

Jahresbericht

feelok

2006

Abteilung Gesundheitsforschung und
Betriebliches Gesundheitsmanagement

Institut für Sozial- und Präventivmedizin (Universität Zürich) und
Zentrum für Organisations- und Arbeitswissenschaften (ETH Zürich)
Hirschengraben 84
CH-8001 Zürich

Fax +41 (44) 634 49 86
opadlina@access.unizh.ch
www.feelok.ch
www.ispmz.ch/gesundheitsmanagement

Dr. Oliver Padlina, MPH
Psychologe

Inhalte

Beteiligte Institutionen & Verteilung der Aufgaben im Rahmen von feelok	3
<i>Ausgangslage.....</i>	<i>3</i>
<i>Das Konzept der Multiinstitutionalisierung in Kürze</i>	<i>3</i>
<i>Vorteile der Multiinstitutionalisierung</i>	<i>3</i>
<i>Stolpersteine der Multiinstitutionalisierung.....</i>	<i>4</i>
<i>Die Zuordnung der beteiligten Institutionen</i>	<i>5</i>
<i>Verteilung der Aufgaben nach Institution.....</i>	<i>5</i>
Besucher/innen-Statistiken	10
<i>Globale Statistiken.....</i>	<i>10</i>
<i>Statistiken der einzelnen feelok-Programme</i>	<i>12</i>
<i>Verlauf der Anzahl Besuche der einzelnen feelok-Programme</i>	<i>14</i>
<i>Fokus: Rauchprogramm</i>	<i>16</i>
<i>Fokus: Alkoholprogramm</i>	<i>17</i>
<i>Fokus: Bewegungsprogramm</i>	<i>18</i>
<i>Fokus: Ernährungsprogramm</i>	<i>19</i>
Neue Module und Dienstleistungen von feelok im Jahr 2006	21
<i>Die Fachstellendatenbank und der Newsletter</i>	<i>21</i>
<i>Erweiterung des Alkoholprogramms.....</i>	<i>23</i>
<i>Erweiterung des Ernährungsprogramms.....</i>	<i>24</i>
<i>Der Bewegungstest von feelok.....</i>	<i>25</i>
<i>Allez-hop Rubrik "Tanze mit den Starbugs".....</i>	<i>27</i>
<i>Die Info-Seite.....</i>	<i>30</i>
<i>Test der technischen Tauglichkeit von feelok in der Schule.....</i>	<i>31</i>

Massnahmen zur Diffusion von feelok.....	32
<i>Das Wirkungsmodell zur Diffusion von feelok.....</i>	<i>32</i>
<i>Diffusionsmassnahmen des feelok-Teams.....</i>	<i>33</i>
<i>Diffusionsmassnahmen von Radix</i>	<i>34</i>
<i>Bekannte Diffusionsmassnahmen der feelok-Partner</i>	<i>35</i>
Wissenschaftliche Tätigkeit.....	43
<i>Überblick über die Forschungsarbeiten von feelok</i>	<i>43</i>
<i>Zusammenfassung der 2006 erschienenen Berichte.....</i>	<i>43</i>
<i>Kongressbeiträge</i>	<i>49</i>
Finanzierung.....	50
<i>Überblick 1999-2007.....</i>	<i>50</i>
<i>Finanzierung von feelok ab Jahr 2007.....</i>	<i>51</i>
<i>Langfristige Vision für die Finanzierung von feelok.....</i>	<i>52</i>
<i>Zusätzliche Finanzierungsquellen</i>	<i>52</i>
Weiterentwicklung Jahr 2007	53
<i>Lancierung der aktualisierten feelok-Programme.....</i>	<i>53</i>
<i>Lancierung der neuen feelok-Programme</i>	<i>55</i>
<i>Das neue Video-Programm von feelok - Die Videoportraits von Jugendlichen</i>	<i>57</i>
<i>Erweiterung des Netzwerkes von feelok.....</i>	<i>57</i>
<i>Das neue Handbuch für Lehrpersonen.....</i>	<i>57</i>
<i>Erweiterung der Fachstellendatenbank</i>	<i>57</i>
<i>Die erste feelok-Tagung.....</i>	<i>58</i>
Weitere Informationen	59

Beteiligte Institutionen & Verteilung der Aufgaben im Rahmen von feelok

Im Folgenden werden das Konzept, die Vorteile und die Stolpersteine der Multiinstitutionalisierung von feelok in Kürze erklärt. Im zweiten Teil dieses Kapitels werden die Institutionen (inkl. ihre Funktionen) aufgelistet, die im Rahmen von feelok beteiligt sind.

Ausgangslage

Im Jahr 2004 wurde dem feelok-Team zunehmend klar, dass eine komplexe Intervention wie feelok mit seinen vielfältigen Aufgaben und zahlreichen Inhalten ohne die aktive Unterstützung und Beteiligung mehrerer Institutionen nicht auf einem professionellen Niveau aufrechterhalten werden konnte. Aus diesem Grund entschied sich das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich die Organisationsverwaltung von feelok grundsätzlich zu modifizieren und das Projekt in ein multiinstitutionelles Produkt umzuwandeln.

Das Konzept der Multiinstitutionalisierung in Kürze

Die Grundidee der Multiinstitutionalisierung von feelok ist folgende: obwohl die Internetadresse www.feelok.ch unverändert blieb und die Besucher/innen weiterhin unter der gleichen Web-Adresse alle feelok-Ressourcen finden können, gehören die einzelnen feelok-Programme und -Einheiten nicht mehr exklusiv dem ISPMZ (wie auch die Programme der Version 1 der Krebsliga Zürich), sondern sie gehören dem ISPMZ und der Institution, die das Programm verwaltet bzw. neu entwickelt hat. Die feelok-Programme sind sozusagen «*shared programs*» verschiedener Institutionen, die für ihre Funktionstauglichkeit und Aktualität die Verantwortung tragen. Weil das Produkt auch den beteiligten Fachstellen *mit*gehört, gibt es keinen Transfer finanzieller Mittel von einer Institution zur anderen.

Diese Grundidee stellt einen innovativen Ansatz dar. Zwar sind Netzwerke weit verbreitete Erscheinungen, aber mehr im Sinne von Austausch von Informationen und Ideen. Produktorientierte Netzwerke, in denen einzelne Institutionen ein gemeinsames Interventionsprogramm entwickeln, für das sie aber nur für einen Teilaspekt verantwortlich sind, sind im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung unseren Erkenntnissen nach, wenig verbreitet. feelok ist diesbezüglich ein spannendes Konzept. Keine Institution kann allein ein Programm wie feelok anbieten. Mehrere Institutionen, die zusammenarbeiten, ermöglichen aber eine solche Intervention.

Vorteile der Multiinstitutionalisierung

Die Multiinstitutionalisierung von feelok stellt einen Vorteil dar..

...für die Schulen

- Die Schulen werden immer mehr unter Druck gesetzt, um die Anliegen der Gesundheitsförderung und Prävention in den verschiedensten Bereichen zu erfüllen. Von diesen unterschiedlichen Erwartungen sind die Schulen teilweise überfordert. Mit feelok erhalten die Schulen eine Intervention, die mehrere Dimensionen behandelt. Alle thematischen Module teilen die gleiche Technologie, Didaktik, Funktionsweise und das gleiche Design. Es reicht also, dass die Lehrpersonen den Umgang mit einem einzigen Modul lernen. Sie sind dann automatisch in der Lage, alle anderen Dimensionen von feelok anzuwenden. Der Transfer von Informationen von einem thematischen Gebiet zum anderen, wird so erheblich erleichtert.

- feelok wird von einer Reihe didaktischer Materialien begleitet, die die Lehrpersonen mit Schülern/innen verwenden können. Dies wiederum erleichtert für die Lehrpersonen der Umgang mit feelok.
- Die einzelnen feelok-Programme werden von renommierten Institutionen verwaltet. Möchten die Schulen das jeweilige Thema vertiefen, können sie durch feelok zur entsprechenden Institution gelangen.
- Die Institutionen sind Garanten für die Qualität und Wissenschaftlichkeit der angebotenen Inhalte. Diese Garantie ist für die Schulen ein wichtiges Kriterium, um feelok mit den Schülern/innen einzusetzen.

... für die Jugendlichen

- Die Jugendlichen erhalten eine zuverlässige Quelle an Informationen über Thematiken, die die Gesundheitsförderung und Prävention betreffen. Dies wiederum kann für sich selbst oder für Freunde/Kollegen/Familienangehörige relevant sein.
- Die Inhalte werden in einer Sprache und Form angeboten, die für Jugendliche mit verschiedenen Eigenschaften angemessen sind. Das Programm bietet nicht nur Texte und zahlreiche Inhalte an, sondern auch interaktive Elemente wie Spiele, Animationen, Assistenten, Videos usw., die vorwiegend für junge Menschen gedacht sind, die keine Freude, oder eher Mühe haben, lange Texte zu lesen.
- Die Jugendlichen können in feelok die Koordinaten von Beratungsstellen herunterladen und Hilfe von Fachpersonen beanspruchen. Darunter verstehen wir die Verknüpfung mit tschau.ch und mit der Fachstellendatenbank.

