

## Alcohol Expectancy Challenge

### Ziel

Das Ziel dieser Interventionen ist, alkoholbezogene Denkmuster zu verändern und so den Alkoholkonsum zu reduzieren.

### Theoretischer Hintergrund

*Alcohol Expectancy Challenge* (kurz: Erwartungs-Challenge, EC) ist ein evidenzbasierter Ansatz, dem die Erwartungstheorie<sup>1</sup> zugrunde liegt. Sie wird u. a. eingesetzt, um den Alkoholkonsum bei Studierenden zu reduzieren (Lau-Barraco & Dunn, 2008). Alkoholbezogene Erwartungen sind Kognitionen über bzw. Überzeugungen hinsichtlich affektiver und verhaltensbezogener Effekte von Alkohol (Schreiner, 2010). Die Intervention gründet auf der Annahme, dass alkoholbezogene Erwartungen ein wichtiger Einflussfaktor auf den eigentlichen Konsum sind (Lau-Barraco & Dunn, 2008).

Mit der Intervention sollen bestimmte Denkmuster verändert werden, insbesondere in Bezug auf die Auswirkungen von Alkoholkonsum. Dafür werden alternative Denkmuster vorgeschlagen, z. B. dass die antizipierten Folgen von Alkohol vor allem Placebo-Effekte sein könnten (Darkes & Goldman, 1993). Bei der Intervention ist vor allem die Kombination aus Information und Erfahrungslernen wirksam (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, 2002).

Positive alkoholbezogene Erwartungen sprechen für das Trinken von Alkohol (z. B. „Ich erwarte, der Mittelpunkt der Party zu sein, wenn ich ein paar Drinks konsumiere“), negative Erwartungen (z. B. „Ich erwarte, einen Kater zu haben, wenn ich ein paar Drinks konsumiere“) hingegen sprechen dagegen (Jones et al., 2001).

Die ersten Interventionen dieser Art wurden von Darkes und Goldman (1993, 1998) entwickelt. Seitdem wurden fortlaufend verschiedene Interventionen nach diesem Ansatz in unterschiedlichen Formaten (siehe Aufbau) und für unterschiedliche Zielgruppen (u. a. Studierende) gestaltet (vgl. Cruz, 2006; Cruz & Dunn, 2003; Dietz, 2016; Dunn et al., 2000; Dunn et al., 2020; Dunn et al., 2022; Fried, 2013; Fried & Dunn, 2012; Lau-Barraco & Dunn, 2008; Schreiner, 2010; Sivasithamparam, 2011; Wood et al., 2007).

### Zielgruppe bzw. Teilnahmebedingungen

Die Intervention richtet sich an alle Studierenden, insbesondere an diejenigen, die Alkohol konsumieren und ihr Konsumverhalten ändern möchten.

Bei der Intervention von Schreiner (2010) nahmen alle Teilnehmenden einer Lehrveranstaltung an der Intervention teil. Diese war als Kurs-Aktivität Teil des regulären Lehrplans.

---

<sup>1</sup> Erwartungstheorien gehen auf die Theorie des sozialen Lernens nach Bandura (1977) zurück.

## Aufbau (Gegenstände/Module)

Nachfolgend werden beispielhaft eine klassische Variante im simulierten Bar-Setting (Lau-Barraco & Dunn, 2008) sowie eine Version für große Lehrveranstaltungen mit über 100 Teilnehmenden (Schreiner, 2010) vorgestellt.

