infodrog sns Safer Nightlife Schweiz

info drog coordination intervention suisse

Kurzberatung im Nightlife-Setting

Alwin Bachmann, Infodrog

Anja Lischer, Jugendberatung Streetwork / Saferparty.ch

Ablauf des Kurses

1. Das Beratungssetting Nightlife
2. Gesprächstechniken
3. Nightlife-Fragebogen (Rollenspiel)
4. Weiterführende Hilfe

Das Beratungssetting Nightlife

Das Beratungssetting Nightlife

- Teil eines hedonistischen Gesamtsettings
- «Grundrauschen»: Ton, Licht, Crowding, Substanzeinfluss
- Gemischtes Publikum
- Personen sind meistens in Gruppen unterwegs
- Kurze, häufig einmalige Kontakte ohne „Beratungsauftrag“
- Häufig erster Kontakt mit Suchthilfesystem
- Freiwilligkeit
- Fehlende Privatsphäre

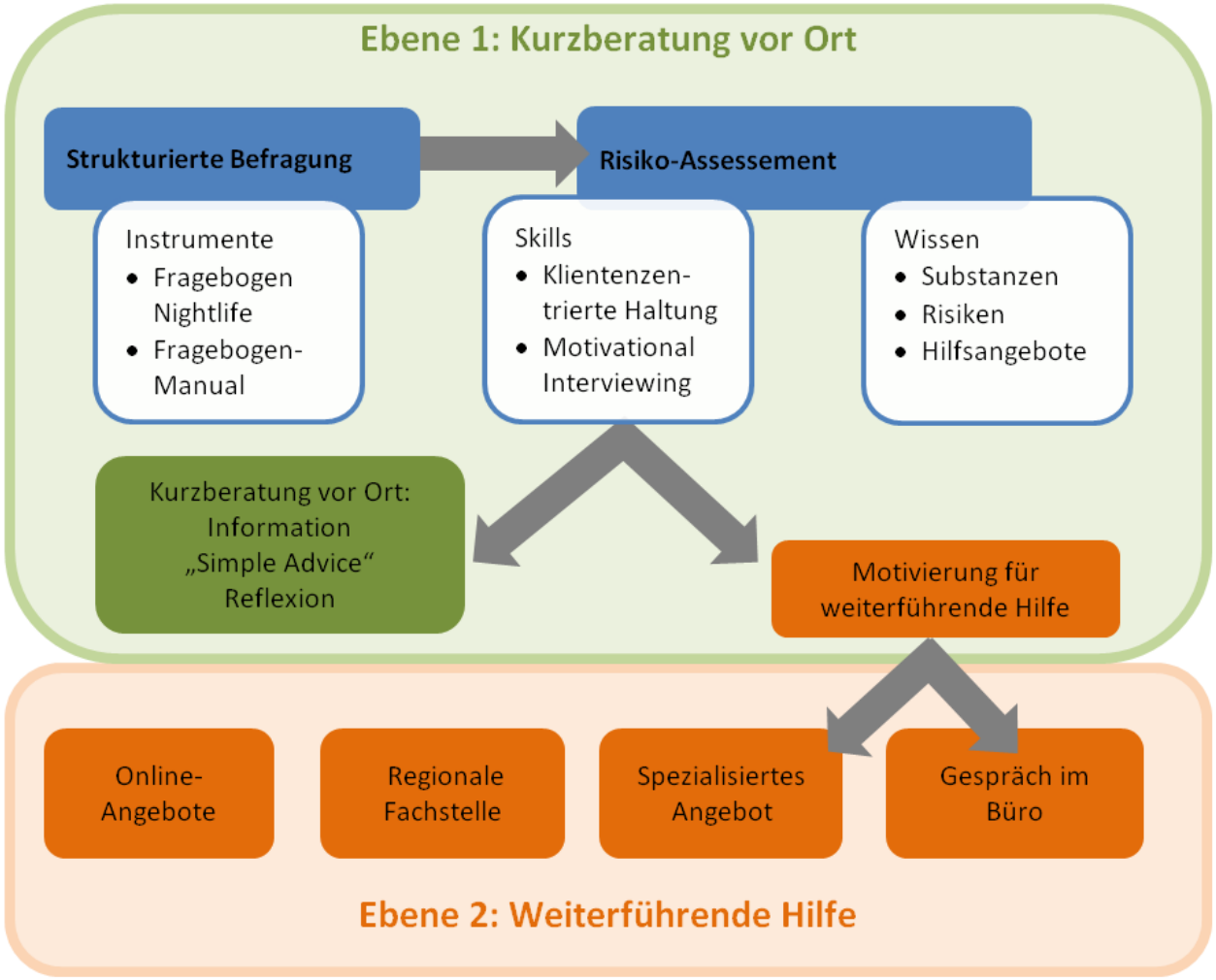
Partydrogen Konsumierende

- Integration des Konsums in die eigene Lebenswelt (Freizeitkonsum)
- Big 5 Freizeitdrogen: Alkohol, Cannabis, Ecstasy, Speed, Kokain
- Bei der Mehrheit liegen keine Abhängigkeit und auch keine akuten Gesundheitsprobleme vor
- Auswirkungen auf den Alltag sind relativ häufig (depressive Verstimmung, Angstzustände, Probleme mit dem sozialen Umfeld, u.a)

Gründe für den Besuch eines Infostands / DC

- Neugier
- Bedürfnis nach Information
- Konkrete Fragen
- Fragen oder Unsicherheit betreffend Substanzqualität
- Bedürfnis nach Small Talk
- Bedürfnis nach Beratung / Betreuung

Ablauf einer Kurzberatung im Nachtleben



Ziele einer Kurzberatung

1. Assessement: (Individuelle) Konsummuster und Risiken abschätzen und diskutieren
2. Fundierte Substanz- und Gesundheitsinformationen sowie Empfehlungen zur Risikominimierung abgeben
3. Selbstreflexion und Veränderung von Risikoverhalten fördern
4. Bei Bedarf und Einverständnis: weiterführende Hilfe anbieten oder aktiv vermitteln

Gesprächstechniken

Klientenzentrierte Haltung

