

# Selbstregulation bei Cannabis Konsum

Prof. Dr. Hansjörg Znoj, Gregor Genrich & Céline Zeller, Universität Bern, Psychologisches Institut

Montag, 27. Januar 2020



# Inhalt

- Einführung
- Methoden
- Resultate
- Take Home Message



# Einführung

Cannabis ist weltweit die am häufigsten gebrauchte illegale Substanz

Belege für Schadenspotential:

- Tabak- und illegaler Drogenkonsum, Psychosen, Schulabbruch, kognitive Beeinträchtigungen, hohe Remissionsraten, Komorbidität mit Stimmungs-, PD- und PTSD, Bronchitis

World Drug Report  
2019 (United Nations  
publication, 2019)

Hall, W. 2017  
Lowe et al. 2019

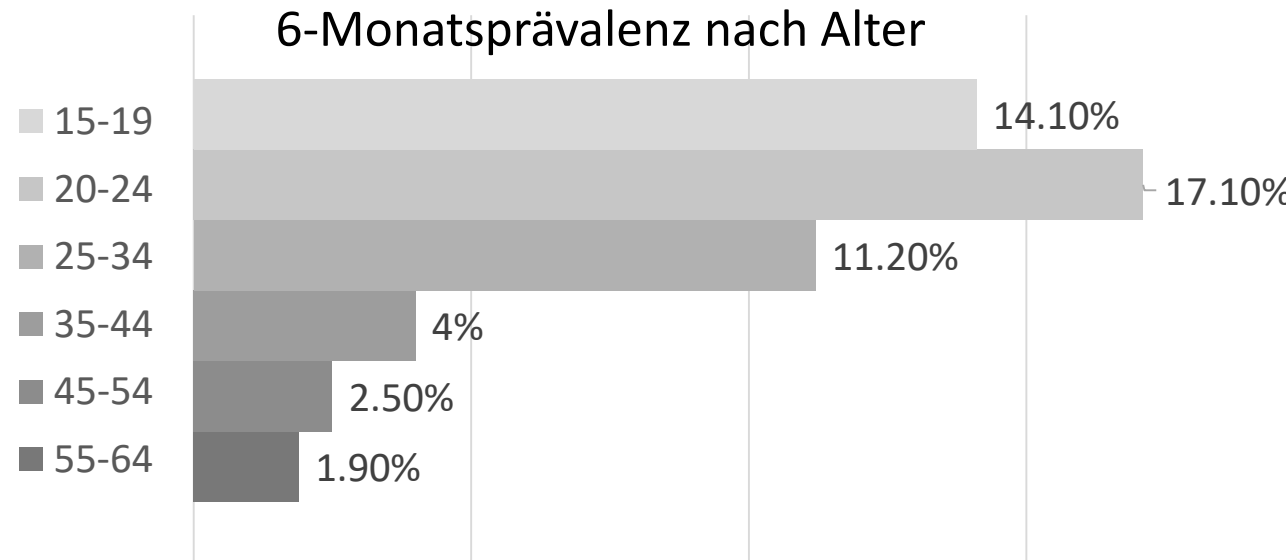
Schweiz::

**Lebenszeitprävalenz**

Männer 37.1% Frauen 25.8%

**6-Monatsprävalenz**

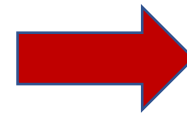
Männer 7.6% Frauen 3.4%



Marmet & Gmel,  
2017

# Einführung

- Obwohl illegal, blieb die Prävalenz in den letzten zehn Jahren konstant.
- 2/3 der Bevölkerung würden ein neues Regulierungsmodell begrüßen
- Legalisierung in anderen Ländern
- Legaler Verkauf von Cannabis mit THC < 1%
- Abgeschwächte Ahndung von Besitz und Konsum in vielen Kantonen



**Prävalenz bleibt konstant oder  
wird zunehmen**

Chartreport  
Fachverband  
Sucht 2017

## Schadensbegrenzung und **Selbstregulation:**

- Protective Behavioral Strategies (PBSM): Einsatz vor, während, nach oder anstelle des Gebrauchs von Marihuana, um eine zu starke Wirkung zu begrenzen und mögliche negative Folgen zu minimieren.
- Korreliert negativ mit Konsumhäufigkeit und negativen Konsequenzen.
- Der Effekt von Risikofaktoren wird abgeschwächt: zB. männliches Geschlecht, Impulsivität, Konsummotive.

Pedersen et al.  
2016

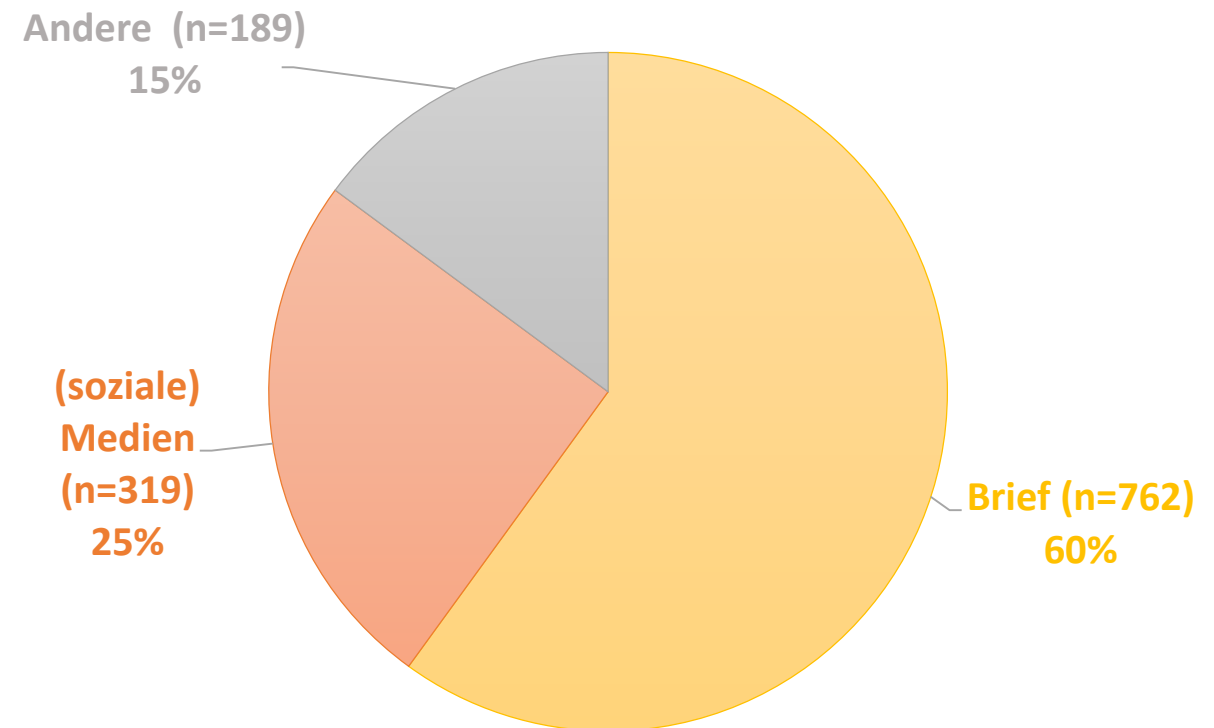
Pedersen et al.  
2016, Pedersen et  
al. 2017, Bravo et  
al. 2017a & 2017b

# Hauptfragestellungen der Studie

1. Hängt der Einsatz protektiver Verhaltensstrategien mit weniger Konsum und weniger negative Konsequenzen zusammen?
  - a. Ausserhalb der USA?
  - b. Unabhängig von Alter?
  - c. Unabhängig von Bildungsniveau?
  