### Alcohol Expectancy Challenge im simulierten Bar-Setting

Die Intervention von Lau-Barraco und Dunn (2008) stellt eine Modifikation der ursprünglichen Version (Darkes & Goldman, 1993, 1998) dar und besteht aus einer einzelnen Sitzung, die inhaltlich geschlechtsspezifisch gestaltet wurde, um den Unterschieden in den alkoholbezogenen Erwartungen zwischen männlichen und weiblichen Personen Rechnung zu tragen. Bei dieser Intervention im simulierten Bar-Setting werden den Teilnehmenden Getränke serviert, wobei sie nicht wissen, ob es sich um alkoholische oder Placebo-Getränke handelt (Lau-Barraco & Dunn, 2008). Ein »Barkeeper« mixt auf der Bar vor Teilnehmenden die Getränke, wobei es für die Teilnehmenden so aussieht, als seien alle Getränke mit Alkohol. Ausschließlich der Barkeeper weiß, wer wirklich Alkohol erhielt (Dunn et al., 2000). Jeder Person werden entweder zwei alkoholische oder zwei Placebo-Getränke serviert. Während sie ihre Getränke zu sich nahmen, spielen die Teilnehmenden ca. eine halbe Stunde Gesellschaftsspiele, um eine ausgelassene Atmosphäre zu schaffen. So soll eine reale Trinksituation simuliert werden (Dunn et al., 2000; Lau-Barraco & Dunn, 2008). Anschließend sollen die Teilnehmenden unabhängig voneinander angeben, wer aus der Gruppe Alkohol konsumiert hat, und warum sie dies annahm (Lau-Barraco & Dunn, 2008). Im Anschluss daran fand eine Diskussion zur Erwartungstheorie und den pharmakologischen bzw. Erwartungseffekten von Alkohol statt, die auf der (fehlerhaften) Einschätzung des eigenen sowie des Alkoholkonsums der Anderen beruht (Lau-Barraco & Dunn, 2008).

Die Teilnehmenden waren oft ungenau in ihren Einschätzungen, wer getrunken hatte und führten häufig widersprüchliche Verhaltensweisen an, die sie zu ihren Schlussfolgerungen veranlassten, z. B. „Sie hat getrunken, weil sie heiter war.“ oder „Er hat viel geredet, also glaube ich, dass er getrunken hat.“ (Lau-Barraco & Dunn, 2008). Anschließend berichtete der Barkeeper, wer in der Gruppe tatsächlich alkoholische Getränke erhalten hatte. Eins der Ziele dieser Übung ist, den Teilnehmenden zu zeigen, dass sie bei moderaten Alkoholdosen in einem angenehmen sozialen Kontext nicht ohne weiteres feststellen können, ob sie oder jemand anderes tatsächlich Alkohol konsumiert hat oder nicht (Dunn et al., 2000). Diese Erfahrung ging dann über in eine Diskussion zu den von den Teilnehmenden erwarteten und den pharmakologischen Wirkungen von Alkohol. Die Sitzung endete mit einer Atemanalyse, die sicherstellte, dass kein:e Teilnehmer:in mit einer Blutalkoholkonzentration von über 0,02 Promille das Labor verlässt (Lau-Barraco & Dunn, 2008).

### Expectancy Challenge Alcohol Literacy Curriculum

Eine zweite Version der Intervention erfordert keinen Alkohol und wird nicht in dem simulierten Bar-Setting ausgetragen (Fried & Dunn, 2012; Schreiner, 2010). Diese Methode ist auch bekannt als »Expectancy Challenge Alcohol Literacy Curriculum« (ECALC; vgl. Sivasithamparam et al., 2008). Die Version von Schreiner (2010) hat den Vorteil, dass sie für sehr große Lehrveranstaltungen mit über 100 Studierenden geeignet ist. In einem Vortrag werden die sedierende Wirkung von Alkohol sowie alkoholbezogene Denkmuster und Erwartungshaltungen thematisiert. Die Intervention beginnt mit einer Wortlisten-Übung (sog. »Expectancy Word List Activity«; siehe weiterführende Informationen). Diese Liste beinhaltet Wörter, die verschiedene Erwartungen in Bezug auf die Wirkung von Alkohol repräsentieren (z. B. entspannt, gesprächig).