Positive Wertschätzung und Akzeptanz

Echtheit und Kongruenz

Einfühlendes Verstehen – Empathie

Offene Fragen stellen

- Fragen, die nicht mit festgelegten Antwortoptionen (z.B. «Ja» oder «Nein») beantwortet werden können

- Dienen dem Berater/der Beraterin zur Risikoeinschätzung
- Fördern bei Beratenen Selbstreflektion

Change talk: Durch offene Fragen auf die Nachteile des momentanen Verhaltens und die Vorteile einer Veränderung lenken *(Z. B. "Welche Vorteile hätte es, weniger häufig Kokain zu konsumieren?")*

Miller, W. R., & Rollnick (1991)

Offene Fragen stellen

- *Wie geht es dir mit deiner beruflichen/schulischen Situation?*
- *Wie häufig hast du in den Monaten zuvor konsumiert?*
- *Was hat sich seit deinem Erstkonsum verändert?*
- *Wie sieht es mit Konsumunterbrüchen aus?*
- *Wie häufig kommt es zu einer Partynacht mit Konsum von…?*
- *Welche Vorteile hätte es, weniger häufig Substanz xy zu konsumieren?")*
- *Wie häufig hast du ein negatives Ereignis xy erlebt?*
- *Was hat sich seit diesem Ereignis verändert?*

Förden von Risikoexploration und Selbstreflexion

Aktives Zuhören

- Interesse u. Wohlwollen verbal und nonverbal vermitteln
- Spiegeln / Nachfragen
  „Was ich verstehe/höre, ist…“; „Habe ich das richtig verstanden…“
- Zusammenfassen und reflektiertes Feedback geben
- Verzicht auf: urteilen, moralisieren, predigen, belehren, drohen, interpretieren, bagatellisieren, etc

Verständnisvolles, einfühlsames Zuhören mit der Rückmeldung darüber, was verstanden wurde

Konfrontieren – mit Mass

- Selbstkonfrontation mit eigenem Konsumverhalten anhand Fragebogen
- Aufzeigen riskanter Konsum- und Verhaltensmuster
- Zusammenhänge herstellen zwischen erlebten Folgen und Konsum
- Diskrepanzen und Ambivalenzen aufzeigen

Achtung: im Nightlife-Setting wohl dosiert anwenden!

