

Prävention mit Hilfe elektronischer Medien in verschiedenen Zielgruppen

Dr. Elisabeth Pott

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

**eHealth: Innovations- und Wachstumsmotor für Europa
- Potenziale in einem vernetzten Gesundheitsmarkt -**

17. und 18. Februar 2005, München



Zentrale Internetangebote der BZgA

- **www.gib-aids-keine-chance.de: Web-Site zur Kampagne**
- **www.aidsberatung.de: Angebot zur persönlichen Beratung**
- **www.bzga-reisegesundheit.de: Infos zur Gesundheit im Urlaub**
- **www.check-dein-risiko.de: *Selbsttest zum individuellen STD-Risiko***
- **www.sexsicher.de: Gesundheitsinfo für Freier**
- **www.bist-du-staerker-als-alkohol.de: Jugendinfo über Alkohol**
- **www.rauchfrei-info.de: *Nikotin-Ausstieg für Erwachsene***
- **www.kickit.de: *Nikotin-Ausstiegsprogramm für Jugendliche***



Zentrale Internetangebote der BZgA

- **www.loveline.de**: ein Informationsangebot zur Sexualaufklärung
- **www.drugcom.de**: ein Internetprojekt zur Suchtprävention
- **www.machsmit.de**: die Aids-Kampagne der BZgA im Internet



www.loveline.de



- Internetadresse der BZgA seit 1998
- Zielgruppe: Jugendliche von 13 -17 Jahren
- Themenschwerpunkte: Liebe, Partnerschaft, Sexualität und Verhütung





www.loveline.de
Entstehungsgeschichte

- „loveline“ gibt es bereits seit Mitte der 90er Jahre: erst als interaktives Informationsangebot der BZgA in Form einer CD-ROM (derzeit als Vol. II erhältlich).
- Die gleichnamige Internetseite wurde 1998 zunächst als inhaltliche Ergänzung und Weiterentwicklung dieses Angebots eingerichtet.
- Seit dem Relaunch 2001 ist www.loveline.de eine eigenständige Informations- und Kommunikationswebsite, die monatlich erweitert und den Bedürfnissen der User/-innen angepasst wird.





www.loveline.de

Hintergrund und Ausgangslage

- 77% der 14- bis 19-Jährigen sind regelmäßige Online-Nutzer/-innen
- für Jugendliche ist das Internet in erster Linie ein Kommunikationsmedium, danach folgt unmittelbar das gezielte Abrufen von Informationen
- im Internet gibt es nur wenige seriöse und nichtkommerzielle Informationen zu Liebe und Sexualität für Jugendliche
- 21% der Jungen und 9% der Mädchen fehlt eine Vertrauensperson zu Fragen der Sexualität





www.loveline.de
Das Angebot

- über 1000 Seiten fundierte und seriöse Informationen zu den Themen Liebe, Verhütung, Partnerschaft und Sexualität für Jugendliche in interaktiver Form 
- monatlich wechselnde Themen und News machen die Seite attraktiv und aktuell 
- regelmäßige Umfragen und Gewinnspiele gewährleisten die Nähe zur Zielgruppe
- Mit dem Gästebuch, der Möglichkeit zum Versenden von eCards* sowie dem „Loveletter“, der als E-mail-newsletter regelmäßig über Neuerungen auf der Website informiert, wird das Bedürfnis der Jugendlichen nach Austausch und Kommunikation befriedigt 





www.loveline.de
Die Resonanz

- Belegt wird die Attraktivität dieses Angebots durch den kontinuierlichen Anstieg der User-Zahlen: Pro Monat rufen durchschnittlich mehr als 60.000 Jugendliche insgesamt 700.000 Seiten auf. 
- www.loveline.de ist das umfangreichste Internetportal für Jugendliche zum Thema Liebe, Partnerschaft, Sexualität und Verhütung. 
- Neben vielen nationalen Auszeichnungen wurde www.loveline.de im Jahr 2003 in der Kategorie „Internetauftritte pädagogischer Institutionen“ mit dem „intermedia-globe“ in Gold auch international ausgezeichnet.





www.loveline.de

Qualitätssicherung und -entwicklung

- kontinuierliche, quantitative wie qualitative Prüfung des Angebots und seiner Resonanz
- durchgängiges Monitoring aller relevanten Eckdaten zum Nutzungsverhalten in den einzelnen Bereichen
- qualitative Überprüfung durch tiefenpsychologische Befragungen ausgewählter Nutzer/-innen und durch „Usability-Tests“



BZgA **loveline.de**
Gästebuch Kontakt home

Mädchen
Wann wird die Frau zur Frau?

Deine Meinung

- Thema Übersicht
- Tipps & Infos

Spiel

Menstruationskalender

- Jules Tagebuch

infoshop

faq's

liebeslexikon

chat

liebesfragen

liebespiel

home

Impressum

FRAUENARZT
Irgendwann steht er an, der erste Besuch bei einer Frauenärztin/ einem Frauenarzt.
mehr...

Tagesgewinner
Loveline CD 2.0:
fischgirl

Weitere Themen:

- Pubertät
- Verhütung
- Jungen
- Liebe
- Schön Sein
- Mädchen

Klick den Ticker
Neue Mädchenbroschüre!
Aufregende Jahre - Jules Tagebuch

Loveline unterwegs **JUGENDFILMTAGE**

Deine Meinung
Über Verhütungsmittel

- bin ich bestens informiert
- weiß ich nur sehr wenig
- möchte ich mehr wissen

Abstimmen
aktueller Stand
Frühere Umfragen

eCards

Loveline empfehlen

Loveletter bestellen

mach's mit. **gruocom.de** **reach frei!** **bin ich stärker als alkohol?**



loveline.de Liebesthemen

Mädchen
Wann wird die Frau zur Frau?

