



IQSH Zentrum für Prävention
Gesunde Schule | Sucht- und Gewaltprävention



Institut für Qualitätsentwicklung
an Schulen Schleswig-Holstein

Suchtprävention an Schulen

Kosima - Konsummuster sichtbar machen

Befragung – Auswertung – Beratung



Schleswig-Holstein. Der echte Norden.



Warum Suchtprävention an der Schule?

Spätestens mit Beginn der Pubertät steigt die Wahrscheinlichkeit, dass Jugendliche Alkohol oder Zigaretten probieren, sich vermehrt in sozialen Netzwerken bewegen oder auf ihre Figur achten. In welchem Ausmaß sich dabei riskante Gewohnheiten entwickeln, ist allerdings meist nicht ersichtlich. Zudem unterscheiden sich die Haltungen und Gewohnheiten der Jugendlichen in den unterschiedlichen Schulen, Regionen und Schularten. Um gezielte und passgenaue Präventions- und Interventionsmaßnahmen zu entwickeln, können Sie sich mithilfe von Kosima Gewissheit über das Konsumverhalten an Ihrer Schule verschaffen.

Was ist Kosima?

Im Mittelpunkt des Projekts Kosima steht die Befragung von Schülerinnen und Schülern ab Jahrgangsstufe 5 zu deren Konsumgewohnheiten und Einstellungen zu bestimmten Substanzen und Verhaltensweisen. Konkret gefragt wird nach dem Konsum von Alkohol, Tabak, Canna-bis und weiteren illegalen Substanzen, leistungssteigernden Medikamenten, aber auch nach nicht substanzgebundenen Konsummustern beim Essen oder im Umgang mit Medien. Zudem werden Fragen zur Zufriedenheit in Bezug auf verschiedene Lebenssituationen (Schule, Familie, Freundeskreis) gestellt. Ein wesentlicher Vorteil besteht in der Möglichkeit von „Filterfragen“, sodass jüngere Schülerinnen und Schüler sowie Nicht-Konsumierende sich nicht weiter mit für sie nicht relevanten Fragen aufhalten müssen. Die erhobenen Daten bilden die Grundlage für passgenaue Präventionsmaßnahmen und -konzepte.

Wie wird Kosima durchgeführt?

Die Befragung wird mithilfe des Evaluationstools LeOniE.SH als Onlinebefragung modern, effektiv, zuverlässig und funktional durchgeführt. Die Schülerinnen und Schüler geben ihre Antworten in vom IQSH zur Verfügung gestellte Tablets ein. Honorarkräfte begleiten die Schülerinnen und Schüler während der gesamten Befragung und stehen ihnen für eventuelle Rückfragen zur Verfügung.

Was geschieht nach der Befragung?

Die Auswertung wird professionell durch das IQSH durchgeführt. Die Schulen erhalten einen Bericht in schriftlicher Form, sortiert nach Altersgruppen sowie den jeweiligen Themenbereichen.

Die Ergebnisse werden einem durch die Schule bestimmten Gremium durch das IQSH präsentiert. Im Anschluss daran erfolgt eine Beratung zur bedarfsgerechten Maßnahmenplanung, welche in das Präventionskonzept der Schule einfließt.

Wie wird Kosima finanziert?

Die AOK NordWest übernimmt die Kosten für die Befragung in den teilnehmenden Schulen. Kosima ist eine hervorragende Möglichkeit für eine an den Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler orientierte gesundheitsfördernde – und damit lern- und lehrfördernde – Schulentwicklung. Die AOK unterstützt mit weiteren geeigneten Maßnahmen, um mit einem gesundheitsfördernden Schulalltag Voraussetzungen für nachhaltige Bildungserfolge zu schaffen.

Ansprechperson bei der
AOK NordWest:

Kerstin Berszuck

E-Mail: kerstin.berszuck@nw.aok.de

Tel.: 0800 2655 505109

Fragen?

Für alle weiteren Fragen steht das Team des IQSH-Zentrums für Prävention gern zur Verfügung.

Weitere Informationen

<https://fachportal.lernnetz.de/sh/themen/zentrum-fuer-praevention/gewaltpraevention.html>

Kontakt

Benjamin Strobel
Koordinator Suchtprävention und
gesunde Mediennutzung
E-Mail: benjamin.strobel@iqsh.landsh.de

Janet Mitzkat
Suchtprävention
E-Mail: janet.mitzkat@iqsh.de

März 2026

Herausgeber: Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein IQSH
Schreiberweg 5 | 24119 Kronshagen | Tel. 0431 5403-0 | Fax 0431 988-6230-200
www.iqsh.schleswig-holstein.de | info@iqsh.landsh.de

Bildnachweis: © Jochen Frese

Gestaltung: L&S Digital GmbH & Co. KG, 24222 Schwentinental

Das IQSH ist eine Einrichtung des für Bildung zuständigen Ministeriums.

Die Landesregierung im Internet: www.schleswig-holstein.de

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der schleswig-holsteinischen Landesregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Personen, die Wahlwerbung oder Wahlhilfe betreiben, im Wahlkampf zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung zugunsten einzelner Gruppen verstanden werden könnte.