Kein aktives Drängen zur Veränderung

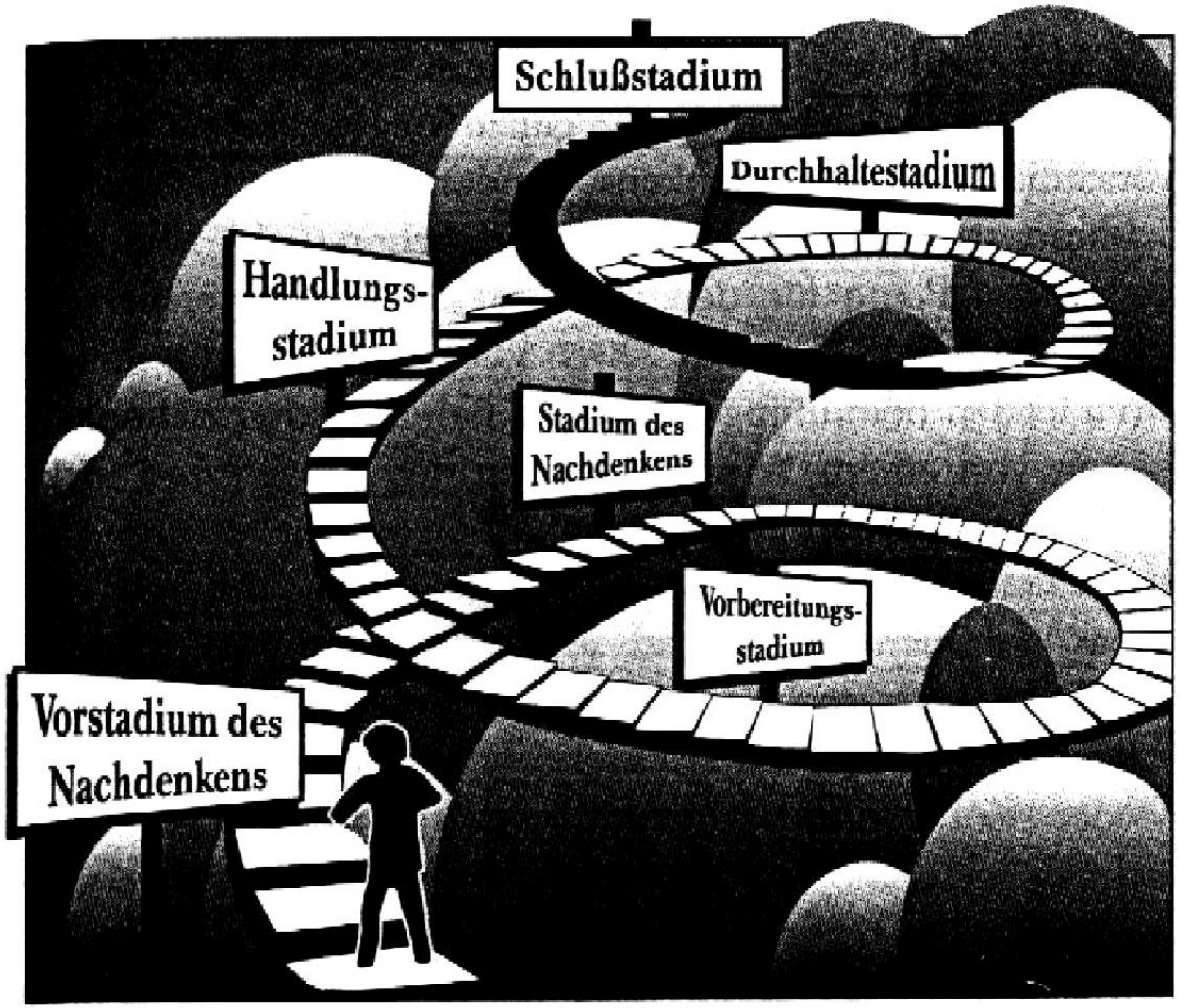
Veränderungen fördern

Zuerst: wo steht die Person, die zum Stand kommt?