Rund ums Thema Mädchen

- Spiel
Mädchen - Spiel
- Tipps & Infos
- Die weiblichen Geschlechtsorgane
Bodymap
- Eure Fragen
- Menstruationskalender
- Statements
- Frauenarzt
- Chat Mädchen

infoshop
faq's
liebeslexikon
chat
liebesthemen
liebespiel
home
Impressum



Reisen



Deine Meinung

- Thema Übersicht
- Expertenchat

Spiel



eCard



- Tipps & Infos
- Flirtipps



**Traummann
Traumfrau**



Deine Meinung

- Thema Übersicht
- Expertenchat

Spiel



eCard



- Tipps & Infos
- Nonsens

Pleiten, Pech & Pannen



Was tun, wenn die Verhütung versagt hat?

Deine Meinung

- Thema Übersicht
- Expertenchat

Spiel



eCard



- Tipps & Infos
- Nonsens



Mädchen



Wann wird die Frau zur Frau?

Deine Meinung

- Thema Übersicht
- Tipps & Infos

Spiel



Menstruationskalender



- Jules Tagebuch

Pille, Präser & Co



Facts rund um die Verhütung

Deine Meinung

- Thema Übersicht
- Nonsens

Spiel



Film



- Tipps & Infos



Liebe ohne Grenzen



Deine Meinung

- Thema Übersicht
- Flirtipps

Spiel



eCard



- Tipps & Infos



BZgA **loveline.de** überhaupt

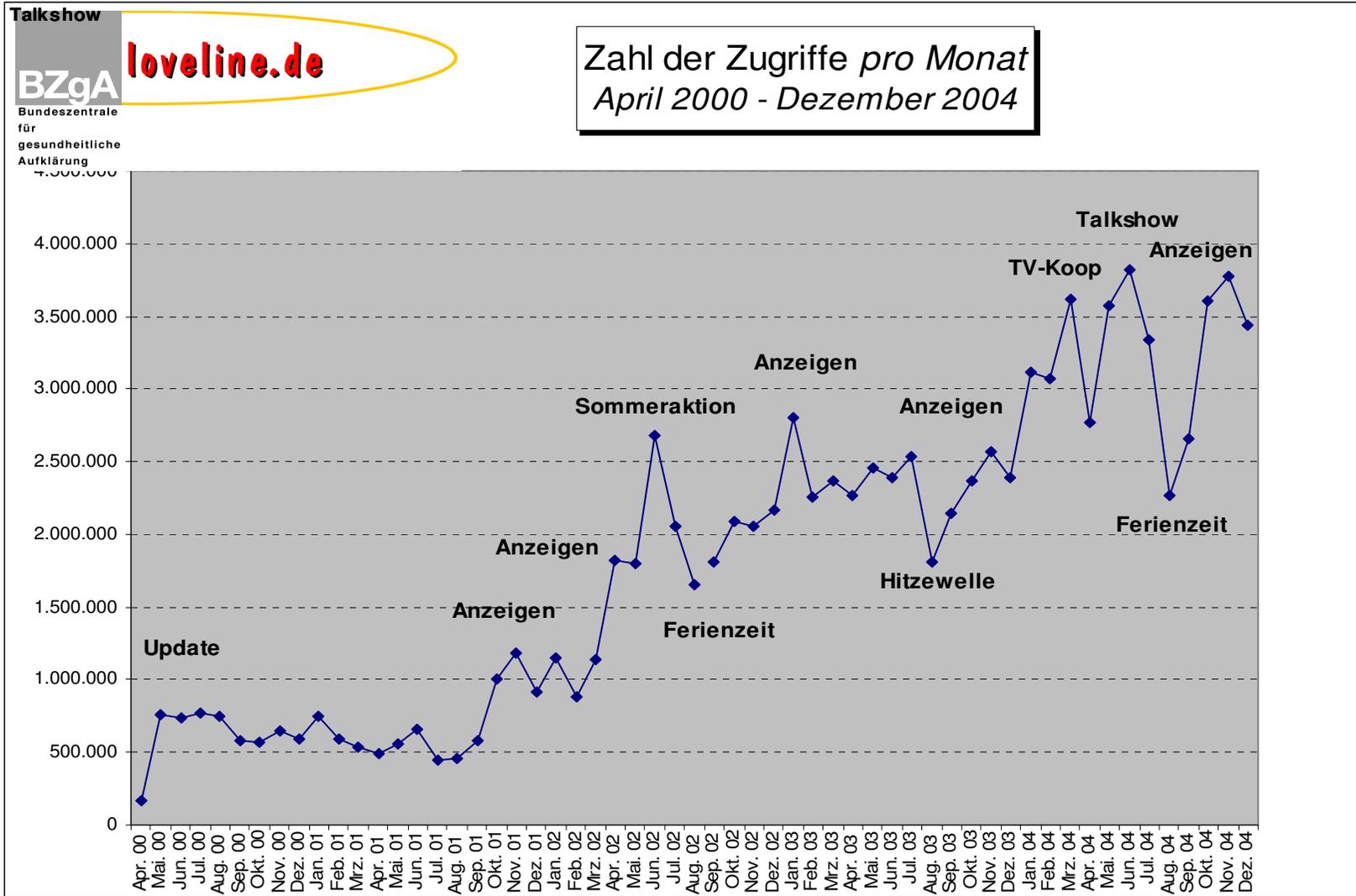
loveline cards 

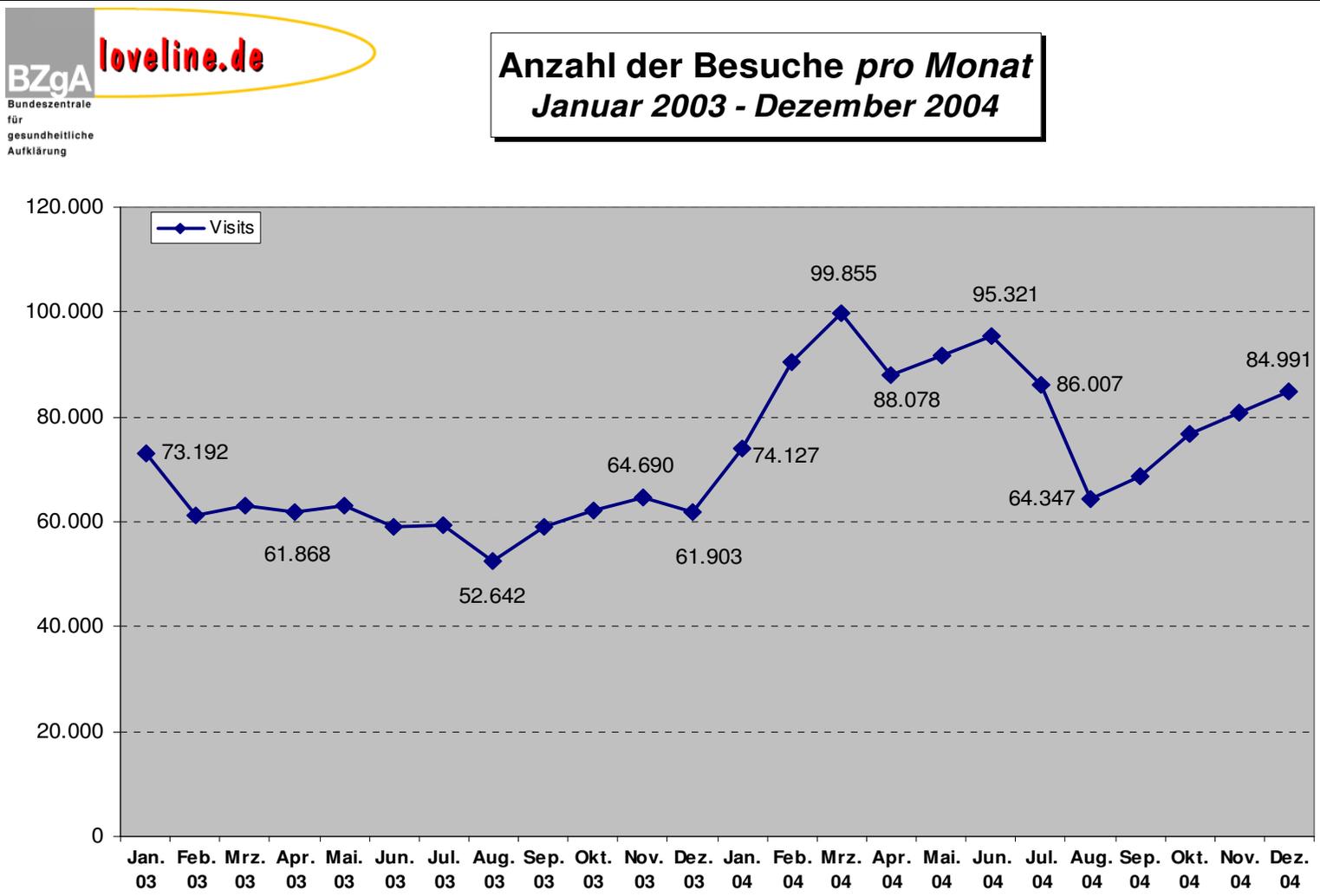
Möchtest du eine **loveline card** verschicken?
Hier kannst du dir per Klick eine Card aussuchen und verschicken.