Die Teilnehmenden werden dazu aufgefordert, alle Erwartungen auf der Liste einzukreisen, die sie mit Alkoholkonsum verbinden. Ihnen werden dann Werbeanzeigen präsentiert, die erwartete anregende und sedierende Wirkungen von Alkohol darstellen. Die nächste Aufgabe besteht darin, die in jeder Werbung beworbenen Erwartungseffekte zu identifizieren und Widersprüche zu erkennen. Anschließend werden die pharmakologischen Auswirkungen (Alkohol als Beruhigungsmittel) den erwarteten Wirkungen gegenübergestellt und häufige Missverständnisse über die Wirkung auf den:die Einzelne:n diskutiert. Am Ende des Vortrags kehren die Studierenden zu der Wortlistenaktivität zurück und sollen alle eingekreisten Wörter von der Liste streichen, die als »erwartete Effekte« von Alkohol identifiziert wurden (Schreiner, 2010).

## Häufigkeit

Die Intervention von Lau-Barraco und Dunn (2008), welche als Gruppenspiel in einer simulierten Bar gestaltet ist, besteht aus einer einzelnen Sitzung, die etwa 90 bis 120 Minuten dauert. Die Gruppengröße beträgt ca. 8-12 Teilnehmende.

Da die Version für große Gruppen (Schreiner, 2010) als Teil des regulären Lehrplans stattfinden kann, nehmen alle Studierenden der Veranstaltung daran teil. Für die Intervention sind etwa 45 bis 50 Minuten vorgesehen.

## Verantwortliche/erforderliche Strukturen

Für die klassische Version (vgl. Lau-Barraco & Dunn, 2008) sind räumliche, personelle sowie materielle Ressourcen erforderlich. Dazu zählen u. a. die Organisation von Räumlichkeiten, in denen das Gruppenspiel durchgeführt werden kann, sowie von Mobiliar zur Aufbereitung des »Bar-Settings« sowie alkoholische und nicht-alkoholische Getränke, die im Rahmen der Bar-Simulation den Teilnehmenden serviert werden.

Das curriculare Programm (vgl. Schreiner, 2010) hat den Vorteil, nicht auf die oben erwähnten klassischen Elemente angewiesen zu sein. Da es in eine bestehende Veranstaltung integriert werden kann, erfordert es kaum zusätzliche Ressourcen.

## Erforderliche Qualifikation

Für das curriculare Programm benötigt der:die Moderator:in Wissen in den Bereichen Pharmakologie von Alkohol und Alkoholerwartungen und müsste entsprechend geschult werden (Schreiner, 2014).

## Ergänzungen/Erweiterungen

Das ECALC-Programm gibt es auch im digitalen Format (vgl. Dietz, 2016; Dotson et al., 2014; Flori, 2020; Fried, 2013; Schreiner, 2014). Dieses digital unterstützte Programm kann auch von Laien nach einer kurzen Schulung durchgeführt werden und erfordert somit kein Expertenwissen (vgl. Schreiner, 2014).

## Effektivität und Evaluation

Lau-Barraco und Dunn (2008) evaluierten die Intervention im simulierten Bar-Setting mithilfe einer randomisiert-kontrollierten Studie mit einer Stichprobe von Studierenden mit starkem Alkoholkonsum (sog. Rauschtrinken). Evaluiert wurde die Veränderung des Alkoholkonsums sowie der alkoholbezogenen Erwartungen. Einen Monat nach der Intervention berichteten die Teilnehmenden der Interventionsgruppe eine signifikante Reduktion ihres Alkoholkonsums sowie selteneres Rauschtrinken. Darüber hinaus gab es Veränderungen in einigen der erfassten alkoholbezogenen Erwartungen. Teilnehmende der Interventionsgruppe berichteten einen Monat nach der Intervention sowohl weniger allgemeine positive Erwartungen durch Alkoholkonsum (z. B. „Trinken lässt die Zukunft heller erscheinen“) als auch weniger spezifische Erwartungen, dass Alkohol die soziale Kompetenz verstärkt (z. B. „Ein paar Drinks erleichtern mir das Gespräch mit anderen“). Auch ihre Erwartungen, dass Alkohol entspannt und Anspannung reduziert, waren tendenziell weniger stark ausgeprägt. Die Veränderungen in den alkoholbezogenen Erwartungen vermittelten den Effekt der Intervention auf den reduzierten Alkoholkonsum. Bei Teilnehmenden der Kontrollgruppen zeigten sich weder eine Veränderung im Alkoholkonsum noch in den alkoholbezogenen Erwartungen (Lau-Barraco & Dunn, 2008).