1. Konsumierende ohne Wunsch zur Veränderung
2. Unsichere, unentschlossene, ambivalente Konsumierende
3. Konsumierende, die schon erste Schritte zur Veränderung unternommen haben

- **Person dort abholen, wo sie steht**
- **Grenzen der Beratungssituation „Nightlife“ beachten**

Stadien der Verhaltensänderung



Di Clemente und
Prochaska (1986)

Selbstwirksamkeitsüberzeugung stärken

- Fokus auf Ressourcen und Kompetenzen legen
- Selbstverantwortung und Eigenmotivation stärken
- Dem Gegenüber Zuversicht vermitteln, dass es Veränderungen erreichen kann (Glaube an Erfolg)
- (Selbst-)Hilfemöglichkeiten aufzeigen (Information, Webseiten, Drug Checking, etc.)

Umgang mit Widerständen

Widerstand aufgrund:	Mögliche Intervention
Fehlendes Risikobewusstsein (Leugnen oder Herunterspielen von Risiko oder Suchtproblemen)	Offenes Fragen Feedback, Information
Fehlendes oder falsches Wissen respektive Überzeugungen in Bezug auf Substanzen, Risiken, Angebote…	Informieren und Fakten aufzeigen
Konflikt mit eigenem Konsumverhalten, Spass vs. Gesundheit etc.	Aktives Zuhören und Reflektion, Pro- /Contra erfragen, Bestärkung, Anstösse zur Veränderung geben
Nicht-Bereitschaft für eine Beratung im Nightlife-Setting	Akzeptanz und Zurückhaltung

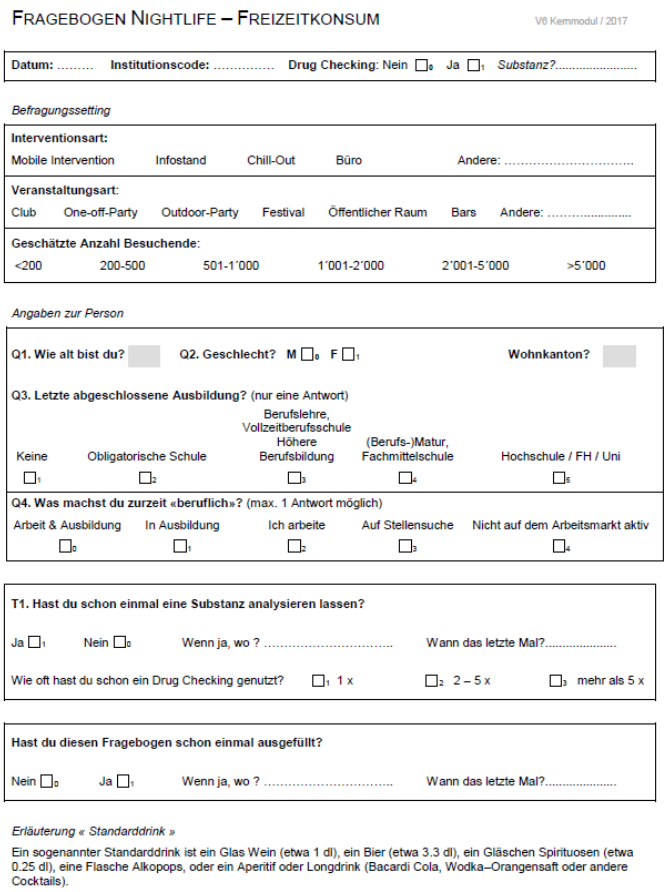
Fragebogen Nightlife

Fragebogen Nightlife

= Instrument für Risiko-Assessment:

- Detaillierte und konkrete Erfassung des Konsum- und Risikoverhaltens
- Andockpunkte für vertiefende Fragen (Exploration) und Reflektion
- Andockpunkte für Information und «Simple Advice»
- Strukturierung einer Kurzberatung

https://survey.drugchecking.ch



FRAGEBOGEN NIGHTLIFE – FREIZEITKONSUM

V6 Kernmodul / 2017

Datum: ..... **Institutionscode:** ..... **Drug Checking:** Nein ☐0 Ja ☐1 *Substanz?*.....

Befragungssetting

Interventionsart:
Mobile Intervention | Infostand | Chill-Out | Büro | Andere: .....

Veranstaltungsart:
Club | One-off-Party | Outdoor-Party | Festival | Öffentlicher Raum | Bars | Andere: .....