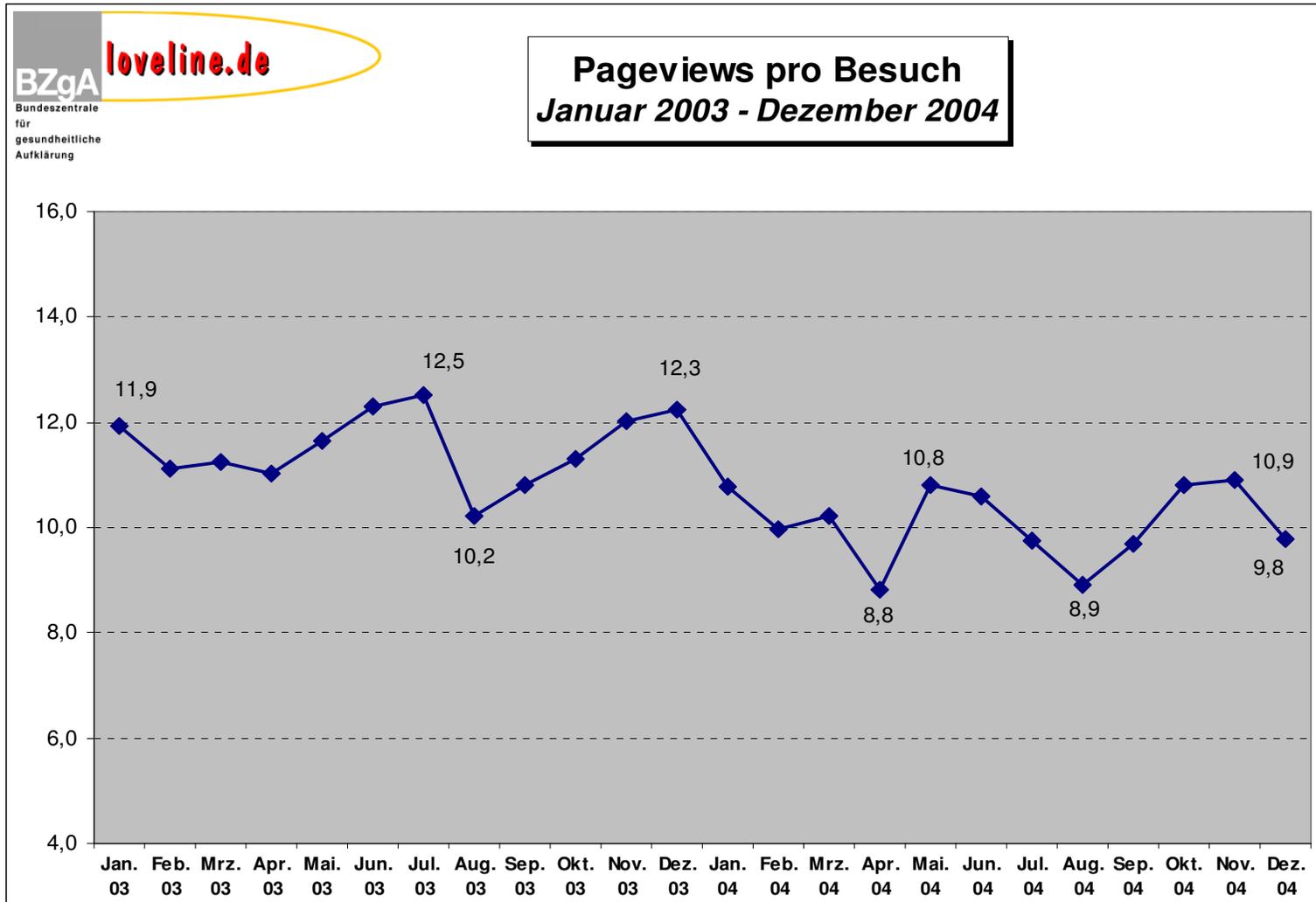
 <p>Alles Liebe zu Valentinstag!</p>		
		
		<p>Und Ich hoffe wenn bloß, sie sie daas nicht er dran nimmt? denkt!</p>
<p>Tage?</p> <p>Nächte!</p>	<p>Dings?</p> <p>Bums?</p>	
<p>Orgasmus(s)?</p> <p>Orgaskann!</p>		
	<p>Lasst uns Chaten</p>	<p>He wie geht's?</p>
<p>Grüße vo</p>		

infoshop
faq
lieben
ikon
chat
liebes
themen
liebes
spiel
home
Impressum









drugcom.de
check yourself.

**Ein Internetangebot für drogenaffine
Jugendliche und junge Erwachsene**



Zielgruppe von *drugcom.de*

- Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 15 und 25 Jahren,
- die aktuell illegale Drogen konsumieren

Ziele von *drugcom.de*

- Verhinderung von Substanzmissbrauch und -abhängigkeit
- Reduzierung von negativen Folgen des Konsums



Theoretisches Konzept von *drugcom.de*: Risikokompetenz

- Erhöhung des Wissensstands über Drogen und Drogenkonsum
- Förderung von Problembewusstsein und einer kritischen Einstellung gegenüber eigenem Konsumverhalten
- Förderung eines risikoarmen Umgangs mit psychoaktiven Substanzen (Punktnüchternheit, mäßiger Konsum in tolerierten Situationen)
- Vermittlung von Kompetenzen zur Reduzierung oder Absetzung von Substanzen



Methodische Umsetzung mit einem modular aufgebauten Angebot

- Drogen- und Suchtlexikon
- Beratungsangebote (Mail, Chat)
- Wissenstests zu acht verschiedenen Substanzen
- Verhaltenstest zu Alkohol (**check your drinking**) und zu Cannabis ab Mitte 2005 (cannabis check)
- Ausstiegsprogramm für Cannabiskonsumierende (**quit the shit**)
- Beratungsprogramm für Alkoholkonsumierende ab Mitte 2005 (change your drinking)



check your drinking

Online-Fragebogen zum Test des eigenen Alkoholkonsum

Parameter

- Konsumfrequenz: im letzten Monat
- Konsummenge: letztes Mal
- Frequenz des Betrinkens: in den letzten 12 Monaten
- Trinkmotive: im letzten Monat
- Trinken zu unpassenden Gelegenheiten: im letzten Monat
- Negative Erfahrungen: Filmriss/Blackout



check your drinking

Automatisierte individuelle Rückmeldung

- Auswertung über ein automatisiertes Regelsystem
- Rückmeldung
 - zu konsumspezifischen Parametern (alle)
 - zu spezifischen Risikoindikatoren (gegebenenfalls)
 - abschließend mit einer konsumspezifischen Empfehlung (alle)
- Altersspezifische Differenzierung
- Geschlechtsspezifische Differenzierung



» mit Flash-Intro » ohne Flash-Intro

Zum Betrachten der **Flash-Version** benötigt
ihr den **Flash 5 Player**, den ihr euch hier 
kostenlos von **Macromedia** herunterladen könnt.

drugcom.de

check yourself.