2. Besteht ein positiver Zusammenhang zwischen protektiven Strategien und subjektiver Gesundheit?

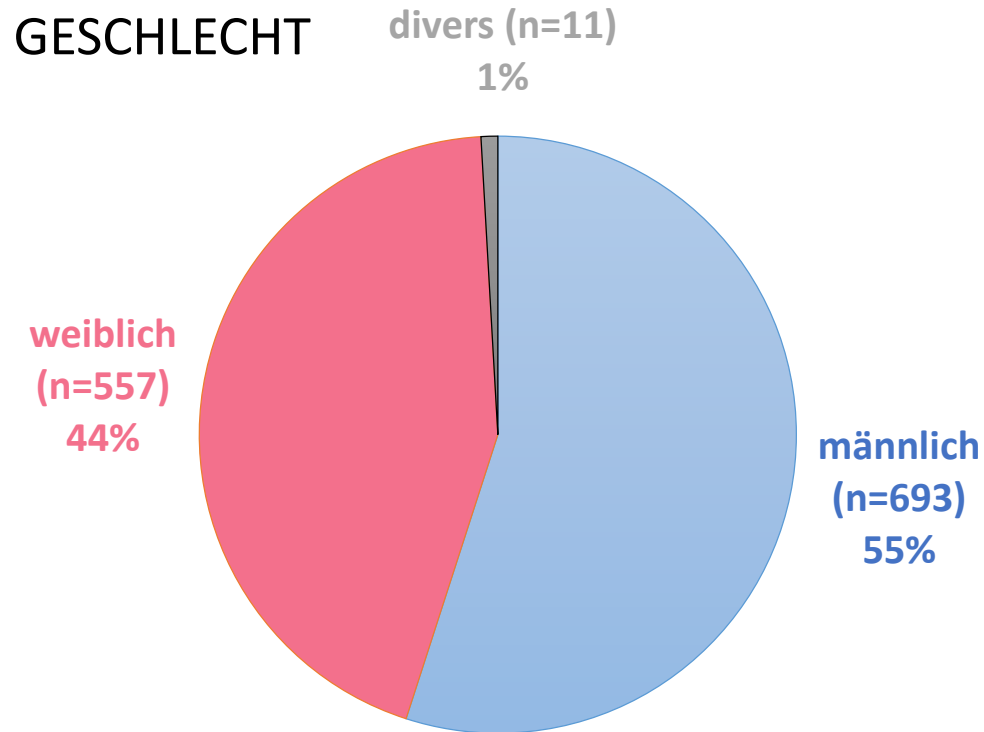
# Methode

- Online-Fragebogen 20 - 30 Minuten
- 6000 Briefe an zufällig ausgewählte Haushalte der Stadt Bern
- Rücklaufquote = 12.7% (n=762)
- Verbreitung der Studie über (soziale) Medien und Uni Bern Website

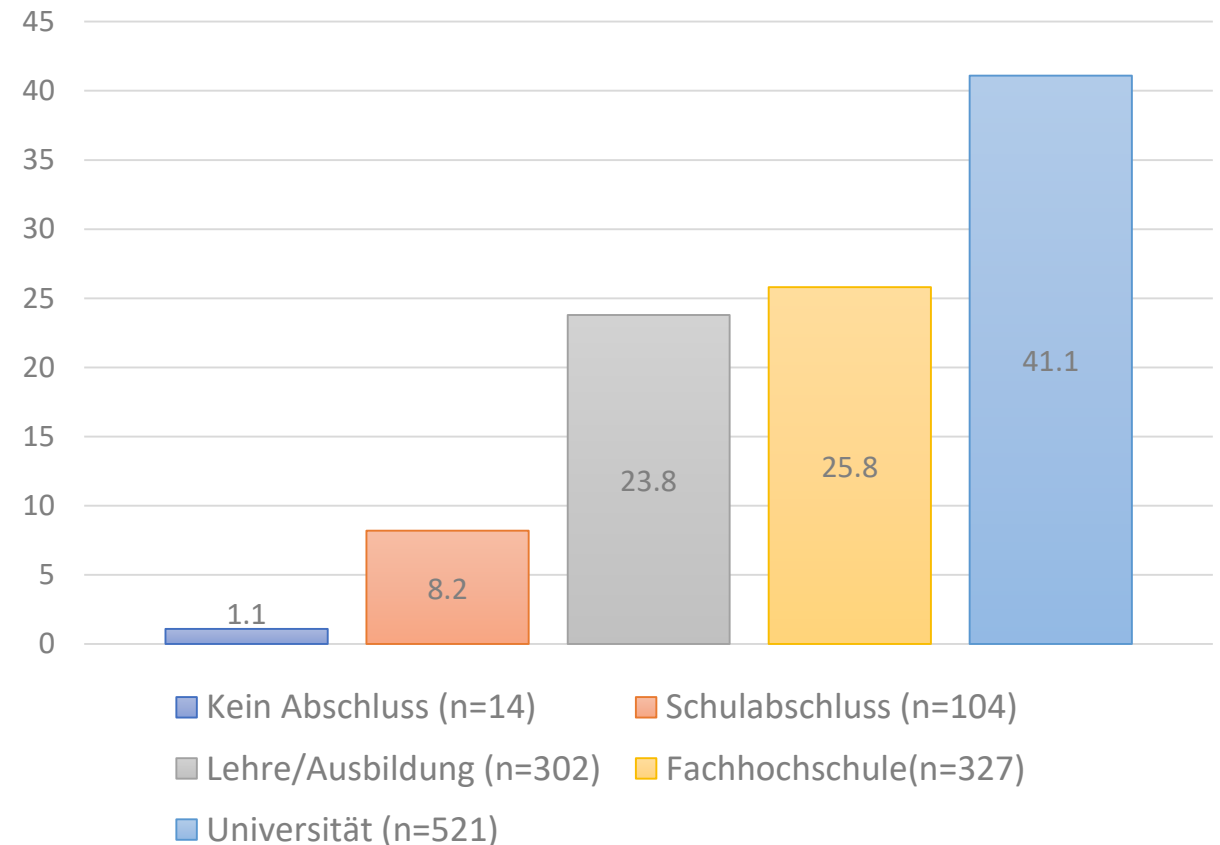


# Teilnehmende (N=1303)

Alter: 13 – 81    Mittelwert: 38



## Höchster Bildungsabschluss



# Items

## Konsumierende

154 – 171 Items

## Nicht-Konsumierende

136 Items

Protective Behavioral Strategies (PBSM)	Meinung über Konsument*innen
Severity of Dependence Scale (SDS)	Meinung über negative Konsequenzen
Marijuana Motive Measure (MMM)	Meinung über Selbstregulationsfähigkeiten
Demographie – Cannabiskonsum - Gesundheitszustand	
Meinung über öffentliche Regulation von Cannabis	
Persönlichkeit (SURPS & NEO-FFI)	
Verbitterung – Soziale Unterstützung– Kohärenzsinn (SOC)	



# Selbstregulation und Gesundheit

## Protective Behavioral Strategies for Marijuana (PBSM):

- 36 Items (1=nie, 6=immer)
  - Bsp.-Item: „Vermeiden, vor der Schule/Arbeit zu konsumieren.“
  - Bsp.-Item: „Regelmässige Pausen einlegen wenn Sie das Gefühl haben, zu viel zu konsumieren.“