Schreiner (2010) evaluierte die Intervention für große Gruppen mit einem quasi-experimentellen Design. Die Intervention hatte einen signifikanten Effekt auf die Anzahl der durchschnittlich konsumierten alkoholischen Getränke pro Trinkgelegenheit. Insbesondere bei männlichen Studierenden der Interventionsgruppe reduzierte sich der Alkoholkonsum, während dieser bei männlichen Studierenden in der Kontrollgruppe anstieg. Im Hinblick auf die Veränderung von alkoholbezogenen Erwartungen erwies sich die Intervention ebenfalls als wirksam: Teilnehmende der Intervention berichteten im Vergleich zur Kontrollgruppe signifikant weniger positive alkoholbezogene Erwartungen hinsichtlich Geselligkeit (z. B. „Ich wäre kontaktfreudig“), den empowernden Effekten von Alkohol (z. B. „Ich würde mich mutig fühlen“), Risiko und Aggression (z. B. „Ich würde mich dominant fühlen“), Sexualität (z. B. „Ich würde Sex mehr genießen“) sowie Spannungsabbau durch Alkohol (z. B. „Mein Körper würde sich entspannt anfühlen“). Außerdem erwarteten Teilnehmende der Intervention mehr kognitive und verhaltensbezogene Beeinträchtigungen durch Alkohol (z. B. „Mir würde schwindelig werden“, „Meine Reaktionen wären langsam“). Zusätzliche Analysen mit einer Substichprobe der Teilnehmenden mit besonders starkem und riskantem Alkoholkonsum ergaben einen besonders großen Effekt der Intervention auf die Reduktion der durchschnittlichen sowie maximalen Getränke pro Trinkgelegenheit (Schreiner, 2010).

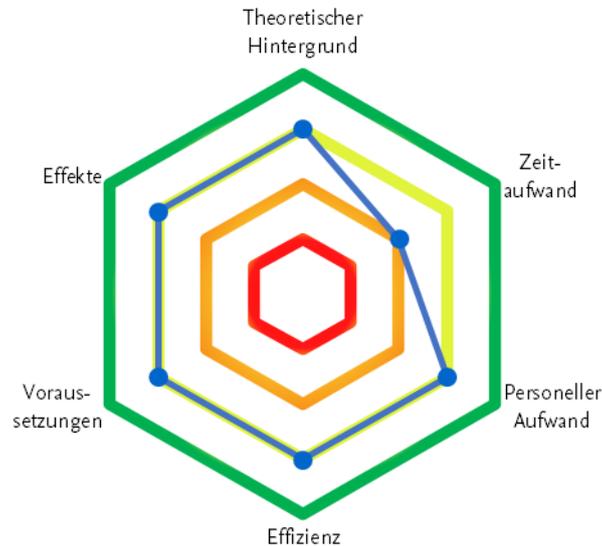
Fried und Dunn (2012) konnten die vorangegangenen Ergebnisse auf den Alkoholkonsum und alkoholbezogene Erwartungen weitgehend replizieren. Die Intervention war besonders wirksam bei männlichen Studierenden mit starkem Alkoholkonsum (Fried & Dunn, 2012).

