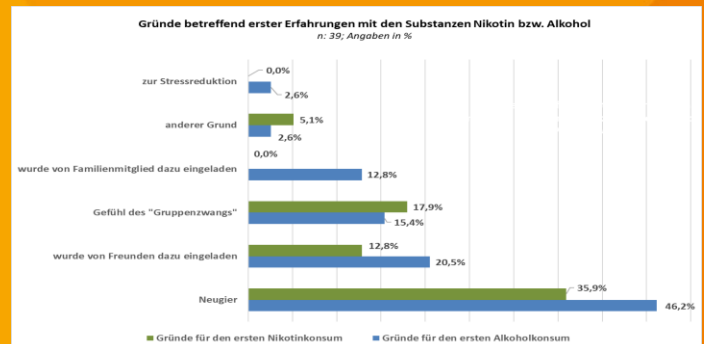
2 Im Rahmen eines Projekts mit dem Fokus auf Psychohygiene, der Lehrveranstaltung „Versorgungskonzepte im psychiatrischen Setting 1“, wurde eine freiwillige, anonyme Onlinebefragung unter 39 Studierenden durchgeführt. Der eigens konzipierte Fragebogen umfasste 15 geschlossene Items mit nominalen Antwortkategorien u. a. zu Einstiegsalter, Konsummotiven, sozialen Einflussfaktoren und aktuellem Konsumverhalten.

Ergebnisse

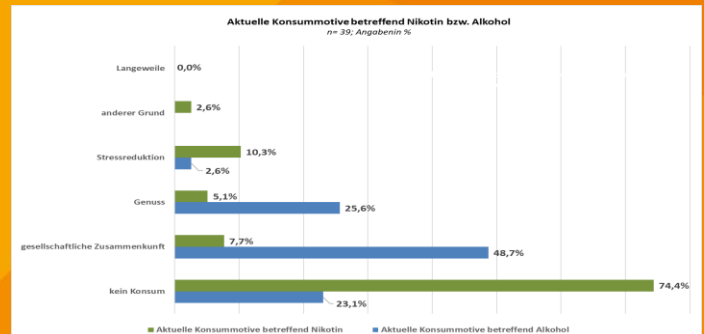
3 Etwa 67% der Befragten sammelten erste Alkoholerfahrungen zwischen dem 11. und 15. Lebensjahr. In der selben Phase hatten rund 46% erste aktive Rauchererfahrungen (Tab. 1). Neugier war für die Bereiche Alkohol- (46%) und Nikotinkonsum (36%) das häufigste Motiv, gefolgt von Gruppenzwang (15–18%) und freundschaftlichen Einladungen (13–21%). Familiäre Einflüsse traten mit 13% nur beim Alkoholkonsum auf (Tab. 2). Aktuell erfolgt Alkoholkonsum meist bei gesellschaftlichen Anlässen (49%) und Nikotinkonsum zur Stressreduktion (10%) (Tab. 3).



Tab. 1: erster aktiver Konsum von Nikotin u. Alkohol



Tab. 2: Einstiegsgründe in den Substanzgebrauch



Tab. 3: Aktuelle Konsumationsgründe betreffend Alkohol und Nikotin

Schlussfolgerung und Empfehlung

4 Die aktuellen Zahlen verdeutlichen die Notwendigkeit früh-präventiver Maßnahmen, da der Erstkontakt mit Alkohol und Nikotin häufig vor Erreichen des gesetzlich zulässigen Konsumalters erfolgt. Familiäre Einflüsse, das soziale Umfeld und der Freundeskreis erwiesen sich als zentrale Einflussfaktoren auf das Konsumverhalten. Aufgrund der geringen Stichprobengröße sind die Ergebnisse vorsichtig zu interpretieren und nicht generalisierbar. Weitere Studien mit repräsentativen Stichproben sind nötig, um eine robuste Basis für partizipative, lebenskompetenzfördernde Prävention zu schaffen.