## Selbsteingeschätzter Erfolg:

„Wie schätzen Sie Ihren persönlichen Erfolg beim Umsetzen der Strategien ein?“

- Pedersen et al. 2016
- Steiner et al. 2008

## Severity of Dependence Scale (SDS):

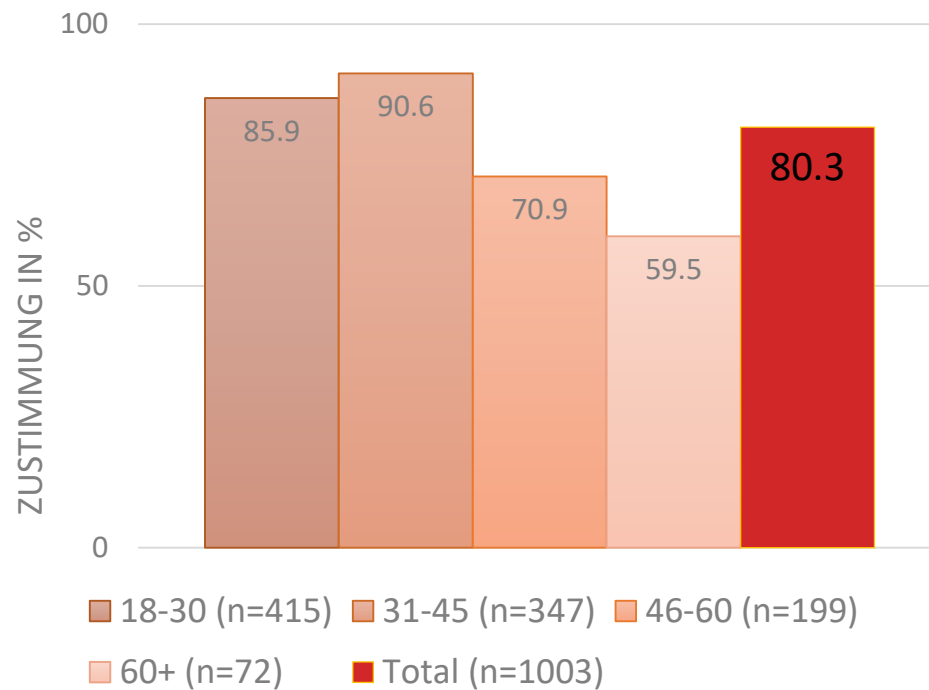
- Screening-Instrument zur Erfassung von Cannabisabhängigkeit in der Allgemeinbevölkerung
  - 5 Items (1=nie/fast nie; 6=fast immer/immer)
  - Bsp.-Item: „Hatten Sie den Eindruck, Ihr Cannabiskonsum war ausser Kontrolle?“

## Subjektiver Gesundheitszustand:

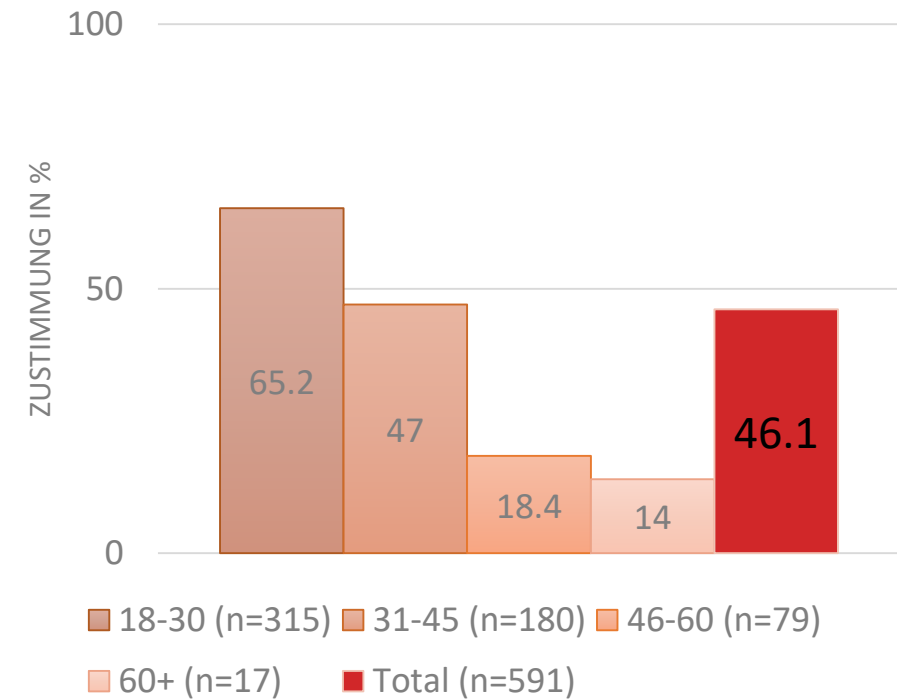
- 1 Item: „Wie schätzen Sie Ihren aktuellen Gesundheitszustand im Allgemeinen ein?“
- 4 Items: „Wie oft sind sie im Allgemeinen... ruhig und gelassen; lebendig und voller Energie; entmutigt oder traurig; optimistisch“