## Bewertung

Die Bewertung bezieht sich auf das für große Lehrveranstaltungen konzipierte ECALC-Programm. Die Intervention ist durch die Erwartungstheorie begründet und formuliert dessen Wirkketten. Strukturelle Ursachen des Alkoholkonsums werden jedoch nicht adressiert. Der Zeit- und personelle Aufwand zur Umsetzung dieser Intervention ist moderat. Erforderlich ist die inhaltliche Ausgestaltung des Moduls für die Lehrveranstaltungen, wobei online Materialien dazu verfügbar sind. Empfohlen ist auch eine kurze Schulung der Moderierenden. Da die Intervention explizit auf Studierende zugeschnitten ist, ist sie leicht in den Hochschulkontext

integrierbar. Der Alkoholkonsum wurde reduziert sowie alkoholbezogene Erwartungen korrigiert. Es fehlen jedoch Daten zu Langzeiteffekten.

Insgesamt stellt die Intervention eine gute und effiziente Möglichkeit zur Reduktion von (riskantem) Alkoholkonsum sowie der Veränderung alkoholbezogener Denkmuster dar. Die Gesamtbewertung fällt mit 2,8 von 4 Punkten positiv aus.



## Weiterführende Informationen

- Auf den Internetseiten der *Eastern Illinois University* lassen sich unter dem Suchbegriff „Expectancy Challenge Alcohol Literacy Curriculum“ diverse Beiträge zum Thema finden, z. B. ein Trainingsmanual für ECALC unter [https://www.eiu.edu/ihec/ECALC\\_Training\\_Manual.pdf](https://www.eiu.edu/ihec/ECALC_Training_Manual.pdf) oder eine Beispiel-Präsentation der ECALC, welches die Wortlisten-Übung beinhaltet, unter [https://www.eiu.edu/ihec/Expectancy\\_Challenge\\_Alcohol\\_Literacy\\_Curriculum.pdf](https://www.eiu.edu/ihec/Expectancy_Challenge_Alcohol_Literacy_Curriculum.pdf) u.v.m.

Hintergrundinformationen und weitere Interventionen im Projekt »Healthy Campus – Von der Bestandsaufnahme zur Intervention« sind auf der Internetseite der Freien Universität Berlin unter [www.fu-berlin.de/healthy-campus/interventionsmanual](http://www.fu-berlin.de/healthy-campus/interventionsmanual) zu finden.

## Literatur

- Bandura, A. (1977). *Social learning theory. Prentice-Hall series in social learning theory.* Prentice-Hall.
- Cruz, I. Y. (2006). *Reducing alcohol consumption among high school students by challenging alcohol expectancies* [Dissertation]. University of Central Florida, Florida.

