

Mit Smartphone-Spiel gegen riskanten Cannabiskonsum: Neues Präventionsprogramm für Jugendliche

Bayerischer Präventionstag am 12. Oktober in Würzburg mit Gesundheitsministerin Judith Gerlach: „Der Bayerische Präventionstag macht sichtbar, wie vielfältig und innovativ Prävention heute bereits ist.“

Würzburg. Das Universitätsklinikum Würzburg (UKW) erprobt mit X-CAN einen neuen digitalen Ansatz zur Cannabisprävention bei Jugendlichen. Das für Smartphones geeignete „Serious Game“ vermittelt Wissen über Risiken und trainiert Strategien, die helfen sollen, Cannabiskonsum zu vermeiden oder zu reduzieren. Für die vollständig online durchgeführte wissenschaftliche Begleitstudie werden Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren gesucht.

Das vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention geförderte Projekt wurde am 12. Oktober beim Bayerischen Präventionstag mit Gesundheitsministerin Judith Gerlach in Würzburg öffentlich vorgestellt.

Seit der Teillegalisierung von Cannabis für Erwachsene im Jahr 2024 ist der Schutz von Kindern und Jugendlichen noch stärker in den Fokus gerückt. Denn gerade im Jugendalter ist Cannabiskonsum mit erheblichen gesundheitlichen Risiken verbunden. Am Deutschen Zentrum für Präventionsforschung Psychische Gesundheit (DZPP) in Würzburg wird deshalb mit X-CAN ein Smartphone-Spiel entwickelt und wissenschaftlich begleitet. Das DZPP wird gemeinsam vom Universitätsklinikum Würzburg (UKW) und der Julius-Maximilians-Universität Würzburg (JMU) getragen.

Bayerns Gesundheits- und Präventionsministerin Judith Gerlach erklärt: „Ich bin überzeugt: Gute Prävention muss früh ansetzen und die Menschen in ihrem Alltag erreichen. X-CAN ist dafür ein gutes Beispiel: Mit X-CAN wollen wir zukünftig wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse der Cannabisprävention mit innovativen Elementen wie Gamification und Virtual Reality (VR) digital an die jungen Menschen heranbringen. Solche neuen Wege können einen wichtigen Beitrag dazu leisten, Gesundheitskompetenz zu stärken und junge Menschen dabei zu unterstützen, informierte und selbstbestimmte Entscheidungen für ihre Gesundheit zu treffen. Denn Cannabis ist keineswegs eine harmlose Droge.“

„Mit X-CAN wollen wir Jugendliche dort erreichen, wo digitale Angebote selbstverständlich zu ihrem täglichen Leben gehören“, erläutert *Dr. Stella Vieth vom DZPP*. Die Projektleiterin fährt fort: „Unser Ziel ist es, wissenschaftlich fundierte Präventionsinhalte nicht nur zu vermitteln, sondern sie in eine interaktive Geschichte einzubetten und mit konkreten Strategien zu verbinden, die Jugendliche in ihrem Alltag anwenden können.“

Gemeinsam mit Sam auf der Suche nach Alex

Im Mittelpunkt von X-CAN steht eine Geschichte, in die die Jugendlichen selbst eingebunden werden. Zu Beginn wählen sie eine Spielfigur namens Sam aus, die sie als „Buddy“ durch das Spiel begleitet. Sam macht sich Sorgen um den gemeinsamen Freund Alex: Seit einiger Zeit hat er kaum noch Kontakt zu ihm. Nach und nach erfahren die Spielenden, dass Alex wegen seines

Cannabiskonsums Hobbys und Verpflichtungen vernachlässigt und sich zunehmend von anderen Menschen zurückzieht. Gemeinsam mit Sam versuchen sie herauszufinden, was geschehen ist und welche Unterstützung Alex benötigt.

Die Geschichte wird an die Lebenswelt der Teilnehmenden angepasst. Wer beispielsweise Sport als Hobby angibt, erlebt Alex als talentierten Nachwuchsfußballer, dessen Cannabiskonsum zunehmend seine sportlichen Ziele gefährdet. Dialoge und kurze Videos im Graphic-Novel-Stil erzählen seine Entwicklung – vom ersten Kontakt mit Cannabis über wachsende Probleme bis hin zum Weg in eine Beratungsstelle. In die Handlung sind unterschiedliche Präventionselemente eingebaut. Die Jugendlichen erhalten Informationen zu Cannabis und seinen Risiken, überprüfen ihr Wissen und lernen Möglichkeiten kennen, Konsumangebote abzulehnen oder mit emotionalem Stress umzugehen. Weitere Elemente sind personalisierte Strategien zur Emotionsregulation, Hinweise auf Suchtberatungsangebote sowie die virtuelle Simulation eines „Bad Trips“, also einer von Cannabis hervorgerufenen Paranoia.