# Cannabis Konsum: Alter

## Lebenszeitprävalenz

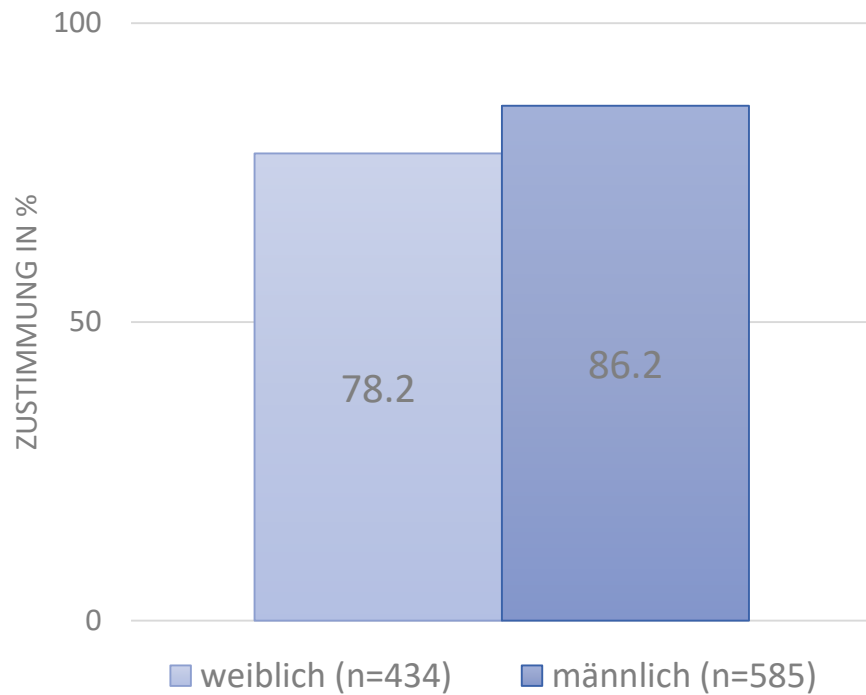


## Jahresprävalenz

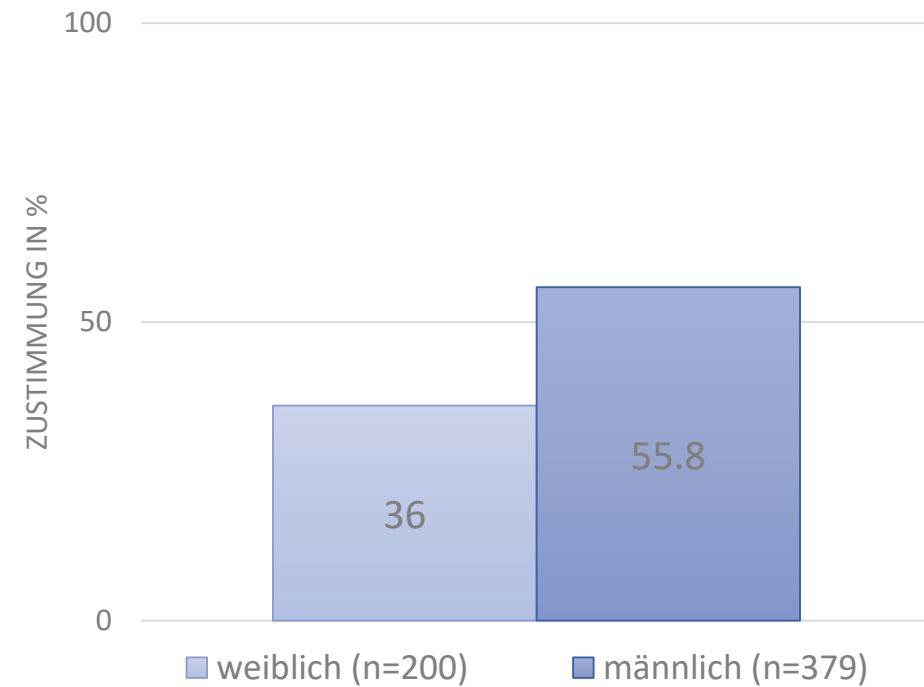


# Cannabis Konsum: Geschlecht

## Lebenszeitprävalenz

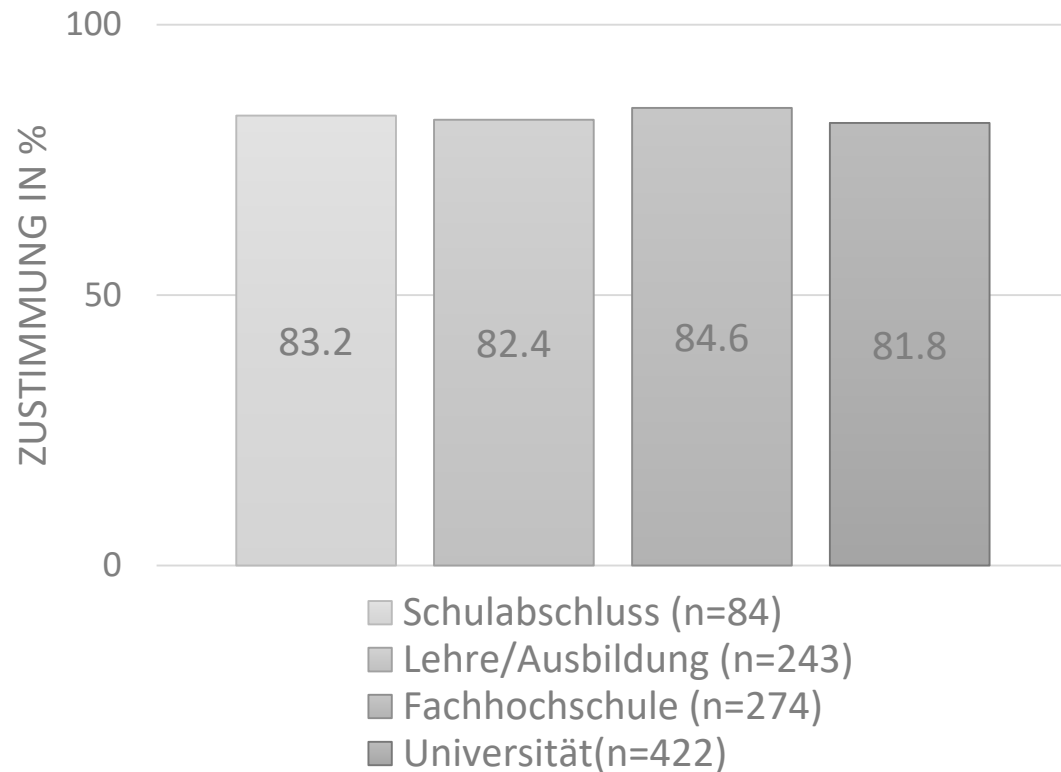


## Jahresprävalenz

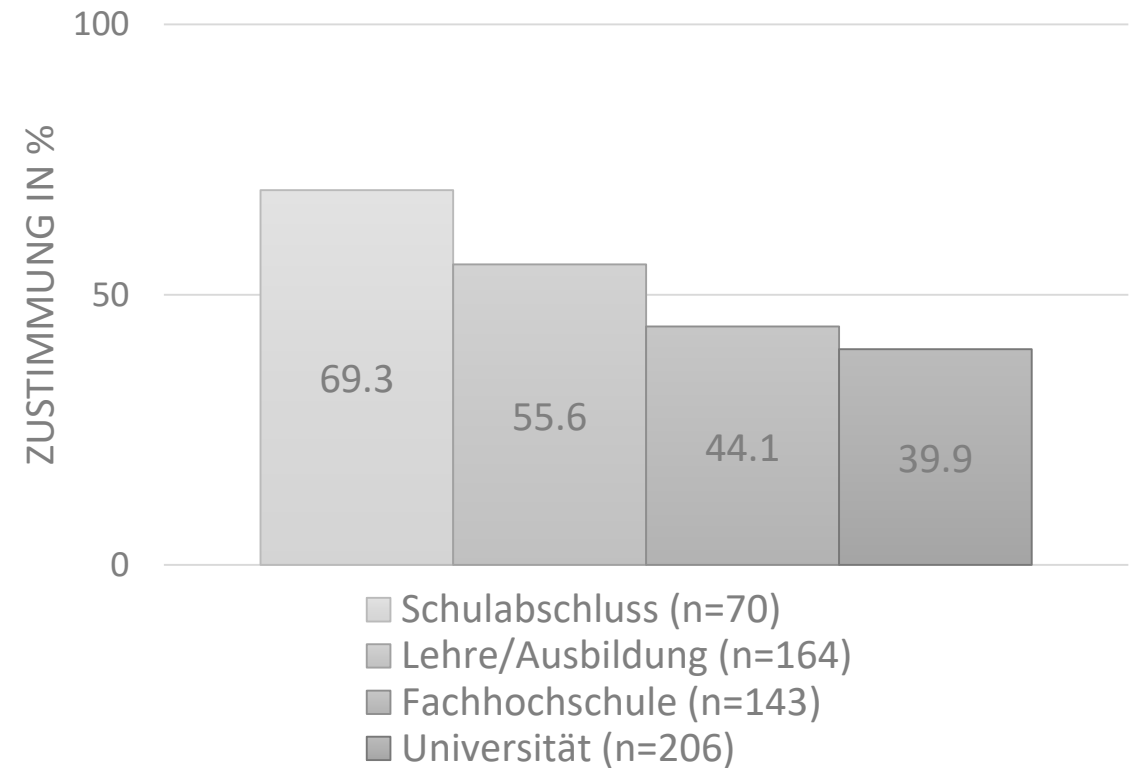


# Cannabis Konsum: Ausbildung

## Lebenszeitprävalenz

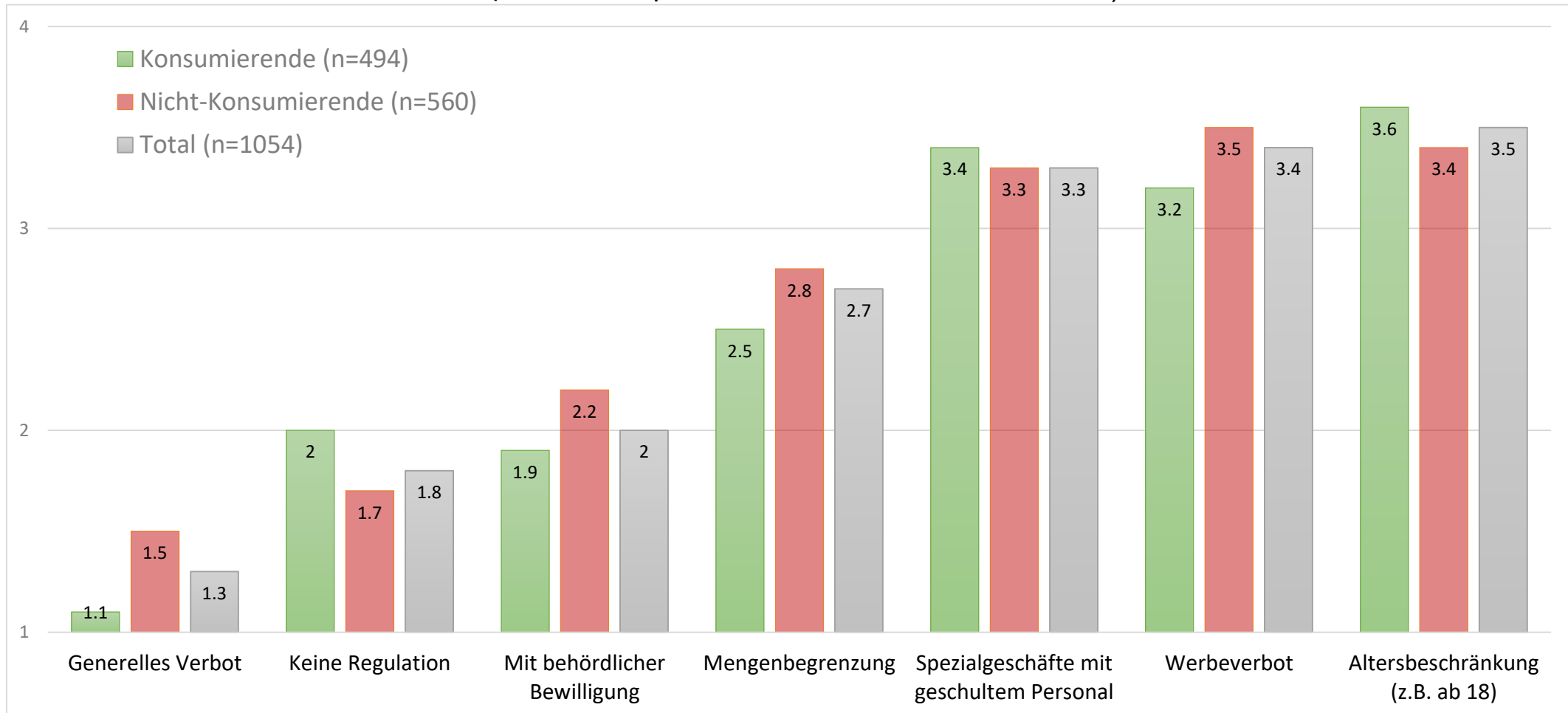