... für die Institutionen (feelok-Partner)

- Die Institutionen bekommen eine zusätzliche Gelegenheit, ihre thematischen Anliegen im schulischen Setting zu verbreiten und dies meistens mit minimalen Kosten und mit geringem Aufwand.
- Die Institutionen werden in einem funktionierenden Netzwerk von Partnern angegliedert, das langfristig neue Projekte und Synergien fördern bzw. das Vermeiden von Überlappungen begünstigen könnte.
- Die thematischen Anliegen und Programme von feelok werden unter verschiedenen Perspektiven wissenschaftlich untersucht. Die Studien stehen den Partnern automatisch zur Verfügung.
- Die Partner können die Instrumente von feelok (z.B. Newsletter) verwenden, um Informationen über sich selbst und die eigenen Produkte zu verbreiten.

... und im Allgemeinen

- Das Konzept von feelok reduziert den Aufwand für die Entwicklung von neuen Programmen und Modulen. Die bestehenden Verwaltungstools und Erfahrungen können gezielt eingesetzt werden, um das Programm mit geringeren Kosten und Aufwand zu erweitern.
- Die gemeinsamen Implementierungsbemühungen fördern kumulativ die Diffusion der Verwendung des Programms. Es reicht, dass jeder Partner einen kleinen Beitrag dazu leistet.
- Die Aufgaben sind zwischen den verschiedenen Partnern verteilt. Jede Institution leistet nur einen Beitrag, im Bereich, wo sie besonders stark ist. Diese Strategie reduziert für die einzelnen Parteien den Aufwand und die Kosten.

Stolpersteine der Multiinstitutionalisierung

Selbstverständlich lässt sich ein solches multiinstitutionelles Konzept nicht ohne Aufwand und Arbeit entwickeln und aufrechterhalten. Für die Realisierung dieser multizentrischen Plattform sind persönliche Netzwerkarbeit mit den verschiedenen Partnern notwendig, sowie die Identifizierung der Vorteile von der Perspektive der beteiligten Institutionen, ein derartiges Konzept zu unterstützen: die Institutionen neigen dazu eigene Produkte zu entwickeln, um bei der ausgewählten Zielgruppe die eigenen thematischen Anliegen zu verbreiten, aber auch um die eigene Position in der jeweiligen Landschaft zu verstärken und um ihren Auftrag zu erfüllen. Dieser Profilierungsdruck und die starke thematische Fokussierung bremst die

Entwicklung eines multithematischen Produktes, in dem viele Institutionen beteiligt sind und dies wiederum, weil bei einigen Leuten der Eindruck entsteht, dass in einem Netzwerk die eigene Institution und das eigene Thema zu wenig in Vordergrund stehen. Es ist also eine Aufgabe des feelok - Projektteams den verständlichen, gerechtfertigten Profilierungsdruck und thematische Fokussierung der Institutionen wahrzunehmen und den Partnern feelok als Plattform anzubieten, nicht nur um die eigenen thematischen Anliegen in der Schule zu verbreiten, sondern auch um den geleisteten Beitrag offen anzuerkennen und als solchen zu deklarieren. Ebenso wichtig ist es, dass zwischen den beteiligten Institutionen ein Gleichgewicht aktiv aufrechterhalten wird, so dass kein Partner den Eindruck bekommt, für andere Institutionen zu arbeiten: dies würde die Motivation einiger Partner, an einem solchen Netzwerk angegliedert zu sein, erheblich abschwächen oder ganz in Gefahr bringen.

In vollem Bewusstsein dieser intrinsischen Phänomene eines multiinstitutionellen Produktes und aus Grund der zahlreichen Vorteile, die jedoch damit verbunden sind und oben erwähnt wurden, konnte im Jahr 2005 und 2006 ein erstes Netzwerk von feelok aufgebaut werden. Der heutige Zustand bildet nur einen Zwischenstand, wie in den nächsten Zeilen sichtbar wird.

Die Zuordnung der beteiligten Institutionen

Die Institutionen, die im Rahmen von feelok eine aktive Rolle spielen, werden in fünf Kategorien geteilt:

- **Kategorie 1 - die feelok-Partner mit Vereinbarung:** dazu gehören die Institutionen, die eine Vereinbarung mit dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPMZ) unterschrieben haben. Zum grossen Teil handelt es sich um Institutionen, die für die Inhalte von feelok zuständig sind.
- **Kategorie 2 - die feelok-Partner ohne Vereinbarung:** dazu gehören die Institutionen, die keine Vereinbarung mit dem ISPMZ unterschrieben haben, obwohl sie für bestimmte Inhalte oder Funktionen von feelok schon heute zuständig sind oder womöglich zuständig sein werden. Wir streben danach, dass auch die Zusammenarbeit mit diesen Institutionen in Zukunft schriftlich geregelt wird (Transfer zur Kategorie 1).
- **Kategorie 3 - Andere beteiligte Institutionen:** dabei handelt es sich um Institutionen, die in der Vergangenheit, in der Gegenwart oder in Zukunft feelok mit konkreten Massnahmen unterstützen. Meistens handelt es sich um Partner, die das Projekt finanzieren oder die Diffusion der Verwendung der Intervention fördern. Eine schriftliche Vereinbarung mit diesen Partnern - abgesehen von den jeweiligen Aufträgen - ist nicht geplant.
- **Kategorie 4 - die transnationalen Partner:** Dabei handelt es sich um Partner, die in Österreich und in Deutschland aktiv sind. Diese Partner sind für die jeweilige Anpassung der Inhalte, sowie für die Diffusion und Evaluation von feelok in ihrem Land zuständig. Mit den Hauptkontaktinstitutionen ist eine schriftliche Vereinbarung geplant.
- **Kategorie 5 - das erweiterte Netzwerk:** Dabei handelt es sich um Lehr- und weitere Fachpersonen, die sich für feelok interessieren bzw. verwenden und sich für den Newsletter von feelok registriert haben. Ebenso gehören zu diesem erweiterten Netzwerk die Fachpersonen, die für die in der Datenbank von feelok gespeicherten Angaben über ihrer Beratungsstelle verantwortlich sind.

Verteilung der Aufgaben nach Institution

Im Folgenden wird die Funktion der einzelnen Partner von feelok - alphabetisch geordnet - gemäss oben erwähnter Zuteilung näher beschrieben. Die Angaben beziehen sich auf Ende Jahr 2006. Die graphische Darstellung des feelok-Netzwerkes befindet sich auf Seite 9 (Abb. 1).

Kategorie 1 - **die feelok-Partner mit schriftlicher Vereinbarung**

Partner	Funktion	Bemerkungen
Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich Abteilung «Gesundheitsforschung und Betriebliches Gesundheitsmanagement» Bereich «Gesundheitsverhalten»	Trägerschaft, Koordination des Netzwerkes, Implementierung, Evaluation, Fund raising, inhaltliche Supervision, Entwicklung usw. Projektleiter: O. Padlina Projektmitarbeiterin: T. Hofmann Abteilungsleiter: G. Bauer Externe Mitarbeiterin: G. Jimmy	-
Aids Hilfe Schweiz (AHS)	Verantwortung für die Entwicklung des Programms "Liebe und Sexualität " in der Person von S. Jehli	Die Gültigkeit der schriftlichen Vereinbarung ist abgelaufen. Wir streben an, dass die AHS in Zukunft die Aufrechterhaltung ausgewählter Module des Programms "Liebe und Sexualität" übernimmt. Andere Module dieser Intervention werden wahrscheinlich von anderen Institutionen übernommen.
Fachhochschule Nordwestschweiz - Kompetenzzentrum R+	Verantwortung für die Entwicklung des Stress- und Selbstvertrauens programms in der Person von U. P. Lattmann	Es stellt sich die Frage, ob das Kompetenzzentrum R+ weiterhin für alle Module des Stressprogramms die Verantwortung tragen will oder ob es nicht erwünscht ist, dass mehrere Institutionen einzelne Module des Stressprogramms verwalten. Das Thema wird im Jahr 2007 behandelt.
Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA)	Verantwortung für die Aufrechterhaltung des Alkohol programms in der Person von J. Sidler	Das Alkoholprogramm wurde mit der SFA gemeinsam entwickelt. Mitfinanziert hat die Intervention bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz
Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE)	Verantwortung für die Aufrechterhaltung des Ernährungs programms in der Person von A. Welter	Das Ernährungsprogramm wurde mit der SGE gemeinsam entwickelt und mit der Unterstützung vom Bundesamt für Sport finanziert.
Fachstelle "Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung" Kt. Zürich (SMBB)	Entwicklung des neuen Cannabis programms in der Person von V. Venzin	Das Cannabisprogramm wurde mit der Fachstelle SMBB gemeinsam entwickelt. Fachlich unterstützt wurde das Team von der SFA. Projektleiterin der ersten Version des Cannabisprogramms war U. Herrmann, von der zweiten Version ist die verantwortliche Person V. Venzin.
Züri Rauchfrei	Aufrechterhaltung des Rauch programms in der Person von U. Herrmann	Das Rauchprogramm Version 1, 2 und 2.1 wurde vom ISPM entwickelt. Finanziert wurde das Programm von der Krebsliga Zürich (Version 1) und vom Tabakpräventionsfonds (Version 2 und 2.1)