Geschätzte Anzahl Besuchende:
<200 | 200-500 | 501-1'000 | 1'001-2'000 | 2'001-5'000 | >5'000

Angaben zur Person

Q1. Wie alt bist du? **Q2. Geschlecht?** M ☐0 F ☐1 **Wohnkanton?**

Q3. Letzte abgeschlossene Ausbildung? (nur eine Antwort)
Keine ☐1 | Obligatorische Schule ☐2 | Berufslehre, Vollzeitberufsschule Höhere Berufsbildung ☐3 | (Berufs-)Matur, Fachmittelschule ☐4 | Hochschule / FH / Uni ☐5

Q4. Was machst du zurzeit «beruflich»? (max. 1 Antwort möglich)
Arbeit & Ausbildung ☐0 | In Ausbildung ☐1 | Ich arbeite ☐2 | Auf Stellensuche ☐3 | Nicht auf dem Arbeitsmarkt aktiv ☐4

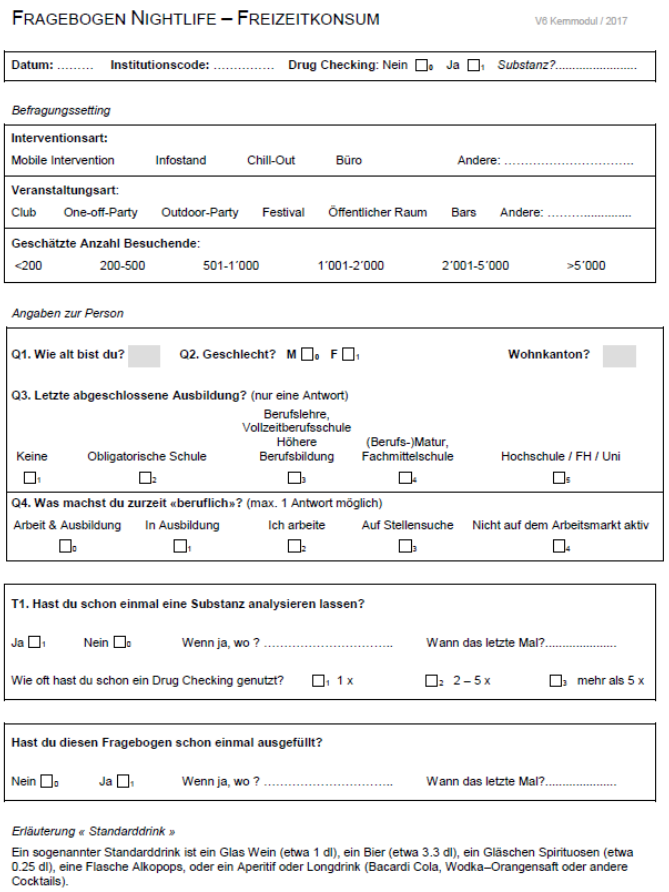
T1. Hast du schon einmal eine Substanz analysieren lassen?
Ja ☐1 Nein ☐0 Wenn ja, wo ? ..... Wann das letzte Mal?.....
Wie oft hast du schon ein Drug Checking genutzt? ☐1 1 x ☐2 2 – 5 x ☐3 mehr als 5 x

Hast du diesen Fragebogen schon einmal ausgefüllt?
Nein ☐0 Ja ☐1 Wenn ja, wo ? ..... Wann das letzte Mal?.....

Erläuterung « Standarddrink »
Ein sogenannter Standarddrink ist ein Glas Wein (etwa 1 dl), ein Bier (etwa 3.3 dl), ein Gläschen Spirituosen (etwa 0.25 dl), eine Flasche Alkopops, oder ein Aperitif oder Longdrink (Bacardi Cola, Wodka–Orangensaft oder andere Cocktails).

Fragebogen Nightlife

- «Rollenspiel» zu zweit
- Fragen?
- Unklarheiten?
- Was lief gut?
- Was war schwierig?



FRAGEBOGEN NIGHTLIFE – FREIZEITKONSUM

V6 Kernmodul / 2017

Datum: ..... **Institutionscode:** ..... **Drug Checking:** Nein ☐0 Ja ☐1 *Substanz?*.....

Befragungssetting

Interventionsart:
Mobile Intervention | Infostand | Chill-Out | Büro | Andere: .....

Veranstaltungsart:
Club | One-off-Party | Outdoor-Party | Festival | Öffentlicher Raum | Bars | Andere: .....