## Jahresprävalenz



# Meinung über Regulierungsmöglichkeiten

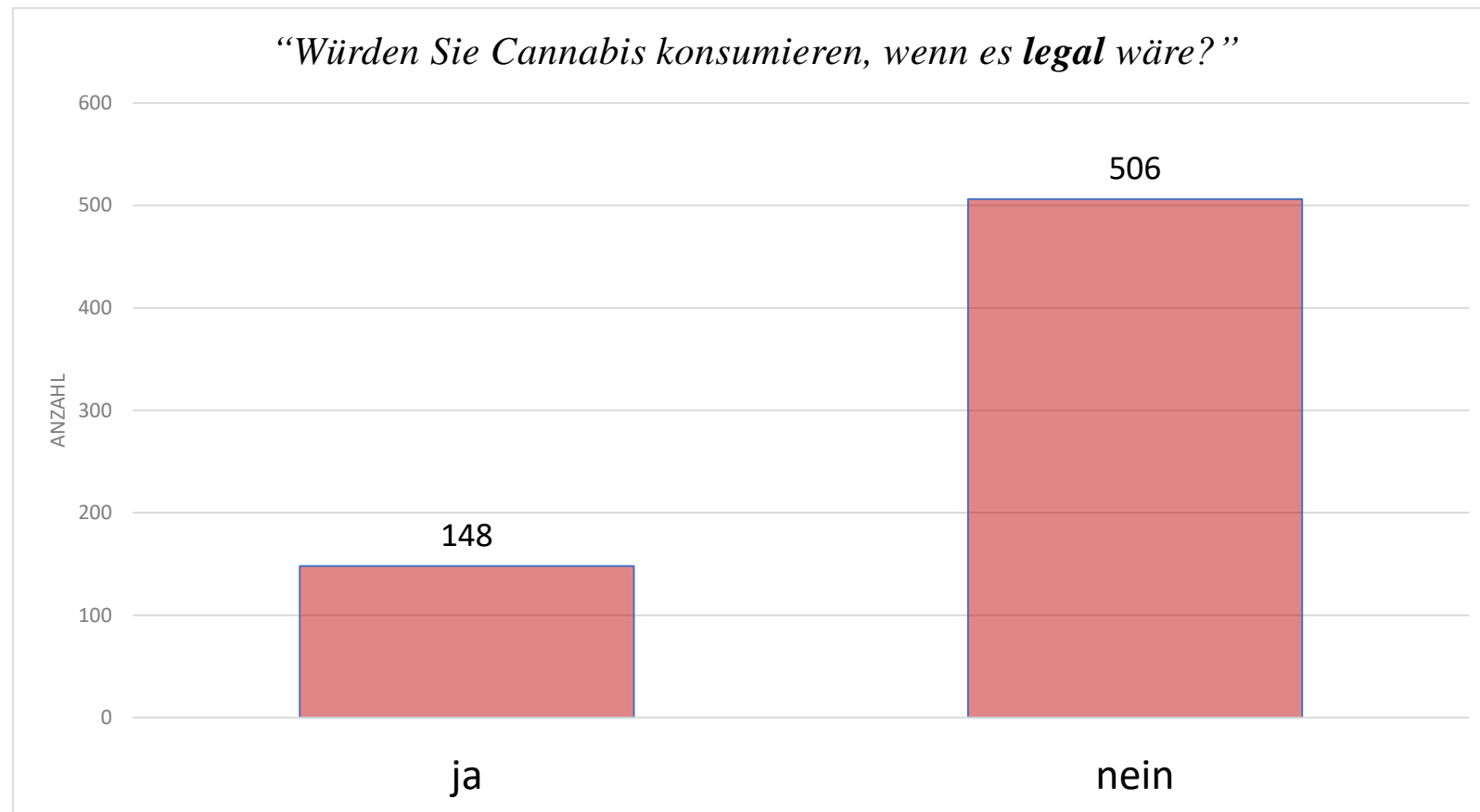
„Für wie sinnvoll halten Sie folgende Vorschläge, den Cannabis-Konsum zu regulieren?“  
(1 = überhaupt nicht sinnvoll bis 4 = sehr sinnvoll)



Selbstregulation bei Cannabis Konsum

# Meinung über Regulierungsmöglichkeiten

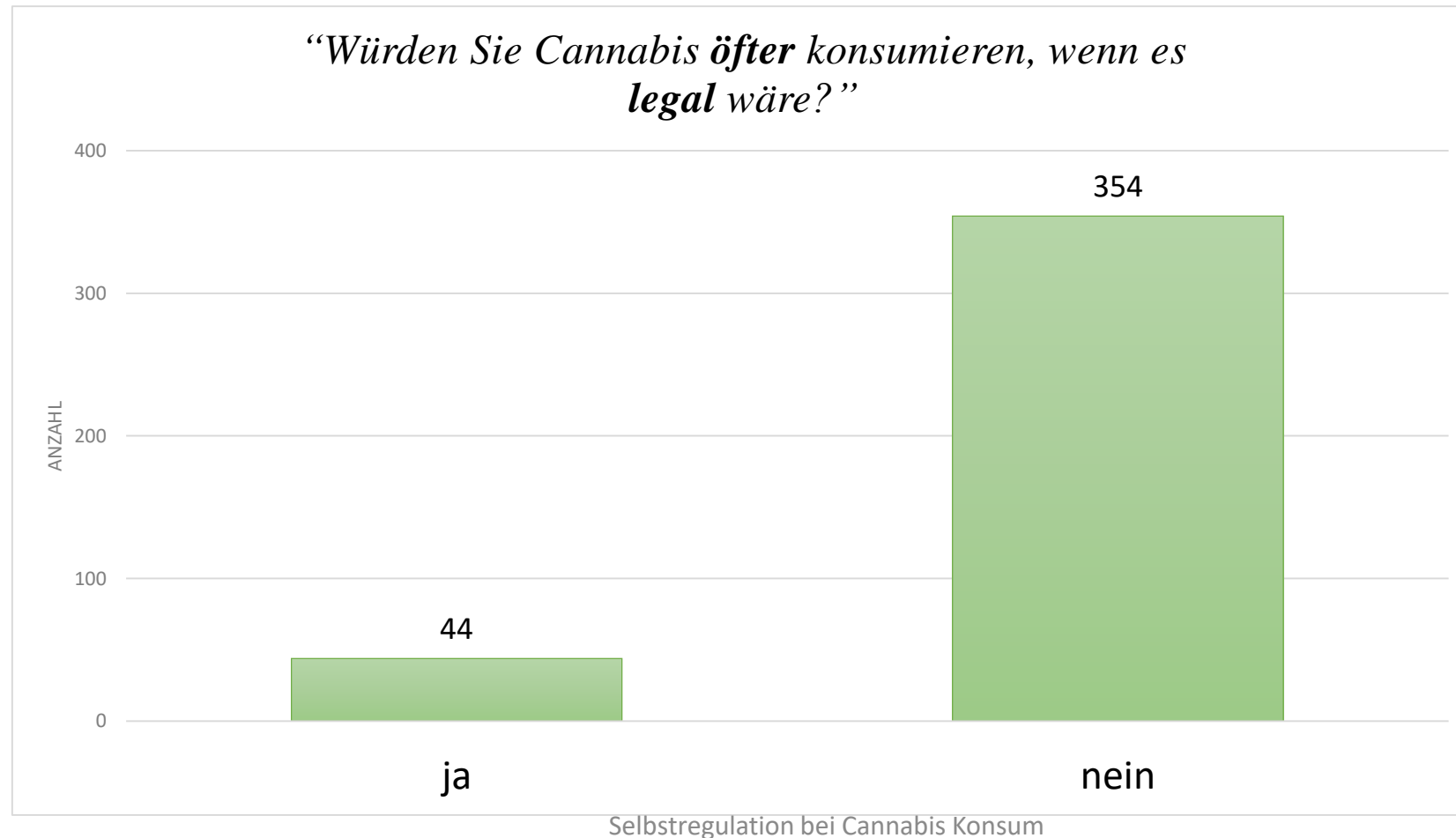
Meinungsfrage spezifisch für *Nicht*-Konsumenten (654 Personen):