Studie untersucht Wirksamkeit von X-CAN

Ob X-CAN tatsächlich dazu beitragen kann, Cannabiskonsum zu verhindern oder zu reduzieren, wird derzeit durch Nachbefragungen der jugendlichen Teilnehmer nach dem Spiel wissenschaftlich untersucht. Dafür gibt es zwei Versionen des Spiels: Eines richtet sich an Jugendliche mit psychischen Symptomen wie ADHS oder emotionaler Instabilität, die bislang kein Cannabis konsumiert haben. Bei ihnen soll X-CAN dazu beitragen, einen Einstieg in den Konsum zu verhindern. Die zweite Version richtet sich an Jugendliche, die bereits Cannabis konsumiert haben, und soll sie dabei unterstützen, ihren Konsum zu reduzieren.

„Digitale Prävention hat das Potenzial, Jugendliche niedrigschwellig, ortsunabhängig und in großer Zahl zu erreichen“, sagt *Prof. Dr. Marcel Romanos*. Entscheidend sei nach den Worten des Direktors der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des UKW aber, dass solche Angebote nicht nur attraktiv gestaltet seien, sondern ihre Wirksamkeit auch wissenschaftlich belegen könnten. „Genau hier setzt die X-CAN-Studie an“, so der Institutsvorstand des DZPP. X-CAN wird durch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention gefördert. Kooperationspartner sind das Bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL) sowie der Lehrstuhl für Klinische Epidemiologie und Biometrie (IKE-B) der JMU

Prof. Dr. Tim J. von Oertzen, Ärztlicher Direktor und Vorstandsvorsitzender des Universitätsklinikums Würzburg (UKW): „Prävention muss ein gleichwertiger Baustein in unserem Versorgungssystem sein. Dafür steht beispielhaft und vorbildlich das Deutsche Zentrum für Präventionsforschung und Psychische Gesundheit, DZPP, gemeinsam getragen vom UKW und der Universität Würzburg. Das heute vorgestellte Programm zur Cannabisprävention bei Kindern und Jugendlichen ist ein ganz praktisches Beispiel für die Arbeit des DZPP. Hinzukommen aber noch weitere Aufgaben: Die Prävention von Angststörungen und Depression, Suizidprävention oder Prävention von Psychosen. Was wir in diesem Alter vorbeugend verhindern können, zahlt sich auf die Lebenszeit dieser Menschen vielfach aus.“

„Wie dringend Prävention gerade bei jungen Menschen ist, zeigen aktuelle Zahlen: Nach dem Deutschen Schulbarometer weist inzwischen jedes vierte Kind zwischen acht und 17 Jahren Anzeichen einer hohen psychischen Belastung auf – Tendenz steigend. Viele psychische Erkrankungen beginnen früh im Leben – wirksame Prävention muss deshalb rechtzeitig ansetzen. Genau das ist der Auftrag des Deutschen Zentrums für Präventionsforschung und Psychische Gesundheit. Es entwickelt Präventionsprogramme aus der Forschung heraus, prüft ihre Wirksamkeit mit wissenschaftlicher Sorgfalt und bringt, was sich bewährt, in die Fläche“, betont *Prof. Dr. Paul*

Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren gesucht

Für die laufende Studie werden weiterhin Jugendliche im Alter von 13 bis 17 Jahren gesucht. Die Teilnehmenden testen X-CAN und nehmen an drei bis vier Befragungsterminen teil. Das gesamte Forschungsprojekt wird online durchgeführt und kann damit flexibel von zu Hause aus absolviert werden. Nachbefragungen über einen Zeitraum von bis zu zwölf Monaten sollen zeigen, ob sich Einstellungen und Verhalten in Bezug auf Cannabiskonsum längerfristig verändern. Für die Teilnahme wird eine Aufwandsentschädigung von rund 40 Euro gezahlt. Die erhobenen Daten werden vertraulich und entsprechend den geltenden Datenschutzbestimmungen behandelt.

Ziel ist es, die Wirksamkeit von X-CAN wissenschaftlich nachzuweisen und damit die Voraussetzung dafür zu schaffen, das Smartphone-Spiel langfristig als evidenzbasiertes Präventionsangebot vielen Jugendlichen zugänglich zu machen.

Teilnahme und weitere Informationen

Interessierte Jugendliche beziehungsweise ihre Familien können ihre Kontaktdaten über die [X-CAN-Studienseite](#) (unter <https://redcap.ukw.de/surveys/?s=CFL7PXXKAYLC9KRKA>). hinterlegen. Fragen zur Studie beantwortet das Projektteam unter E-Mail an x-can@ukw.de