Geschätzte Anzahl Besuchende:
<200 | 200-500 | 501-1'000 | 1'001-2'000 | 2'001-5'000 | >5'000

Angaben zur Person

Q1. Wie alt bist du? **Q2. Geschlecht?** M ☐0 F ☐1 **Wohnkanton?**

Q3. Letzte abgeschlossene Ausbildung? (nur eine Antwort)
Keine ☐1 | Obligatorische Schule ☐2 | Berufslehre, Vollzeitberufsschule Höhere Berufsbildung ☐3 | (Berufs-)Matur, Fachmittelschule ☐4 | Hochschule / FH / Uni ☐5

Q4. Was machst du zurzeit «beruflich»? (max. 1 Antwort möglich)
Arbeit & Ausbildung ☐0 | In Ausbildung ☐1 | Ich arbeite ☐2 | Auf Stellensuche ☐3 | Nicht auf dem Arbeitsmarkt aktiv ☐4

T1. Hast du schon einmal eine Substanz analysieren lassen?

Ja ☐1 Nein ☐0 Wenn ja, wo ? ..... Wann das letzte Mal?.....

Wie oft hast du schon ein Drug Checking genutzt? ☐1 1 x ☐2 2 – 5 x ☐3 mehr als 5 x

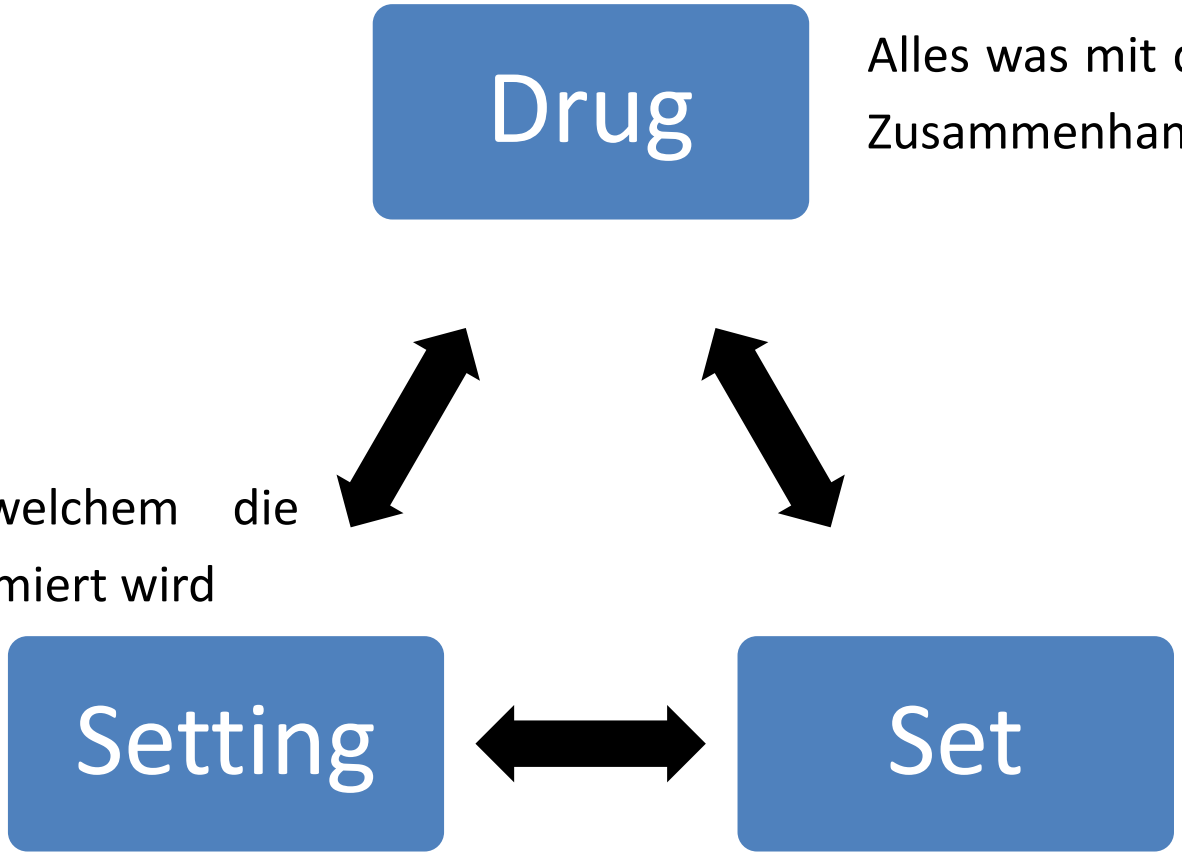
Hast du diesen Fragebogen schon einmal ausgefüllt?