Selbstregulation bei Cannabis Konsum

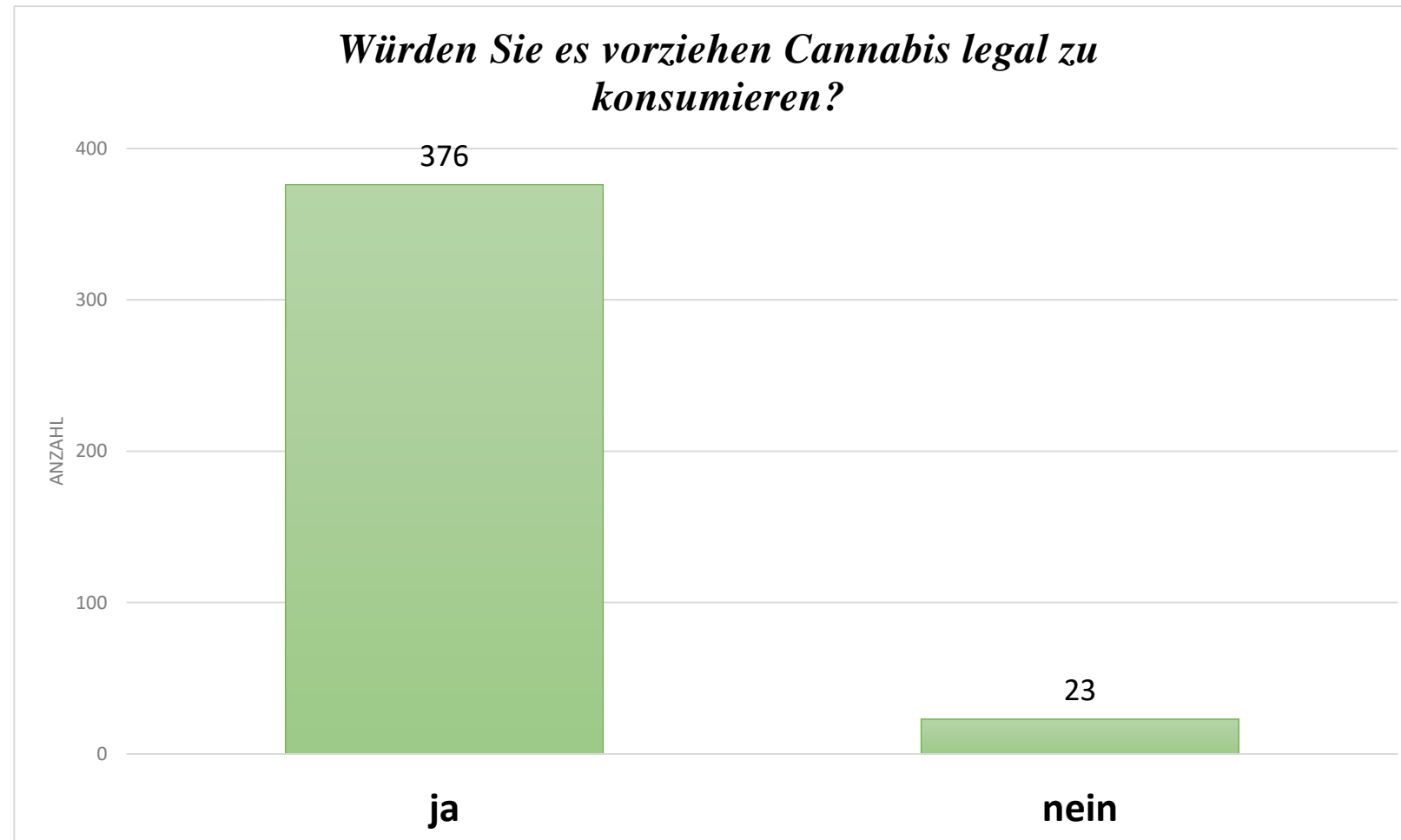
# Meinung über Regulierungsmöglichkeiten

Meinungsfragen spezifisch für Konsumenten (398 Personen):



# Meinung über Regulierungsmöglichkeiten

Meinungsfragen spezifisch für Konsumenten (398 Personen):





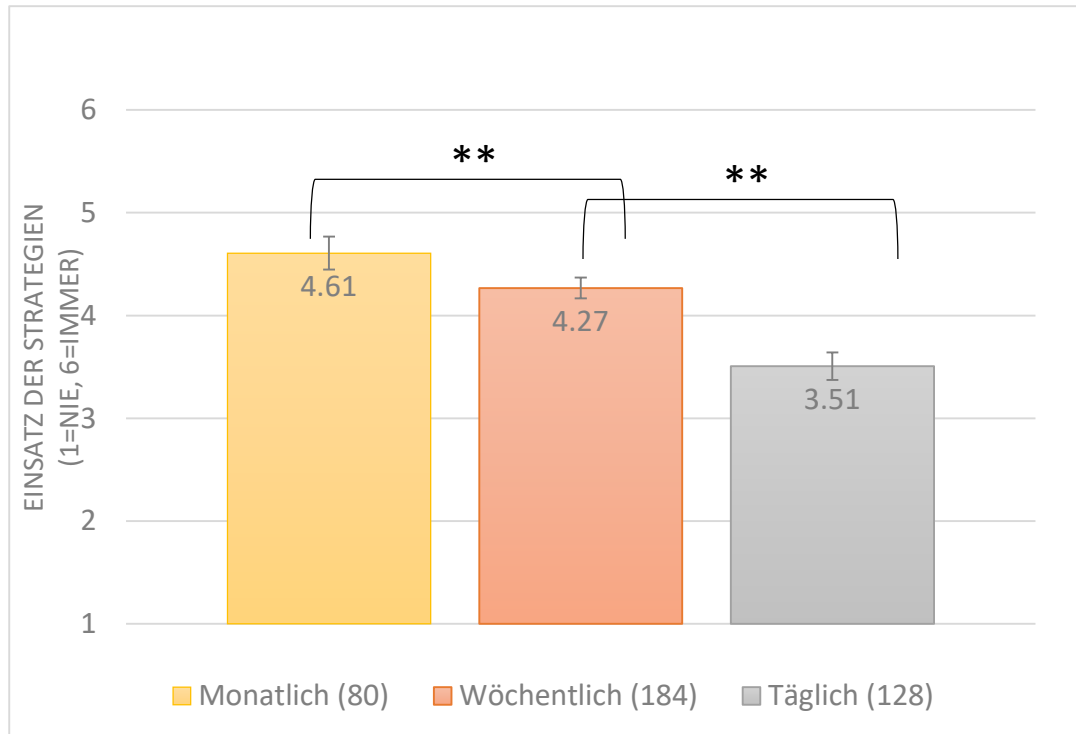
# Resultate: Protektive Verhaltensstrategien bei Marihuanakonsum (PBSM) – Zusammenhänge