- Cruz, I. Y. & Dunn, M. E. (2003). Lowering risk for early alcohol use by challenging alcohol expectancies in elementary school children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *71*(3), 493–503. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.71.3.493>
- Darkes, J. & Goldman, M. S. (1993). Expectancy challenge and drinking reduction: experimental evidence for a mediational process. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *61*(2), 344–353. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.61.2.344>
- Darkes, J. & Goldman, M. S. (1998). Expectancy challenge and drinking reduction: Process and structure in the alcohol expectancy network. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, *4*(1), 64–76. <https://doi.org/10.1037/1064-1297.6.1.64>
- Dietz, A. R. (2016). *Evaluation of the expectancy challenge alcohol literacy curriculum (ECALC) for high school students* [Dissertation]. University of Central Florida, Florida.
- Dotson, K. B., Herring, D., Dietz, A., Shah, M. & Dunn, M. E. (2014). *The Expectancy Challenge Alcohol Literacy Curriculum (ECALC): Implementation of a Digital Translation with High School Students*. Conference: Research Society on Alcoholism. Bellevue, WA. [https://www.researchgate.net/profile/keri-bayley/publication/267153824\\_the\\_expectancy\\_challenge\\_alcohol\\_literacy\\_curriculum\\_ecalc\\_implementation\\_of\\_a\\_digital\\_translation\\_with\\_high\\_school\\_students](https://www.researchgate.net/profile/keri-bayley/publication/267153824_the_expectancy_challenge_alcohol_literacy_curriculum_ecalc_implementation_of_a_digital_translation_with_high_school_students) <https://doi.org/10.13140/2.1.1886.4640>
- Dunn, M. E., Fried-Somerstein, A., Flori, J. N., Hall, T. V. & Dvorak, R. D. (2020). Reducing alcohol use in mandated college students: A comparison of a Brief Motivational Intervention (BMI) and the Expectancy Challenge Alcohol Literacy Curriculum (ECALC). *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, *28*(1), 87–98. <https://doi.org/10.1037/pha0000290>
- Dunn, M. E., Lau, H. C. & Cruz, I. Y. (2000). Changes in activation of alcohol expectancies in memory in relation to changes in alcohol use after participation in an expectancy challenge program. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, *8*(4), 566–575. <https://doi.org/10.1037//1064-1297.8.4.566>
- Dunn, M. E., Schreiner, A., Flori, J. N., Crisafulli, M. J., Willis, E. A., Lynch, G. T., Leary, A. V. & Dvorak, R. D. (2022). Effective prevention programming for reducing alcohol-related harms experienced by first year college students: Evaluation of the expectancy challenge alcohol literacy curriculum (ECALC). *Addictive Behaviors*, *131*, 107338. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107338>
- Flori, J. N. (2020). *Changes in likely activation patterns of alcohol expectancies after exposure to the expectancy challenge alcohol literacy curriculum (ECALC)* [Masterarbeit]. University of Central Florida.
- Fried, A. B. (2013). *Evaluation of digitally enhanced expectancy challenge alcohol literacy curriculum for use with mandated college students* [Dissertation]. University of Central Florida, Florida.
- Fried, A. B. & Dunn, M. E. (2012). The Expectancy Challenge Alcohol Literacy Curriculum (ECALC): a single session group intervention to reduce alcohol use. *Psychology of Addictive Behaviors*, *26*(3), 615–620. <https://doi.org/10.1037/a0027585>
- Görge, T. & Nowak, S. (2013). *Alkohol und Gewalt: eine Analyse des Forschungsstandes zu Phänomenen, Zusammenhängen und Handlungsansätzen*. Münster. Deutsche Hochschule der Polizei.
- Jones, B. T., Corbin, W. & Fromme, K. (2001). A review of expectancy theory and alcohol consumption. *Addiction*, *96*, 57–72.
- Lau-Barraco, C. & Dunn, M. E. (2008). Evaluation of a single-session expectancy challenge intervention to reduce alcohol use among college students. *Psychology of Addictive Behaviors*, *22*(2), 168–175. <https://doi.org/10.1037/0893-164X.22.2.168>

- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2002). *A call to action: changing the culture of drinking in U.S. colleges*.
- Schreiner, A. (2010). *Evaluation of an expectancy challenge curriculum in reducing high risk alcohol use among college students when modified for large classes* [Masterarbeit]. University of Central Florida, Florida.
- Schreiner, A. (2014). *Evaluation of a digitally-automated alcohol curriculum designed to alter expectancies and alcohol in use first-year college students* [Dissertation]. University of Central Florida.
- Sivasithamparam, J. (2011). *Evaluation of the expectancy challenge alcohol literacy curriculum (ECALC) for reducing alcohol use among high school students* [Dissertation]. University of Central Florida, Florida.
- Sivasithamparam, J., Hall, T. V. & Dunn, M. E. (2008). *CALC 101: The collegiate alcohol literacy curriculum as a prevention approach for high-risk drinking in first-year college student*. Poster presented at the annual meeting of the American College Health Association. Florida.
- Wood, M. D., Capone, C., Laforge, R., Erickson, D. J. & Brand, N. H. (2007). Brief motivational intervention and alcohol expectancy challenge with heavy drinking college students: a randomized factorial study. *Addictive Behaviors*, 32(11), 2509–2528.  
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2007.06.018>