Ein Projekt der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA, Köln)

Version: 2.8.



>> news: Immer mehr Jugendliche konsumieren Cannabis

>> news: Gedächtnisverlust durch Kaffee

>> r

sitemap suche

check yourself:



drugcom.de

special drugcom-voting:
topic

Was hältst du vom Shisha-Rauchen?

Check your drinking

Mit diesem Selbsttest kannst du herausfinden, wie es um deinen aktuellen Alkoholkonsum steht. Ist alles im grünen Bereich? Oder schaust du möglicherweise doch ein bisschen zu oft zu tief ins Glas? Der Test liefert dir Hinweise zu diesen Fragen. Die Bearbeitung des Tests dauert etwa 5 bis 10 Minuten.

Danach bekommst du eine auf deine Angaben zugeschnittene Rückmeldung. Der Test macht also nur Sinn, wenn du ihn ehrlich und vollständig beantwortest.

[weiter](#)

1 2 3 4 5 6 7

Wie häufig hast du in den letzten 30 Tagen Alkohol getrunken?

An Tagen

Wann warst du zum ersten Mal betrunken? Damit meinen wir nicht nur beschwippt sein, sondern einen Rausch, bei dem du dich "besoffen" gefühlt hast.

- Ich hatte noch nie einen Alkoholrausch
- Mit Jahren

Wie häufig warst du in den letzten 12 Monaten betrunken?

- gar nicht
- Mal

weiter

check your drinking:

Trinkhäufigkeit im Vgl. zur Normalbevölkerung

<u>Konsum im letzten Monat</u> Kategorien: drugcom.de / BZgA-Studie*	check your drinking 12-25 Jahre (n=29.292)	BZgA-Studie* 12-25 Jahre (n=3.000)
kein Mal / seltener, nie	7,2%	34%
1-mal / einmal im Monat	5,0%	13%
2-3-mal / mehrmals im Monat	14,6%	23%
4-7-mal / etwa einmal i.d. Wo.	28,9%	18%
8-23-mal / mehrmals pro Wo.	38,5%	11%
24-30-mal / fast täglich	5,7%	1%

*BZgA (2001). Drogenaffinitätsstudie



check your drinking:

Alkoholrauscherfahrung im Vgl. zur Normalbevölkerung

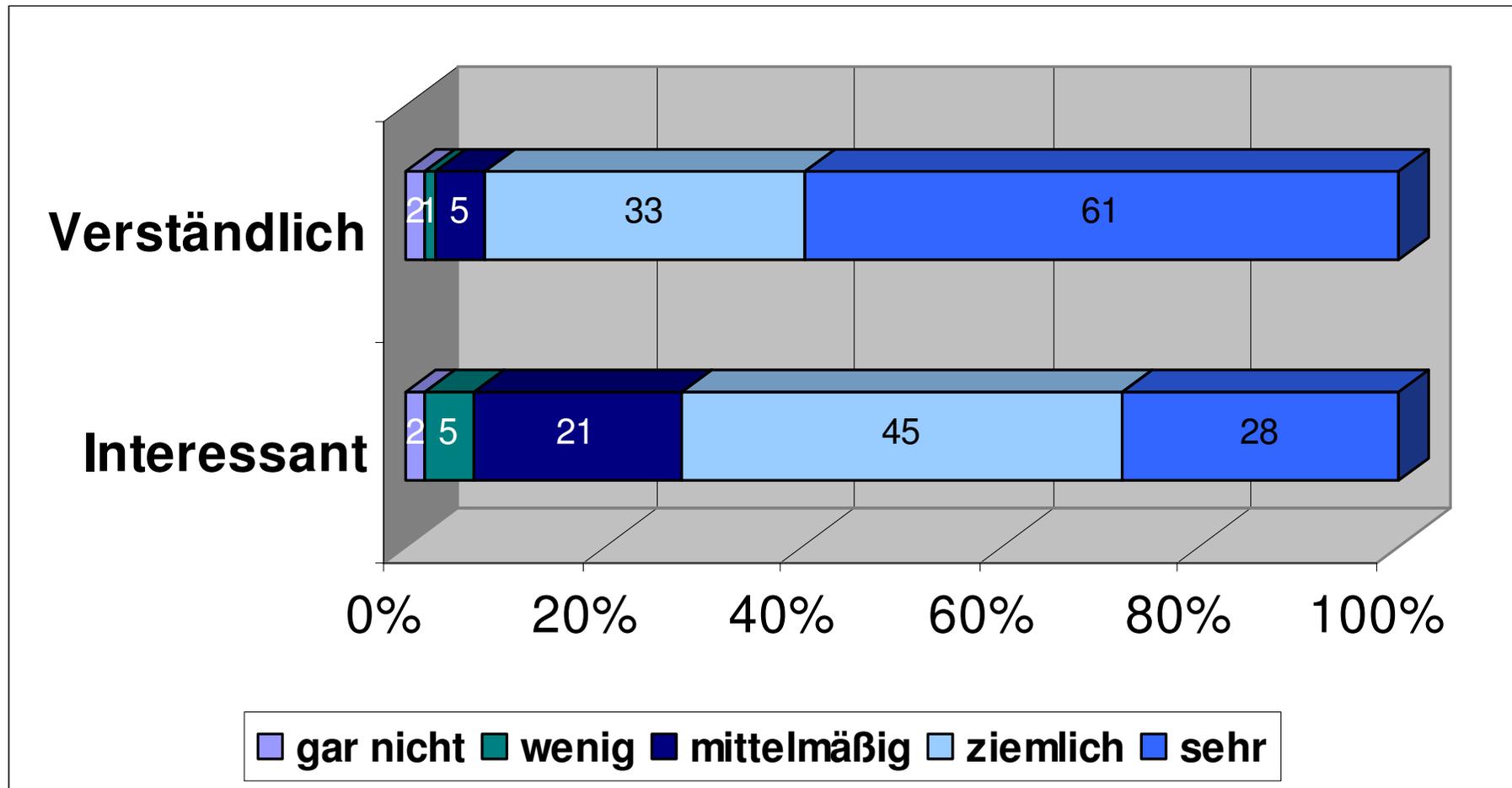
Alkoholrausch- erfahrung	drugcom.de 12-25-Jahre (n=29.292)	BZgA-Studie* 12-25 Jahre (n=3.000)
Alter beim ersten Alkoholrausch	14,6 Jahre	15,6 Jahre
noch nie	11%	40%