Demographische Daten:	
Weibliches Geschlecht	$r = .101 (p < .05)^*$
Einkommen	$r = .11 (p < .05)^*$
Subjektiver Gesundheitszustand:	
Allgemeiner Gesundheitszustand	$r = .234 (p < .01)^{**}$
Cannabis-Gebrauch	
Häufigkeit	$r = -.491 (p < .01)^{**}$
Menge	$r = -.457 (p < .01)^{**}$
Abhängigkeit (SDS)	$r = -.400 (p < .01)^{**}$
Medikamentengebrauch	$r = -.211 (p < .01)^{**}$
Persönlicher Erfolg in der Umsetzung der Strategien	$r = .269 (p < .01)^{**}$

Die direkten Zusammenhänge der (autonom eingesetzten) protektiven Strategien weisen auf einen starken Effekt bezüglich des Konsums hin

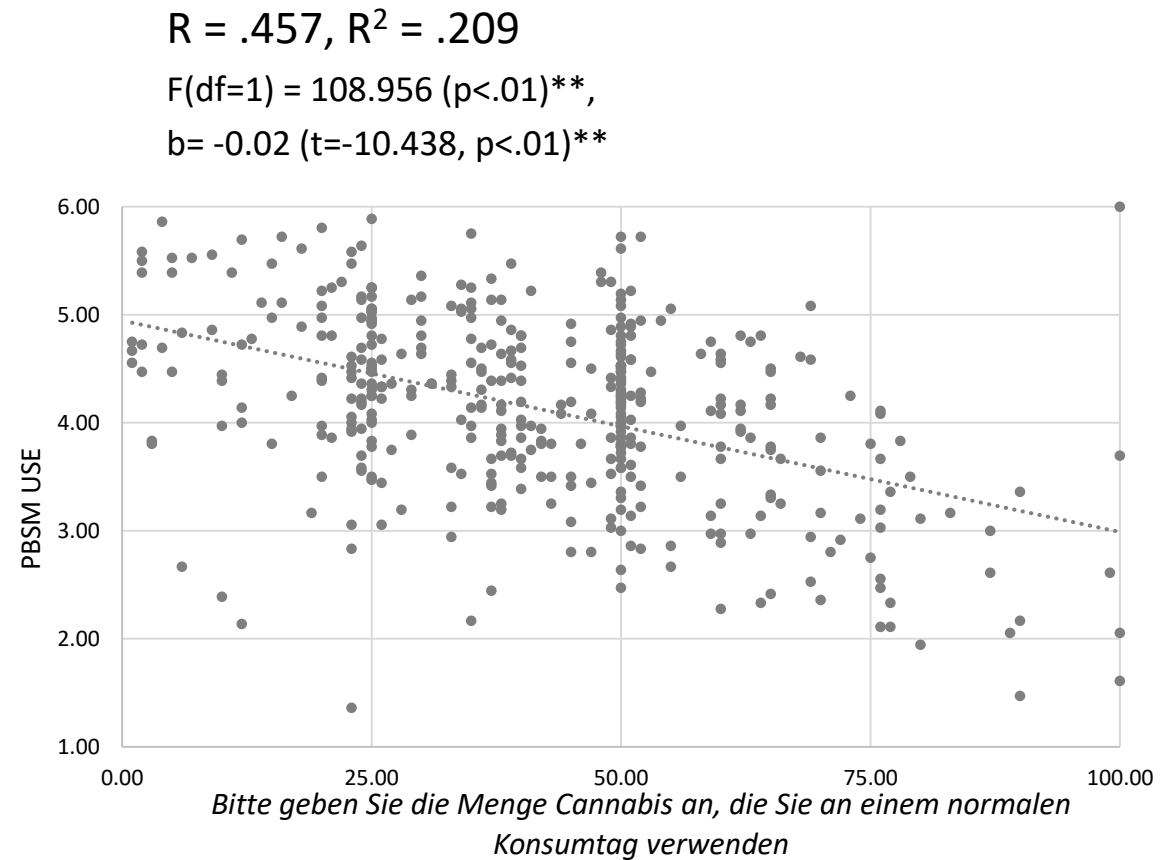
# Resultate: Zusammenhänge von Konsum mit PBSM