Kategorie 2 - **die feelok-Partner (noch) ohne schriftliche Vereinbarung**

Partner	Funktion	Bemerkungen
Berner Gesundheit / PLANES	Entwicklung einiger Module des neuen Programms "Liebe und Sexualität "	-
Berufsberatung.ch	Entwicklung des neuen Arbeits programms	-
Bundesamt für Sport / Jugend+Sport	Verantwortung für die Inhalte des bestehenden Bewegungs programms und für die Entwicklung des neuen Sport programms. Finanzielle Unterstützung für Anliegen, die die Bewegungsförderung betreffen.	Eine schriftliche Vereinbarung liegt vor. Sie wurde noch nicht unterschrieben.
Forum für Suizidprävention und Suizidforschung	Entwicklung des neuen Programms zum Thema " Suizid "	-
Kinderschutz	Entwicklung eines Moduls des neuen Programms "Liebe und Sexualität "	-
Pro Juventute	Beantwortung der Fragen, die die Jugendlichen in feelok stellen	Der Entwurf einer schriftlichen Vereinbarung liegt vor.
Redcross	Projektierungsphase für die Entwicklung eines neuen Programms zum Thema "Gewalt".	Es ist noch unklar, ob das Programm realisiert wird.

 Kategorie 3 - **Andere beteiligten Institutionen**

Partner	Funktion	Bemerkungen
Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention	Unterstützung der Implementierung des Rauchprogramms	-
Baugartenstiftung	Finanzierung von feelok im Jahr 2003	-
b+g Netzwerk Schweiz	Schweizerischer Netzwerk-Partner, in dem feelok Leistungsanbieter ist. Finanzierung von feelok im Jahr 2004 und mit kleinen Beiträgen im Jahr 2005, 2006 und 2007	-
Hepa	Unterstützung der Bekanntmachung des Bewegungsprogramms	-
Krebsliga Zürich	Finanzierung der Version 1 und 2 von feelok (Periode 1999-2003)	-
Pädagogische Hochschule Zürich	Ausbildung von Lehrpersonen in der Anwendung von feelok	-
Prävention und Gesundheitsförderung Kt. ZH	Unterstützung der Implementierung von feelok im Kanton Zürich	-
Radix	Auftrag für die Implementierung von feelok in den Schulen der Deutschschweiz	Auftrag endet Mitte 2007
Swiss Olympic	Unterstützung für die Implementierung von feelok	In Zusammenarbeit mit Cool and Clean
Tabakpräventionsfond	Finanzierung von feelok zwischen 2005 und Mitte 2007	Neues Gesuch wird für die Periode Mitte 2007 - Mitte 2010 gestellt

Kategorie 4 - Transnationale Partner

Partner	Funktion	Bemerkungen
Styria Vitalis	Kontaktinstitution für Österreich und Verantwortung für feelok in Steiermark	-
Fonds Gesundes Österreich	Finanzierung der Implementierung und der Fachstellendatenbank in Österreich	-
AVOS – Arbeitskreis für Vorsorgemedizin Salzburg	Salzburg	Bezugsinstitution: Styria Vitalis
pro mente jugend - Gesell. für ps. und soz. Gesundheit von Kindern & Jug.	Kärnten	Bezugsinstitution: Styria Vitalis
Fachstelle für Suchtprävention Burgenland	Burgenland	Bezugsinstitution: Styria Vitalis
kontakt+co – Suchtprävention	Tirol	Bezugsinstitution: Styria Vitalis
Jugendrotkreuz Tirol		
Sucht- und DrogenkoordinationsgmbH – Institut für Suchtprävention	Wien	Bezugsinstitution: Styria Vitalis
Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe in Vorarlberg	Vorarlberg	Bezugsinstitution: Styria Vitalis
Fachstelle für Suchtvorbeugung, Koordination und Beratung	Niederösterreich	Bezugsinstitution: Styria Vitalis
PGA Oberösterreich - Verein für prophylaktische Gesundheitsarbeit	Oberösterreich	Bezugsinstitution: Styria Vitalis
Anschub.de	Kontaktinstitution für Deutschland	-

Kategorie 5 - Erweitertes Netzwerk

Partner	Funktion	Bemerkungen
Lehrpersonen und andere Fachpersonen	Multiplikatoren von feelok	Sie haben sich für den Newsletter von feelok registriert
Fachstellenverantwortlichen	Multiplikatoren von feelok	Sie sind für die Angaben der Fachstellendatenbank zuständig

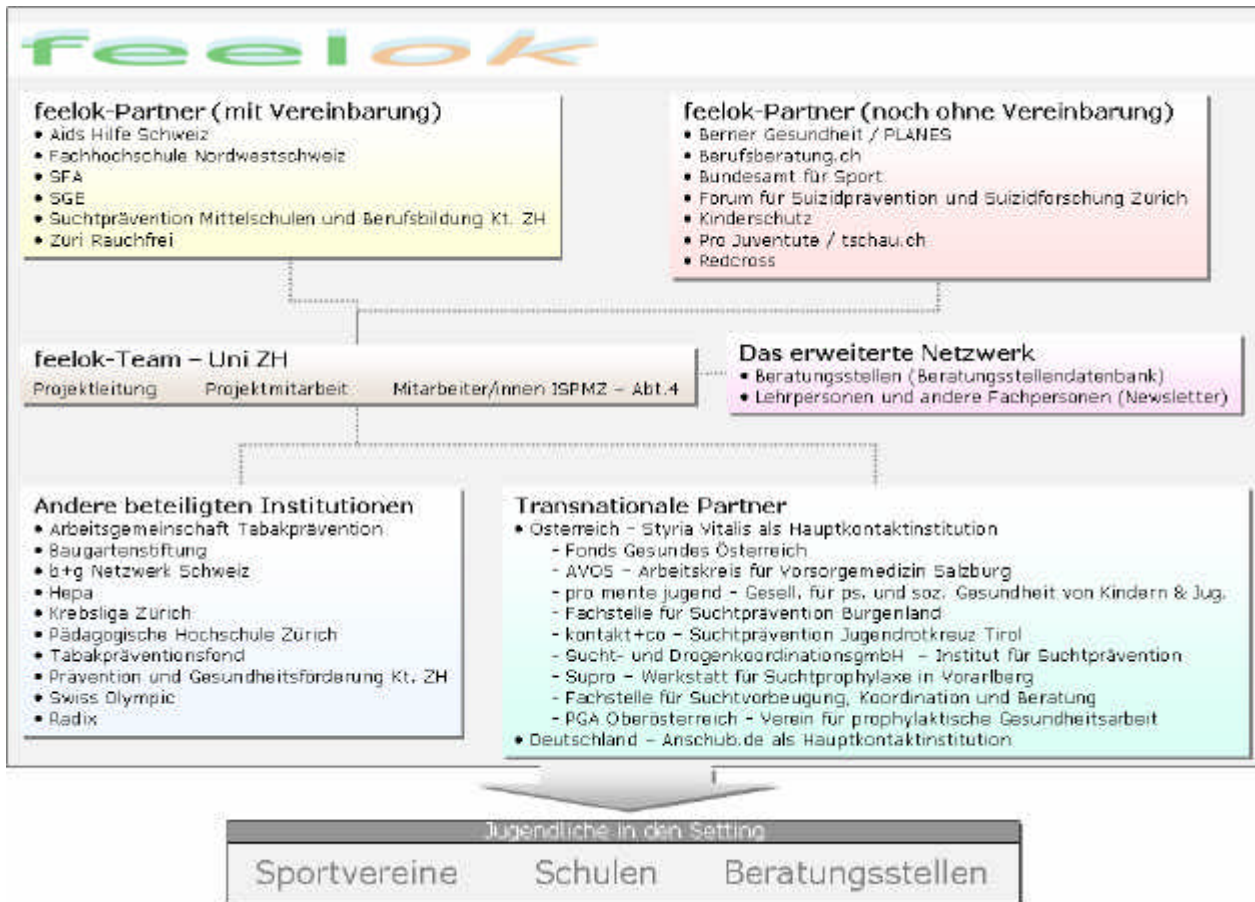


Abb. 1: Beteiligte Institutionen im Rahmen von feelok

Besucher/innen-Statistiken

Im Folgenden werden zuerst die globalen Statistiken und dann anschliessend die statistischen Werte der jeweiligen feelok-Programme beschrieben.