*BZgA (2001). Drogenaffinitätsstudie



check your drinking:

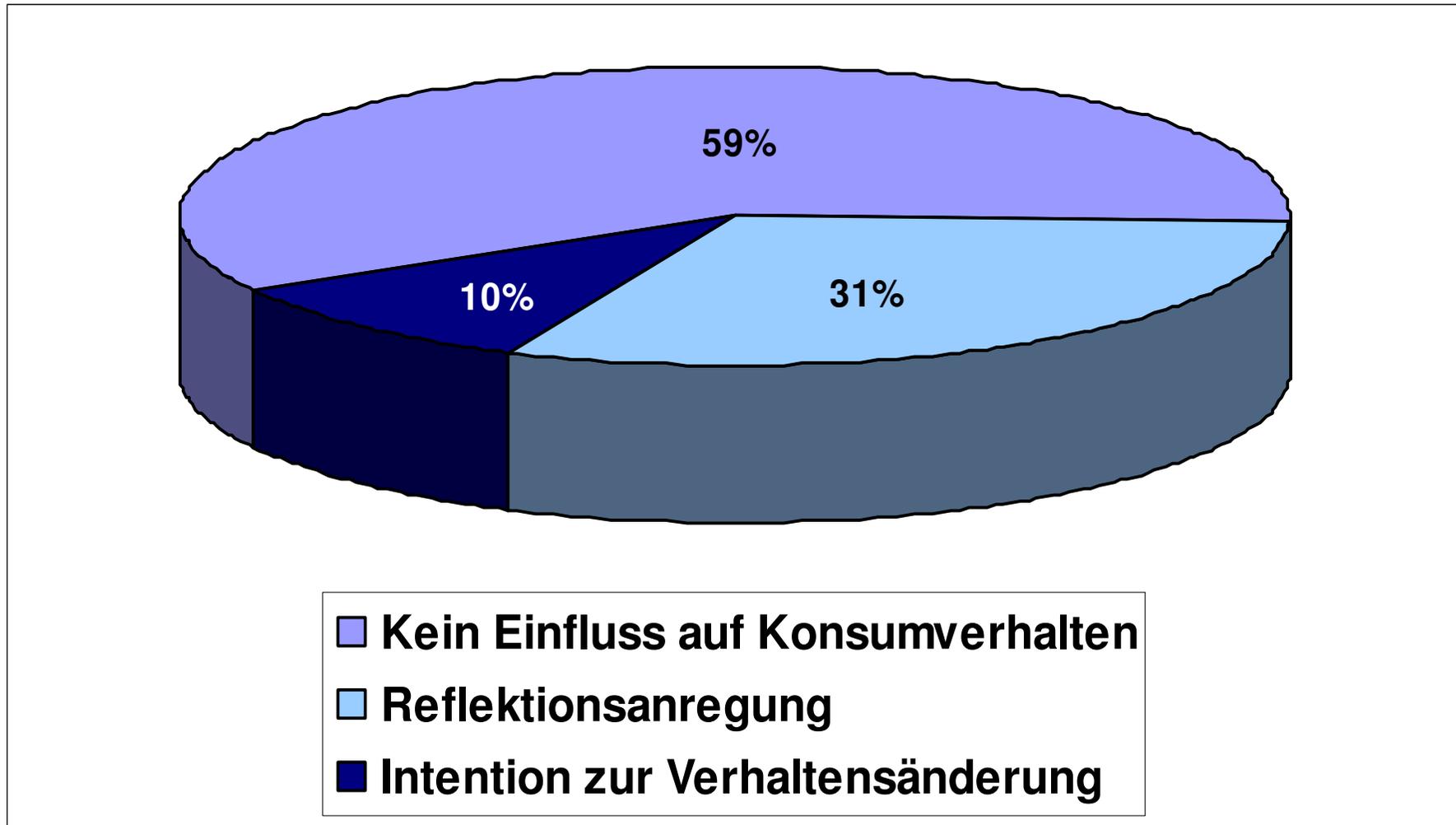
Akzeptanz: Verständlichkeit, Interessantheit