Nein ☐0 Ja ☐1 Wenn ja, wo ? ..... Wann das letzte Mal?.....

Erläuterung « Standarddrink »

Ein sogenannter Standarddrink ist ein Glas Wein (etwa 1 dl), ein Bier (etwa 3.3 dl), ein Gläschen Spirituosen (etwa 0.25 dl), eine Flasche Alkopops, oder ein Aperitif oder Longdrink (Bacardi Cola, Wodka–Orangensaft oder andere Cocktails).

Drug – Set – Setting



Alles was mit der Substanz in Zusammenhang steht

Kontext, in welchem die Substanz konsumiert wird

Alles was der Konsument mit sich bringt

Fragebeispiele Demographische Angaben (Q1-Q4)

- *Auf was ist aus deiner Sicht in deinem Alter besonders zu achten?*
- *Inwiefern hatte dein Konsum einen Einfluss auf deinen Ausbildungsweg ?*
- *Wie geht es dir mit deiner beruflichen Situation?*

Fragebeispiele Konsumprävalenz (Q5)

Konsumentwicklung und Dosierung:

- *Wie häufig hast du in den Monaten zuvor konsumiert?*
- *Was hat sich seit deinem Erstkonsum verändert?*
- *Ist der Konsum stabil oder gibt es Schwankungen?*
- *Wie sieht es mit Konsumunterbrüchen aus?*
- *Wie sieht es mit der jeweils eingenommener Menge aus?*
- *Wie hat sich dein Konsumverhalten im letzten Jahr verändert?*

Fragebeispiele Setting und Mischkonsum (Q6-Q7)

- *Aus welchen Gründen konsumierst du in welchen Settings?*
- *In welcher Reihenfolge nimmst du die Substanzen jeweils ein (zeitgleich oder verzögert)?*
- *Wie würdest du die Wirkungsentwicklung beschreiben?*
- *Was sind positive, was negative Wirkungen?*
- *Welches Wirkungsziel wird mit der Kombination verfolgt?*

Fragebeispiele neg. Erlebnisse / Ereignisse (Q10)

- *Beschreib mir bitte die Situation (z.B. Bad Trip)*
- *Wie häufig hast du ein solches Ereignis erlebt?*
- *Was denkst du war der Auslöser für das Ereignis?*
- *Wie bist du damit umgegangen?*
- *Wie / wo hast du dir Hilfe geholt?*
- *Wie ging es dir danach?*
- *Was hat sich seit diesem Ereignis verändert?*
- *Was ziehst du aus dieser Erfahrung?*

Professionelle Hilfe (Q11-Q12)

- *Aus welchen Gründen hast du schon professionelle Hilfe in Anspruch genommen?*
- *Warum bereitet dir dein aktueller Konsum Sorgen und was hast du diesbezüglich schon unternommen?*
- *Was würdest du gerne ändern und wie möchtest du dies erreichen?*

Weiterführende Hilfe

Weiterführende Hilfe?

5 Ebenen berücksichtigen

- *Wie geht es dir psychisch?*
- *Wie geht es dir körperlich?*
- *Wie geht es deinem Umfeld?*
- *Wie geht es dir beruflich / finanziell?*
- *Brauchst du weitere Unterstützung und Hilfe?*

Weiterführende Hilfsangebote

Nightlife-Projekt

Information / Triage

Online Angebote

Selbsthilfe

Ambulante Suchthilfe

- **Beratend und begleitend**
- **Sozialarbeiterisch**
- **Therapeutisch (häufig zieloffen)**
- **Medikamentös**

Stationäre Suchthilfe

- **Therapeutisch (häufig abstinenzorientiert)**
- **Medikamentös**
- **Rehabilitativ**

Herzlichen Dank!

Alwin Bachmann
a.bachmann@infodrog.ch

Anja Lischer
anja.lischer@zuerich.ch