Globale Statistiken

Abb. 2 zeigt den Verlauf der täglichen Besuche zwischen September 2003 und Dezember 2006 unabhängig von ihrer Dauer. Die Anzahl täglicher Besuche ist trotz teilweise erheblichen Schwankungen gestiegen: Im September 2003 wurde das Programm rund 400 Mal pro Tag besucht, Ende 2006 2 bis 3 Mal so häufig. Jedes Mal, wenn ein neues Programm lanciert wurde, konnte man eine gewisse Zunahme der täglichen Besuche registrieren.

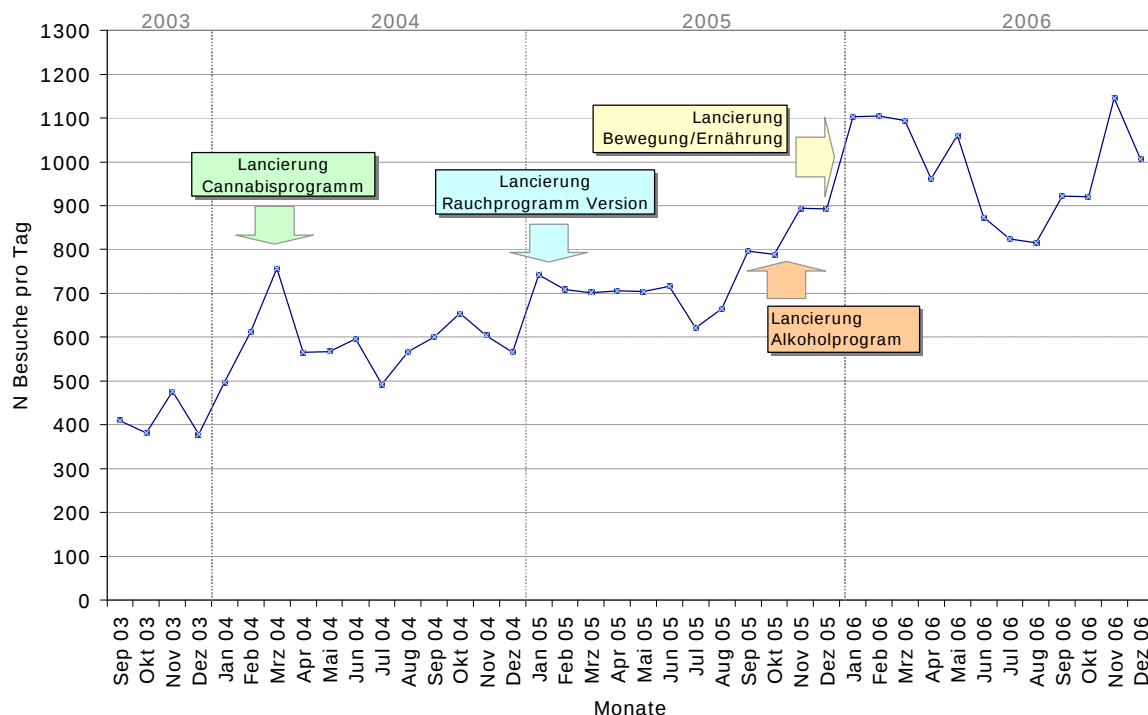


Abb. 2: Verlauf der täglichen Anzahl Besuche von feelok zwischen September 2003 und November 2006. Es ist sichtbar, dass die Veröffentlichung jedes neuen Programms von feelok zu einer Zunahme der täglichen Besuche geführt hat.

Abb. 3 zeigt, dass alle drei Internet-Adressen von feelok, nämlich www.feelok.ch, www.feelok.at und www.feelok.de häufiger als die vorherigen Jahre benutzt wurden. Erfasst mit diesem Tool werden jedoch nur die Besucher/innen, die die Startseite von feelok öffnen (44% aller Besuche) und nicht jene, die direkt zu einem feelok-Programm gehen. Als Beispiel: die Startseite von www.feelok.ch wurde im Jahr 2004 81'471, im Jahr 2005 89'956 und im Jahr 2006 107'680 Mal geöffnet, unabhängig von der Dauer des Besuches.

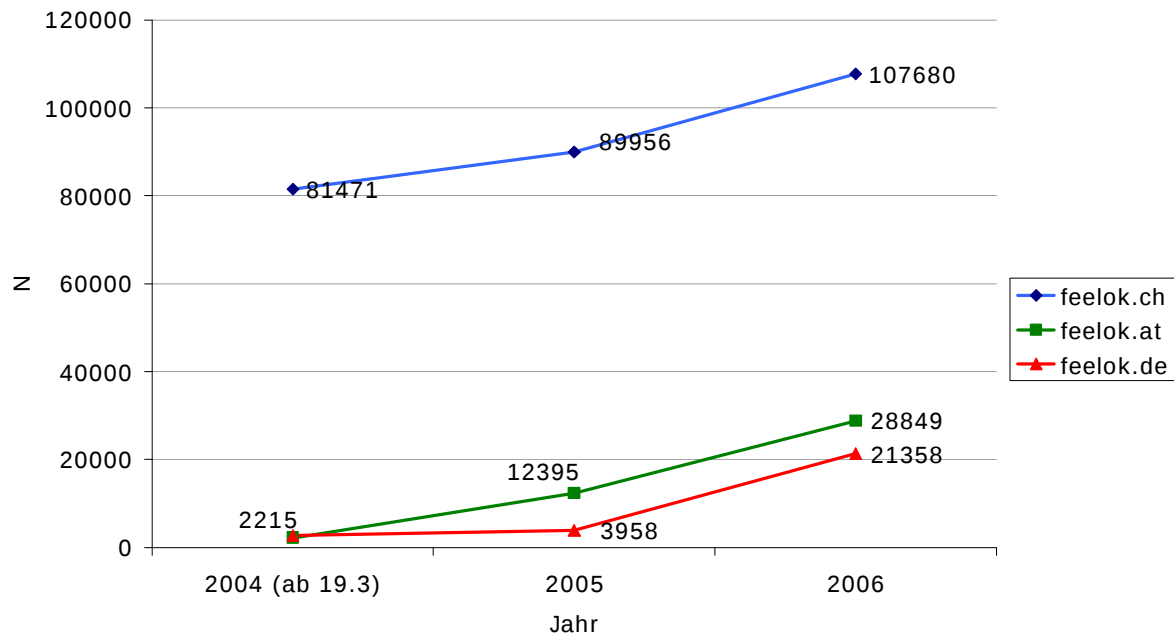


Abb. 3: Verlauf der Verwendung der drei Internetadressen von feelok zwischen 2004 (ab 19.3) und Ende 2006. Es werden nur die Besuche der Startseite von feelok erfasst. Die Dauer des Besuches spielt keine Rolle.

Im Prozentsatz haben die Besuche von www.feelok.ch zwischen 2004 und 2006 erheblich abgenommen, weil diese von www.feelok.at und www.feelok.de deutlich zugenommen haben. 94% der Besuche von feelok öffneten im Jahr 2004 die Startseite der schweizerischen Adresse; im Jahr 2005 waren sie 85% und im Jahr 2006 68%.

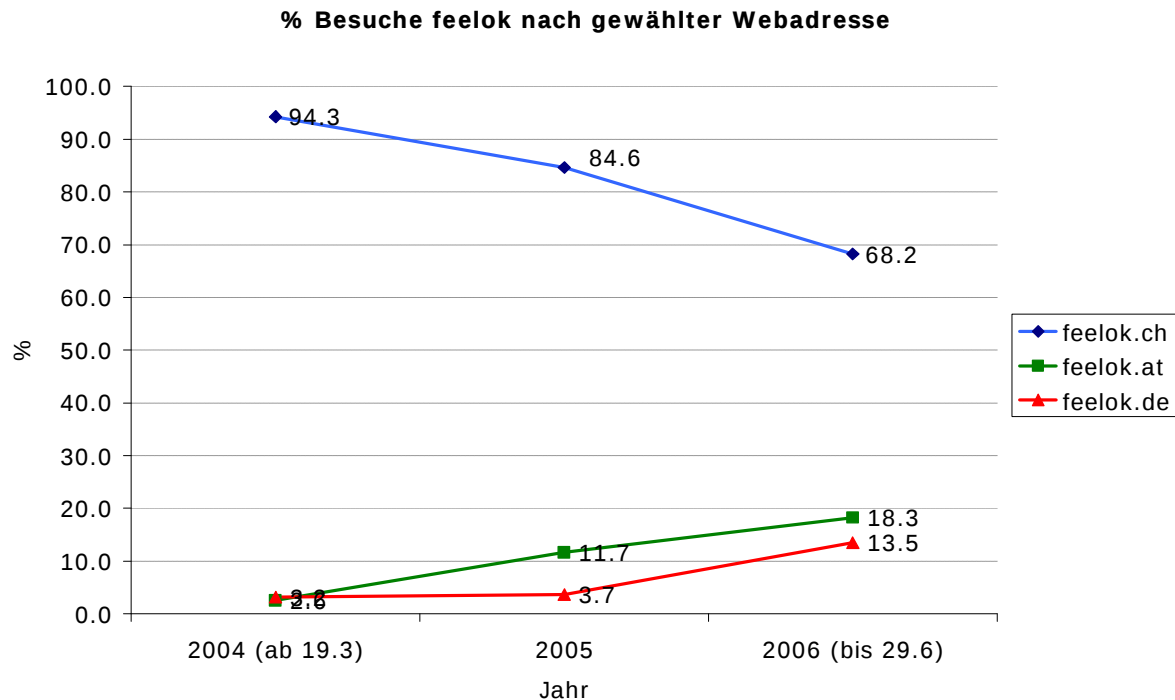


Abb. 4: Prozentualer Verlauf der Verwendung der drei Internetadressen von feelok zwischen 2004 (ab 19.3) und Ende 2006. Es werden nur die Besuche der Startseite von feelok erfasst.