N=435



check your drinking:
Einstellungsänderung - Reflektionsanregung



N=435



quit the shit: Cannabisausstiegsprogramm

- **Ziel:** Reduzierung des Cannabiskonsums in einem Zeitfenster von 50 Tagen
- **Zielpyramide von quit the shit**



Drogenabstinenz



Zeitweilige Drogenabstinenz / Konsumpausen



Reduzierung der Konsumfrequenz / der Intensität



quit the shit: Methodisches Konzept

■ Kurzintervention

- Übersichtliche Zeitperspektive
- Zielorientierter Ansatz
- Vermittlung unterstützender Informationen und Empfehlungen
Förderung der Eigenverantwortung

■ Beratungskonzept

- Stärkung der Selbstwirksamkeit
- Angebot von Alternativen der Bewältigungs- oder
Veränderungsstrategie
- Rückmeldungen zur kritischen Reflexion der gegenwärtigen Situation
- Ratschläge



quit the shit: Umsetzung/Ablauf

- **Kennen lernen** von *quit the shit* und allgemeine Informationen
- **Eingangsbefragungen** zur Motivation und zum Konsum
- 30 bis 40-minütiges **Eingangsgespräch im Chat** zur Zielvereinbarung
- Führen des **50-Tage-Tagebuchs** (50-Tagebuch)
 - Tägliche ausführliche Einträge zum Cannabiskonsum mit eigenem Resümee
- Wöchentliche **Rückmeldung** von der drugcom-Beraterin
- **Abschlussgespräch** im One-to-One-Chat



mein 50-tagebuch

Dies sind beispielhafte Einträge eines **fiktiven Teilnehmers (Nick, 17 Jahre, männlich)**. Nicht angemeldete User können keine neuen Einträge vornehmen. Wenn du angemeldet bist, ist dieser Bereich geschützt. Nur die drugcom-Beraterinnen und du werden deinen persönlichen Bereich lesen können.

Uhrzeit	Art und Menge	Mit wem und wo?	Warum? Was war der Grund/Auslöser des Konsums?	
24:00	1 Joint	alleine zu Hause	Ich habe es den ganzen Abend geschafft, nix zu rauchen. Im Bett konnte ich nicht einschlafen, dann habe ich doch eine kleine Tüte geraucht und bin eingeschlafen.	ändern

>> [neuer Eintrag](#)

Resümee des Tages: Wie bewertest du den heutigen Tag im Hinblick auf deinen Cannabiskonsum? Denke dabei an dein persönliches Ziel.

Scheiße, ich hab es nicht geschafft auf das Kiffen zu verzichten, weil ich nicht einschlafen konnte.

mein 50-tagebuch

Das Tagebuch dient dazu, alle Dinge, die mit dem Kiffen zusammenhängen, täglich zu notieren. Auch oder gerade wenn du nicht gekifft hast, sind Einträge sinnvoll. Vielleicht hast du es geschafft, in einer Situation, in der du normalerweise kiffst, zu widerstehen. Es kommt nicht darauf an, unbedingt jeden Tag etwas einzutragen, aber jeder Tag, der im Zusammenhang mit dem Kiffen für dich von Bedeutung ist, sollte in diesem Tagebuch festgehalten werden.

*Du kannst dir hier ein Bild davon machen, wie das Tagebuch aufgebaut ist und beispielhafte Einträge eines **fiktiven Teilnehmers (Nick, 17, männlich)** anschauen. Für angemeldete User ist das persönliche Tagebuch geschützt. Nur die drugcom-Beraterinnen und du werden deinen persönlichen Bereich lesen können. Durch einen Klick auf einen Tag gelangst du in die Tagesansicht.*



[weitere Hinweise zur Bearbeitung des Tagebuchs](#)

	<u>7.7.</u>	<u>8.7.</u>	<u>9.7.</u>	<u>10.7.</u>	<u>11.7.</u>	<u>12.7.</u>	<u>13.7.</u>
Hast du gekifft?	ja	nein	ja	nein	ja	ja	nein
<u>Kommentare vom drugcom-team</u>	<p>Hallo Nick,</p> <p>erst mal ein großes Lob für dich. Du hast geschafft, von sieben Tagen drei Tage nicht zu kiffen und an zwei Tagen, jeweils nur einen Joint zu rauchen. Außerdem warst du an einigen Tagen sehr aktiv und ...</p>						

quit the shit

>> das programm >> wissenswertes

login

mein 50-tagebuch

Das Tagebuch dient dazu oder gerade wenn du nicht in einer Situation, in der du normalerweise etwas einzutragen, ist, sollte in diesem Tagebuch

Du kannst dir hier ein Bild eines **fiktiven Teilnehmers** persönliche Tagebuch gelesen. Du

>> [weitere Hinweise](#)

Hast du gekifft?	7
Kommentare vom drugcom-team	Hallo Nick,

Kommentar vom drugcom-team

Hallo Nick,

erst mal ein großes Lob für dich. Du hast geschafft, von sieben Tagen drei Tage nicht zu kiffen und an zwei Tagen, jeweils nur einen Joint zu rauchen. Außerdem warst du an einigen Tagen sehr aktiv und hast kaum ans Kiffen denken müssen.