## Häufigkeit von Cannabis Konsum:



F = 66.913 (df2), p < 0.000

## Menge von Cannabis Konsum:



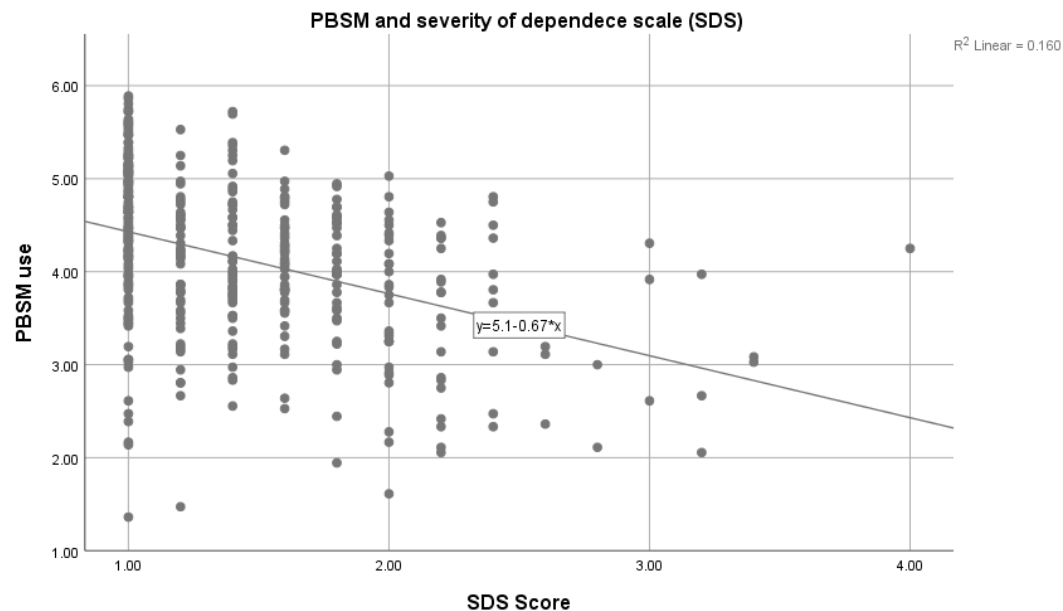
# Protective Strategies and Health

## Severity of dependence (Abhängigkeit)

$R = .400, R^2 = .160$

$F(df=1) = 75.97 (p < .01)**$ ,

$b = -0.667 (t = -8.716, p < .01)**$

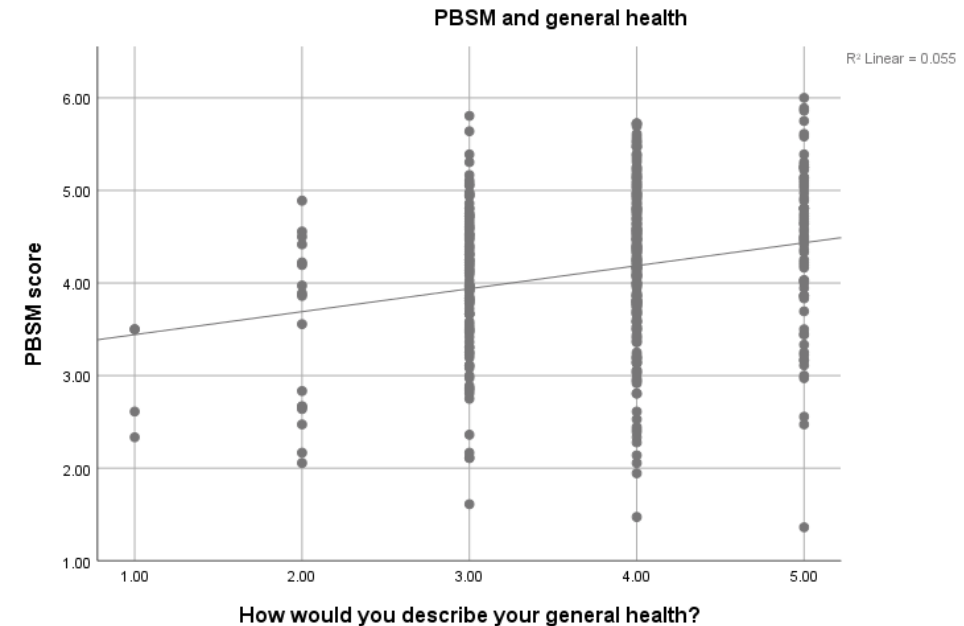


## Gesundheitszustand

$R = .234, R^2 = .055$

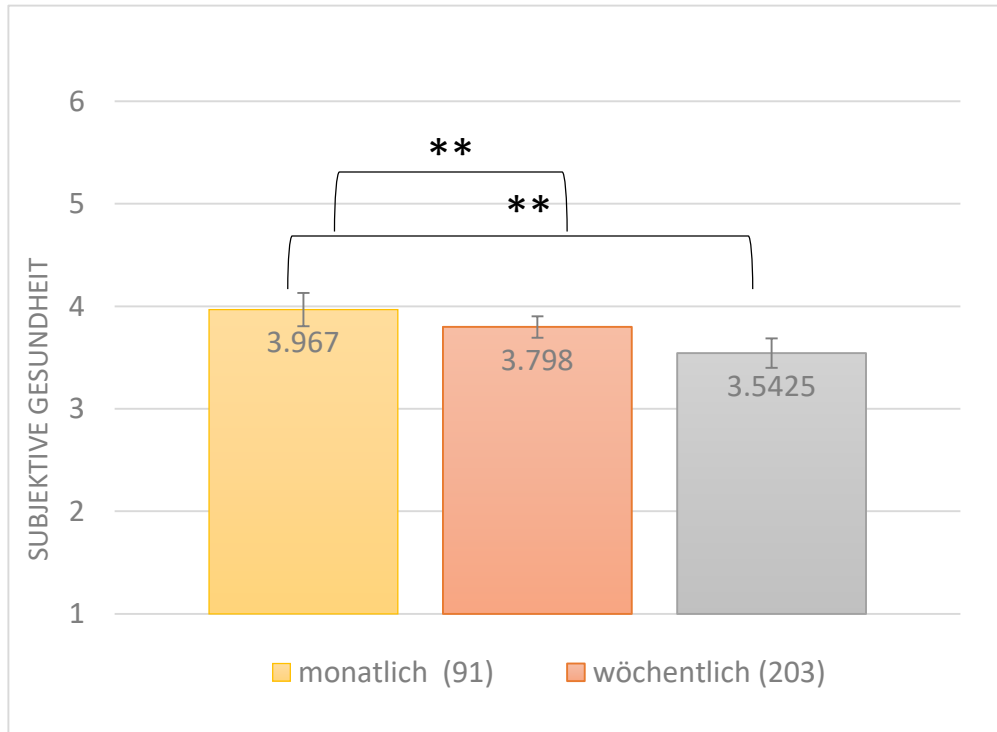
$F(df=1) = 23.905 (p < .01)**$ ,

$b = 0.248 (t = 4.889, p < .01)**$



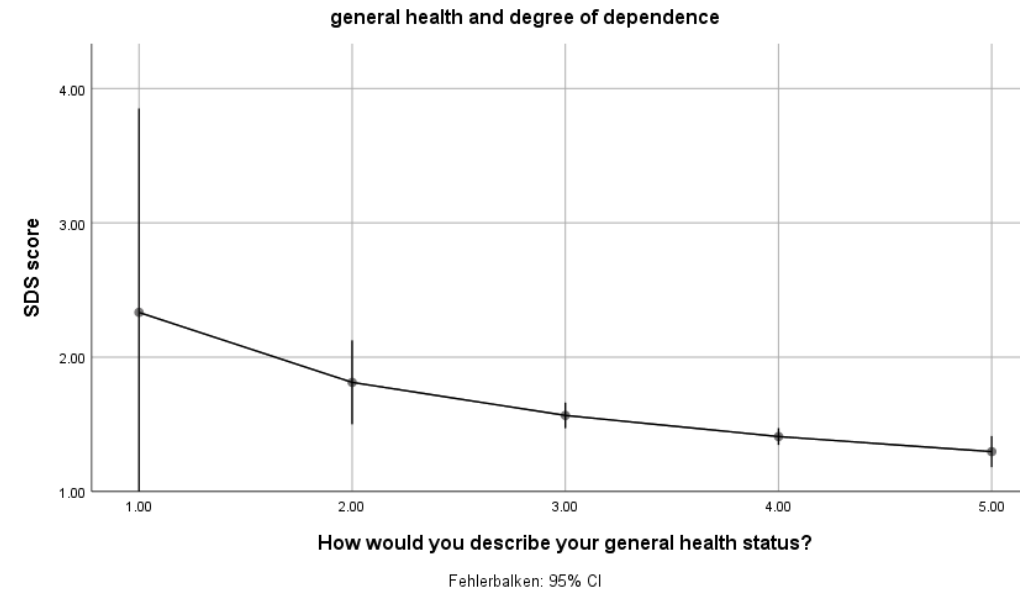
# Gesundheitszustand und Cannabis Konsum

## Häufigkeit des Konsums



F = 8.627 (df2), p < 0.000\*\*

## Severity of dependence (Abhängigkeit):



R = -.258, R<sup>2</sup> = .067

F (df1) = 30.08 (p < .01)\*\*

## Take Home Message

- Bestätigter Zusammenhang zwischen protektiven Strategien und Cannabis-Outcome-Massen
  - Erstmals ausserhalb der USA, erstmals im deutschsprachigen Sprachraum, unabhängig von Alter und Bildung
- In unserer Stichprobe favorisieren die Teilnehmer ein neues Modell einer geregelten Legalisierung des Cannabiskonsums
- Die Mehrheit der Konsumierenden nutzt protektive Strategien (PBSM) zur Selbstregulation
- Positiver Zusammenhang zwischen subjektiver Gesundheit und dem Einsatz protektiver Strategien
- Zur Prävention und Schadensminderung sollten protektive Verhaltensstrategien als wichtigen Ansatz zur Selbstkontrolle mit einbezogen werden

# Quellen

- Bravo, A. J., Prince, M. A., Pearson, M. R., & Marijuana Outcomes Study Team. (2017). Can I use marijuana safely? An examination of distal antecedents, marijuana protective behavioral strategies, and marijuana outcomes. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 78(2), 203-212.
- Bravo, A. J., Anthenien, A. M., Prince, M. A., Pearson, M. R., & Marijuana Outcomes Study Team. (2017). Marijuana protective behavioral strategies as a moderator of the effects of risk/protective factors on marijuana-related outcomes. *Addictive behaviors*, 69, 14-21.
- Hall, W. (2017). Alcohol and cannabis: Comparing their adverse health effects and regulatory regimes. *International Journal of Drug Policy*, 42, 57-62.
- Lowe, D. J., Sasiadek, J. D., Coles, A. S., & George, T. P. (2019). Cannabis and mental illness: a review. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 269(1), 107-120.
- Marmet S., Gmel G. (2017). Suchtmonitoring Schweiz – Themenheft zum problematischen Cannabiskonsum in der Schweiz im Jahr 2016. Sucht Schweiz: Lausanne, Schweiz
- Pedersen, E. R., Hummer, J. F., Rinker, D. V., Traylor, Z. K., & Neighbors, C. (2016). Measuring protective behavioral strategies for marijuana use among young adults. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 77(3), 441-450.
- Pedersen, E. R., Huang, W., Dvorak, R. D., Prince, M. A., & Hummer, J. F. (2017). The Protective Behavioral Strategies for Marijuana Scale: Further examination using item response theory. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(5), 548.
- Steiner, S., Baumeister, S. E., & Kraus, L. (2008). Severity of Dependence Scale: Establishing a cut-off point for cannabis dependence in the German adult population. *Sucht*, 54(7), 57-63.
- Umbricht, A. (2017). Telefonische Omnibus-Befragung zum Konsum und Handel von Cannabis. Fachverband Sucht, abgerufen am 3.09.2019 [https://fachverbandsucht.ch/download/447/Chartreport\\_Fachverband\\_Sucht\\_2017.pdf](https://fachverbandsucht.ch/download/447/Chartreport_Fachverband_Sucht_2017.pdf)
- World Drug Report 2019 (United Nations publication, Sales No. E.19.XI.9)