Statistiken der einzelnen feelok-Programme

Die Tab. 1 zeigt auf einen Blick die statistischen Werte aller feelok-Programme für das Jahr 2006, die an der neuen Datenbank angeschlossen sind. Nur für diese Programme haben wir statistische Angaben, nämlich für die Programme, die die Themen Rauchen, Alkohol, Bewegung und Ernährung behandeln. In Zukunft werden alle feelok-Programme an diesem statistischen Tool angeschlossen sein.

Zur Erklärung über die Bedeutung der Spalten der Tabelle: die allgemeine Sektion des Rauchprogramms (siehe die Zeile "Allgemeine Sektion- Rauchen", Tab. 1) wurde im Jahr 2006 mindestens 3 Minuten max. 4 Stunden 4'632 Mal besucht (N3+). 60% der Besuche dieses Moduls haben mehr als drei Minuten gedauert (%3+). Jene, die länger als 3 Minuten geblieben sind, haben im Durchschnitt 23 Minuten mit den Inhalten dieses Moduls verbracht (Min.). Die allgemeine Sektion des Rauchprogramms hat eine Gesamtintervention von 74 Tagen, d.h. 1'776 Stunden, geleistet (Tage).

Die 4 feelok-Programme, die an der neuen Datenbank angeschlossen sind, wurden im Jahr 2006 rund 29'997 Mal besucht. Sie haben eine Intervention von insgesamt 358 Tagen (= 8'592 Stunden) geleistet. Die Gesamtintervention von feelok ist jedoch viel grösser als die angegebenen Werte dieser Tabelle, da von dieser Liste die Programme fehlen, die zurzeit aktualisiert werden, nämlich die Interventionen zu den Themen Cannabis, Sexualität, Stress bzw. Selbstvertrauen und jene, die zurzeit entwickelt werden, nämlich die Anwendungen zu den Themen Arbeit, Suizid und Sport.

Tab. 1: Statistiken der neuen feelok-Programme (Jahr 2006)

N3+ = Anzahl Besuche im Modul, die mindestens 3 Minuten dauern

%3+ = Prozentsatz Besuche im Modul, die länger als 3 Minuten dauern

Min. = Durchschnittliche Dauer der Besuche im Modul, die mindestens 3 Minuten dauern

Tage = Intervention in Tagen des jeweiligen Moduls (gerechnet aufgrund von N3+ und Min.)

	N3+	%3+	Min.	Tage
Rauchen				
Allgemeine Sektion - Rauchen	4'632	60	23	74
Stufe 1 (Nicht-Raucher/innen)	2'293	55	16	25
Stufe 2 (Neugierige)	494	44	14	5
Stufe 3 (Gelegenheitsraucher/innen)	1'389	45	15	14
Stufe 4 (Raucher/innen ohne Absicht aufzuhören)	1'411	47	16	16
Stufe 5 (Raucher/innen, die daran denken aufzuhören)	848	47	17	10
Stufe 6 (Festentschlossene)	562	51	21	8
Stufe 7 (Ex-Raucher/innen)	507	45	18	6
Summe	12'136			158
	N3+	%3+	Min.	Tage
Alkohol				
Allgemeine Sektion - Alkohol	2'252	59	20	32
Gruppe 1 (Kein Interesse am Alkohol)	819	39	15	8
Gruppe 2 (Neugierig)	389	34	17	4
Gruppe 3 (Gelegentlicher Konsum)	1'257	39	16	14
Gruppe 4 (Manchmal zu viel)	647	35	15	6
Gruppe 5 (Regelmässig und häufig)	594	32	14	6
Sektion für Lehrpersonen	175	33	14	1
Summe	6'133			71
	N3+	%3+	Min.	Tage
Bewegung				
Gemütliche	1'589	38	18	20
Lehrpersonen	869	44	18	11
Bewegungstest	3'527	16 ¹	5	11
Summe mit Bewegungstest	5'985			42
	N3+	%3+	Min.	Tage
Ernährung				
Grundlagen	4'364	64	23	72
Fast-Food	1'379	55	16	15
Summe	5'743			87
Summe feelok (neue Programme)	29'997			358

¹ Von allen, die die erste Seite des Bewegungstests öffnen, sind 16% jene, die den Test beenden und angeben, die Fragen korrekt beantwortet zu haben.

Ein Hinweis für die Interpretation dieser Befunde: die verschiedenen Programme und Module teilen die gleiche Technologie, Didaktik und das gleiche Design, aber unterscheiden sich in Bezug auf Breite der Inhalte, Anzahl an interaktiven Elementen und angesprochene Zielgruppe. Ein Modul wie "Grundlagen" des Ernährungsprogramms ist grundsätzlich für alle Jugendlichen relevant und beinhaltet viele Spiele und interaktive Elemente. Dies erklärt zu einem grossen Teil, warum dieses Modul so gute statistische Werte hat. Dagegen anvisiert ein Modul wie "Gruppe 2 (Neugierige)" des Alkoholprogramms nur eine spezielle Untergruppe der Jugendlichen. Dazu beinhaltet das Modul nicht viele interaktive Elemente, sondern viel mehr persönlich relevante Informationen im Textformat. Es liegt also in der Natur der Sache, dass das Modul "Grundlagen" viel mehr besucht wird, als das Modul "Gruppe 2 (Neugierige)". Deswegen ist es nicht immer sinnvoll, die statistischen Werte verschiedener Module zu vergleichen ohne zu wissen, was diese Module tatsächlich an Inhalte und Funktionen anbieten.

Verlauf der Anzahl Besuche der einzelnen feelok-Programme

Abb. 5 zeigt den Verlauf der monatlichen Anzahl Besuche der jeweiligen feelok-Programme zwischen Januar 2005 und Dezember 2006, die mindestens 3 Minuten und max. 4 Stunden gedauert haben. Es werden nur die statistischen Werte der Programme gezeigt, die an der neuen Datenbank angeschlossen sind, also das Rauch-, Alkohol-, Bewegungs- und Ernährungsprogramm.

Es ist sichtbar, wie das Rauchprogramm im Jahr 2005 zwischen 500 und 1'000 Mal (Sommerferien ausgeschlossen) jedoch im Durchschnitt 640 Mal pro Monat (mindestens 3 Minuten) besucht wurde. Im Jahr 2006 wurde das Rauchprogramm zwischen 660 und 2500 Mal (Ferien ausgeschlossen), jedoch im Durchschnitt 1'000 Mal pro Monat besucht: einerseits wurde das Rauchprogramm häufiger besucht, andererseits sind die Schwankungen erheblich grösser geworden.

Für die Details der anderen Programme siehe die Abb. 5. Charakteristisch für diese Anwendungen sind das sehr ähnliche Verlaufmuster und die teilweise gleichen Werte.