Du hast in dieser Woche gemerkt, dass du an manchen Tagen nicht einschlafen konntest, ohne zu kiffen. Das ist nicht ungewöhnlich, denn zu den typischen Entzugssymptomen bei Cannabis gehören auch Einschlafstörungen. Zu weiteren Symptomen findest du Infos unter **Cannabiskonsum in den Griff kriegen: Wissenswertes**. Du kannst aber davon ausgehen, dass deine Schlafstörungen nach einiger Zeit aufhören, wenn du nur noch wenig kiffst. Das fällt einem übrigens leichter, wenn man mal ein oder zwei Wochen ganz aufgehört hat, weil man dann gelernt hat, wieder nüchtern einzuschlafen.

Am Donnerstag hast du mal wieder Basketball gespielt. Dass deine Luftprobleme neben mangelnder Kondition auch vom Rauchen kommen können, hast du richtig erkannt, denn Kiffen und Rauchen können die Atemwege verengen.

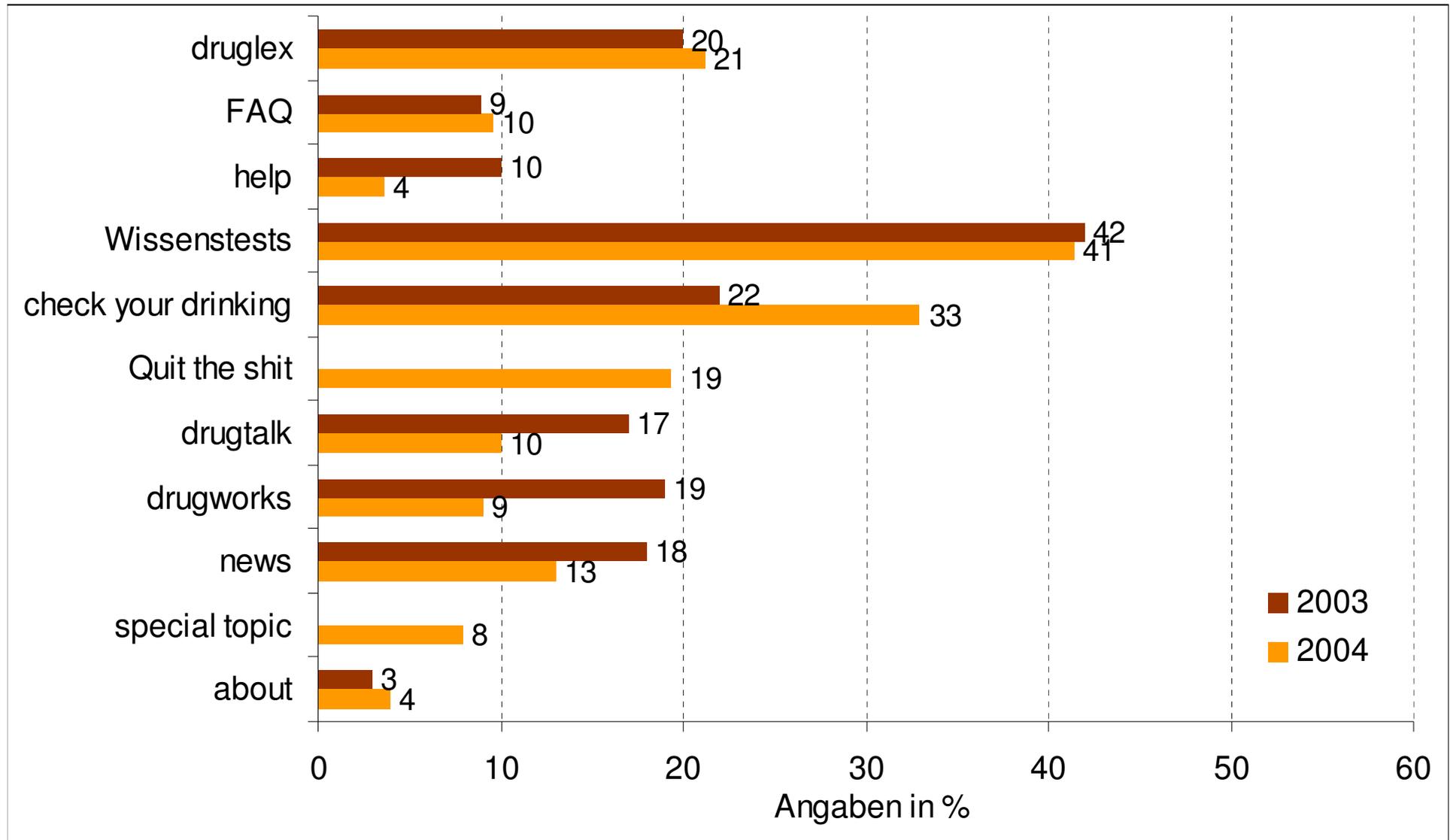
Am selben Tag hast du gemerkt, dass du komischerweise gut einschlafen konntest, obwohl du nicht gekifft hast. So komisch ist das gar nicht, denn du hast dich beim Sport so richtig müde gepowert. Damit hast du ein Mittel gefunden, ohne zu kiffen Schlaf zu finden. Du musst ja nicht jeden Tag Basketball spielen, denn prinzipiell ist jede körperlich anstrengende Aktivität gut geeignet, um entspannt einschlafen zu können.

ieren. Auch
ffft, in einer
dingt jeden
on Bedeutung

te Einträge
t das
rsönlichen

13.7.
nein
n drei Tage . Außerdem

Nutzung der Bereiche auf drugcom.de



Entwicklung der Zugriffszahlen auf drugcom.de von 2001 bis 2004