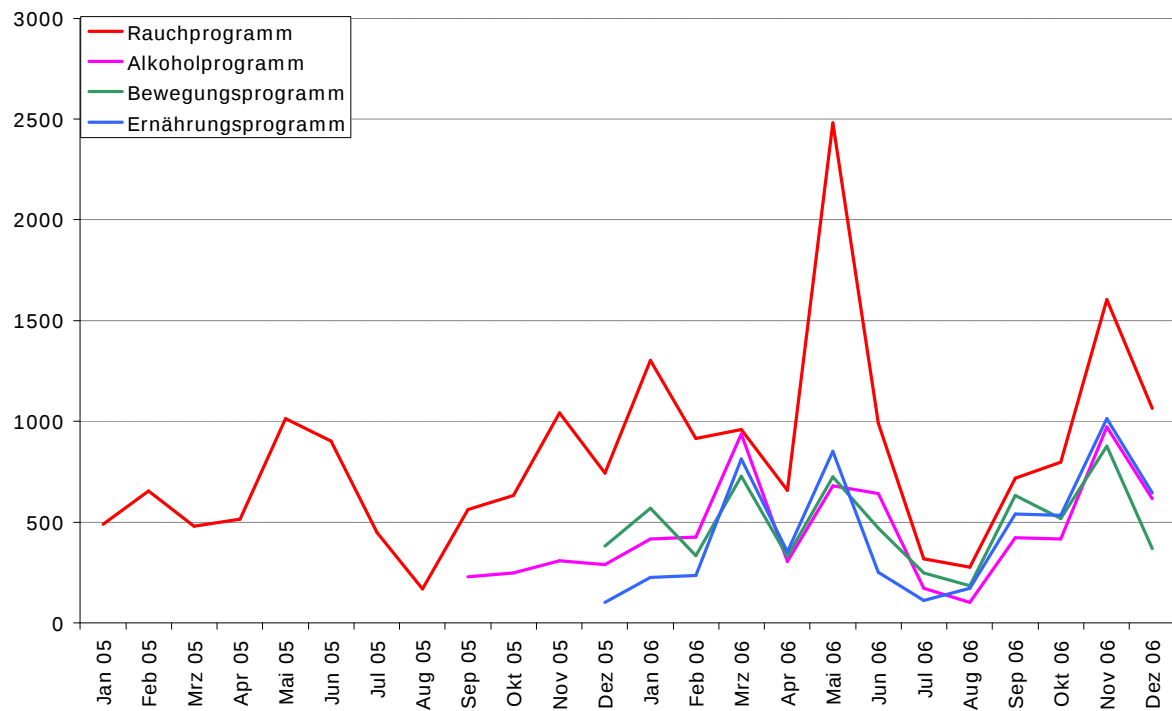


Abb. 5: Monatlicher Verlauf (N) der Anzahl der feelok-Besuche zwischen Januar 2005 und Dezember 2006. Es werden nur die Besuche gezeigt, die mindestens im jeweiligen Modul 3 Minuten jedoch nicht mehr als 4 Stunden gedauert haben.

Abb. 6 zeigt von allen Besuchen von feelok unabhängig von ihrer Dauer, wie viele sich mindestens 3 Minuten mit einem Modul des Rauch-, des Alkohol-, des Bewegungs- oder des Ernährungsprogramms beschäftigt haben. Im Mai 2006 haben sich z.B. rund 7.5% aller Besucher/innen von feelok mindestens 3 Minuten mit den Inhalten eines Moduls des Rauchprogramms beschäftigt. Das ist ein ausserordentlich hoher Prozentsatz. Normalerweise beschäftigt sich 0.5 bis 3% aller Besucher/innen mindestens 3 Minuten mit einem Modul eines feelok-Programms.

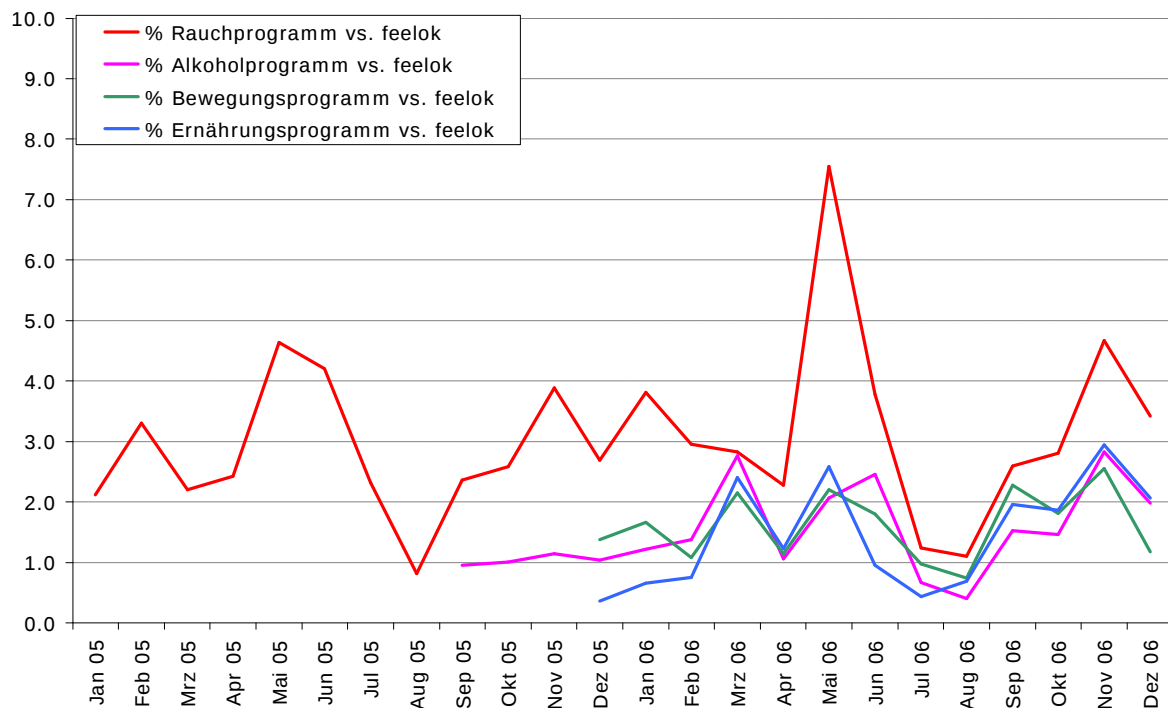


Abb. 6: Prozentsatz aller feelok-Besucher/innen (unabhängig von ihrer Dauer), die sich mindestens 3 Minuten mit einem Modul des jeweiligen feelok-Programms beschäftigt haben. Es werden nur die Programme gezeigt, die an der neuen Datenbank angeschlossen sind.

Fokus: Rauchprogramm

Abb. 7 zeigt den Verlauf der monatlichen Anzahl Besuche für jedes Modul des Rauchprogramms zwischen Januar 2005 und Dezember 2006. Die allgemeine Sektion ist fast immer das am meisten besuchte Modul des Rauchprogramms. Im Mai 2006 wurde die allgemeine Sektion des Rauchprogramms sogar 1'617 Mal besucht (um die Lesbarkeit der Verläufe der Stufen 2 bis 7 zu optimieren, haben wir darauf verzichtet die Y-Achse bis zum Wert "1'617" zu erhöhen). Folgen in Sequenz das Modul für Nicht-Raucher/innen, das Modul für Raucher/innen, die nicht aufhören möchten, das Modul für die Gelegenheitsraucher/innen und das Modul für jene, die daran denken aufzuhören. Die anderen Module unterscheiden sich kaum von einander in Bezug auf die Anzahl monatlicher Besuche.

Die Ergebnisse entsprechen den Erwartungen und können so interpretiert werden: viele Jugendliche (etwa 32%) sind nicht bereit, sich mit dem eigenen Rauchverhalten auseinanderzusetzen und ziehen es vor, allgemeine Informationen über dieses Thema zu erhalten. Jene, die bereit sind, eine Rauchgruppe von feelok zu wählen (68%) verteilen sich in den 7 Stufen. Dazu kommt noch, dass die Mehrzahl der Jugendlichen weder raucht noch beabsichtigt damit anzufangen, also ein beträchtlicher Teil jener, die eine Rauchstufe wählt, fließt in die Stufe 1. Die verbleibenden Stufen, und vor allem die Stufen 2, 5, 6 und 7 werden gezwungenermassen wenig besucht. Fazit: ein Interventionsprogramm muss wirklich viele Jugendliche erreichen, so dass auch einige von diesen mit stufenspezifischen Informationen in Berührung kommen.

Konkret: in einem Jahr (2006) konnte feelok mit stufenspezifischen Informationen 4'210 *deklarierte* junge Raucher/innen (Stufen 3 bis 6) erreichen, die sich mit diesen Inhalten mindestens 3 Minuten beschäftigt

haben. Um diese 4'210 Jugendliche zu erreichen, musste feelok aber von rund 360'000 Personen im gleichen Jahr besucht werden.

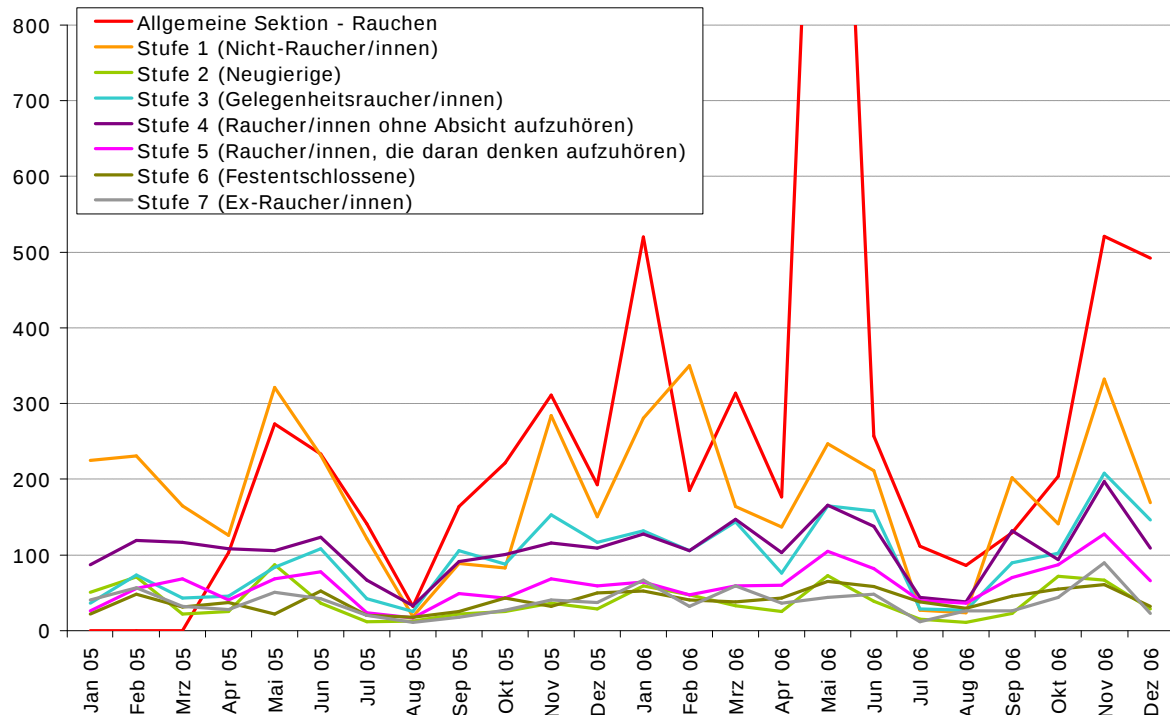


Abb. 7: Verlauf der Anzahl Besuche der Module des Rauchprogramms zwischen Januar 2005 und Dezember 2006. Es werden nur die Besuche berücksichtigt, die mindestens 3 Minuten dauern.

Fokus: Alkoholprogramm

Abb. 8 zeigt den Verlauf der Anzahl besuchter Module des Alkoholprogramms zwischen September 2005 und Dezember 2006. Auch in diesem Fall wird ersichtlich, wie die allgemeine Sektion des Alkoholprogramms besonders häufig besucht wird. Vor allem in März, Mai, Juni, November und Dezember 2006 hat die allgemeine Sektion des Alkoholprogramms überdurchschnittlich viele Besucher/innen gehabt. Anders als beim Rauchprogramm besteht die am häufigsten besuchte stufenspezifische Sektion des Alkoholprogramms nicht aus Nicht-Konsumierenden, sondern aus Jugendlichen, die sich selbst als gelegentlich Konsumierender (Stufe 3) bezeichnen. Folgen dann die Module, für jene die am Alkohol kein Interesse haben, jene, die manchmal zu viel trinken, jene, die regelmässig und häufig trinken und die Neugierigen. Die neue Sektion für Lehrpersonen des Alkoholprogramms wurde am Anfang kaum berücksichtigt, jetzt scheint sich das Interesse für dieses Modul zu vergrössern: da diese Sektion nur die Lehrpersonen anvisiert, ist dieses Modul prädestiniert, weniger als die anderen besucht zu werden.

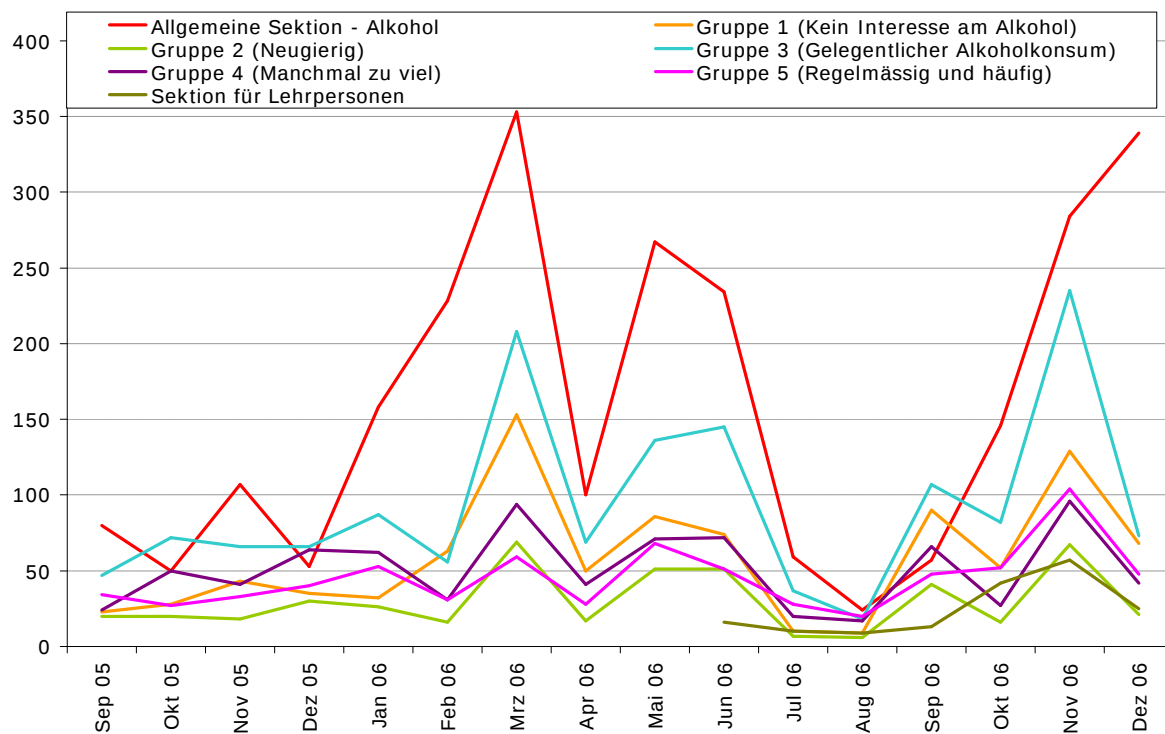


Abb. 8: Verlauf der Anzahl Besuche der Module des Alkoholprogramms zwischen September 2005 und Dezember 2006. Es werden nur die Besuche berücksichtigt, die mindestens 3 Minuten dauern.

Fokus: Bewegungsprogramm

Abb. 9 zeigt den Verlauf der Anzahl besuchter Module des Bewegungsprogramms zwischen Dezember 2005 und Dezember 2006. Charakteristisch für das Bewegungsprogramm sind die grossen Schwankungen. Die Funktion des Bewegungsprogramms, die immer am häufigsten verwendet wird, ist der Bewegungstest. Diese interaktive Funktion vermittelt die Information, ob der Besucher ungenügend aktiv, teilaktiv oder aktiv ist. Um den Test zu absolvieren, brauchen die Jugendlichen rund 5 Minuten. Rund 25% der Besuche sind gemäss Test als ungenügend aktiv einzustufen, wobei der Prozentsatz mit dem Alter erheblich zunimmt: zwischen den 13-Jährigen sind z.B. 14% jene, die ungenügend aktiv sind, zwischen den 18-Jährigen schon 30%. Es liegt also in der Natur der Sache, dass nur ein kleiner Teil der Testabsolventen die Empfehlung bekommt, das Modul für Gemütliche (=ungenügend Aktive) zu besuchen: das Modul für Gemütliche wird etwa 80 bis 280 Mal pro Monat besucht, vor allem wurde es in März, Mai und November 2006 intensiver verwendet.

Die Sektion für die Lehrpersonen beinhaltet Videos, die zeigen, wie aktive Bewegungspausen mit Schulklassen eingesetzt werden können. Diese wurden vor allem in Dezember 2005 und Januar 2006 bzw. in September bis November 2006 gesehen.

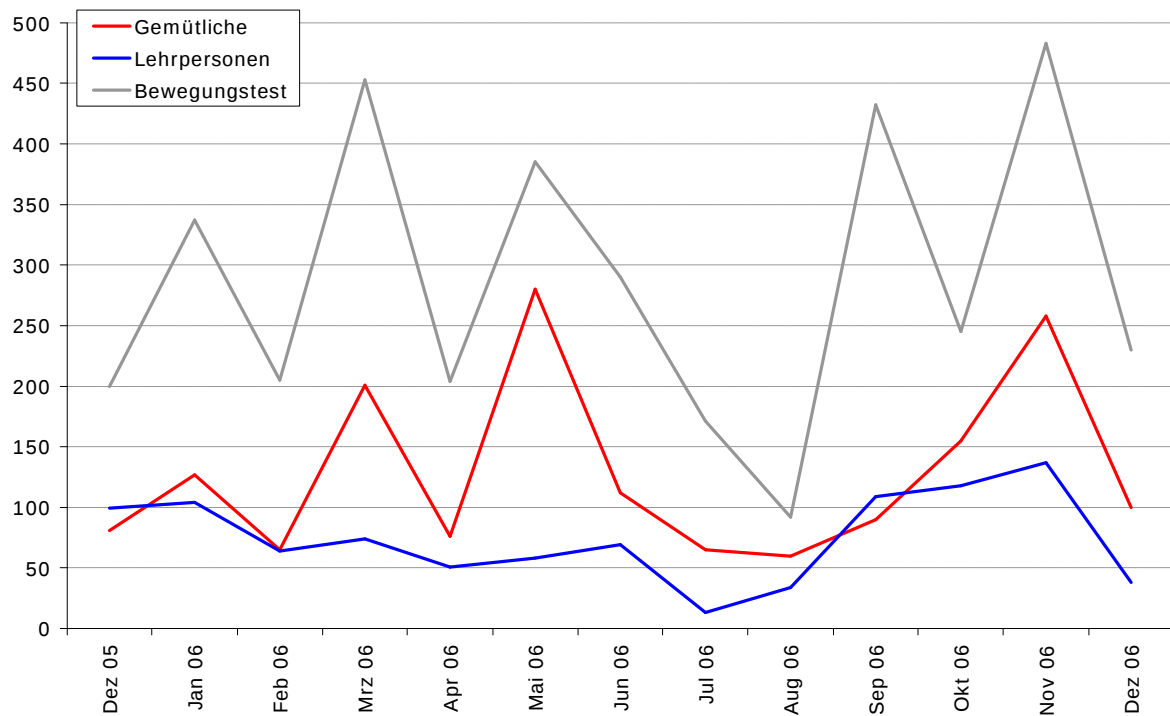


Abb. 9: Verlauf der Anzahl Besuche der Module des Bewegungsprogramms zwischen Dezember 2005 und Dezember 2006. Es werden nur die Besuche berücksichtigt, die mindestens 3 Minuten dauern.

Fokus: Ernährungsprogramm

Abb. 10 zeigt die Anzahl besuchter Module des Ernährungsprogramms zwischen Dezember 2005 und Dezember 2006. Das Ernährungsprogramm besteht nur aus zwei Modulen. Vor allem das Modul "Grundlagen der Ernährung" löst das Interesse der Besucher/innen aus und wurde zwischen 100 und 730 Mal pro Monat gewählt. Besonders viele Besuche hatte das Modul in März, Mai und zwischen Oktober und Dezember 2006.

Das Modul "Fast Food" deckt eine spezifische Thematik im Ernährungsbereich und wird entsprechend weniger besucht als die Grundlagesektion: die guten Monate des Fastfood-Moduls waren Mai und November 2006.

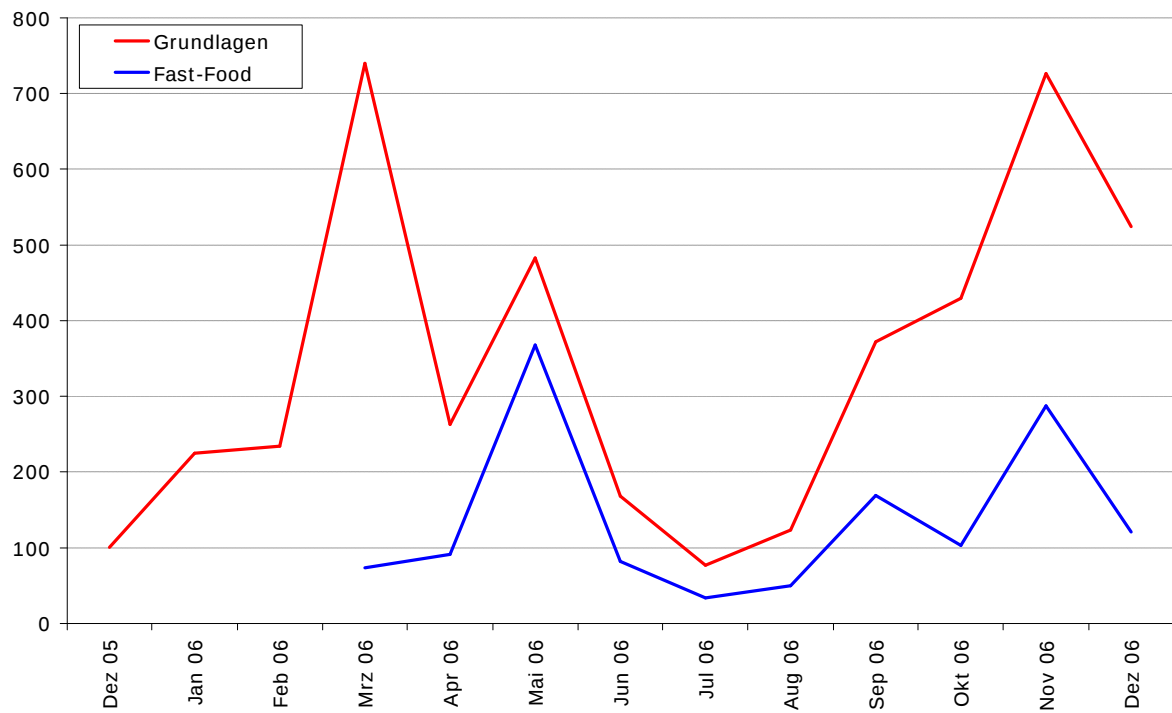


Abb. 10: Verlauf der Besuche der Module des Ernährungsprogramms zwischen Dezember 2005 und Dezember 2006. Es werden nur die Besuche berücksichtigt, die mindestens 3 Minuten dauern.

Neue Module und Dienstleistungen von feelok im Jahr 2006

Im Folgenden werden die neuen Module, Funktionen und Dienstleistungen von feelok beschrieben, die im Jahr 2006 lanciert wurden.

Die Fachstellendatenbank und der Newsletter

Die Fachstellendatenbank und der Newsletter sind die Instrumente von feelok, um die wachsenden Netzwerke von Fach- und Lehrpersonen zu verwalten.

In Oktober 2006 wurde die neue Fachstellendatenbank von feelok veröffentlicht (Abb. 11 zeigt die Maske für die Jugendlichen). Die Adressenkartei von feelok beinhaltete Ende 2006 Angaben über insgesamt 360 Beratungsstellen, die ihre Dienstleistungen den Jugendlichen anbieten (vorwiegend im Kanton Zürich und in Österreich). Eine Erweiterung auf alle deutschschweizerischen Kantone muss im Jahr 2007 realisiert werden).

feelok

Alle Themen
Infos über feelok

Fokus

- Alkohol
- Bewegung & Ernährung
- Cannabis*
- Liebe & Sexualität*
- Rauchen
- Selbstvertrauen & Selbstwert*
- Stress*
- Persönliche Beratung

Die Programme mit einem * werden zurzeit neu entwickelt

Extras

- Rundbrief: Anmeldung & Archiv
- Technische Voraussetzungen
- Tests
- Diskussionsforen
- Fun
- Das Schtifti Onlinegame: Game dich fit!
- Links

Beratungsstellen Suchst du ein persönliches Gespräch? Wähle Thema und Ort

Schritt 1 von 2: Wähle das oder die Themen, für die Du ein persönliches Gespräch suchst...

-A- ☐ Abführmittel ☐ Abtreibung ☐ Ängste ☐ Ärger ☐ Aggression ☐ Aids ☐ Alimente ☐ Alkohol ☐ Amphetamin ☐ Anonyme Geburt ☐ Anorexie ☐ Arbeit ☐ Arbeitnehmerschutz ☐ Aufklärung ☐ Ausgrenzung	-H- ☐ Handy ☐ Haschisch ☐ Helpdesk ☐ Hepatitis ☐ Heroin ☐ Hilfe ☐ HIV ☐ Homosexualität	-R- ☐ Rat ☐ Rauchausstiegshilfe ☐ Rauchen ☐ Rauchstopp ☐ Recht ☐ Rechtliche Beratung ☐ Reisen ☐ Religion
-B- ☐ Babynest ☐ Begegnung ☐ Begleitung ☐ Behinderte ☐ Beratung ☐ Beratung durch Ärzte ☐ Beratung in anderen Sprachen ☐ Berufsberatung ☐ Berufsinformationen ☐ Berufswahl ☐ Betreuung ☐ Bewegung ☐ Bewerbung ☐ Bewerbungstraining ☐ Beziehungen ☐ Bibliothek ☐ Bildungsberatung ☐ Binge-eating ☐ Bisexualität ☐ Budget ☐ Bulimie	-I- ☐ Illegale Drogen ☐ Informationsmaterial	-S- ☐ Sackgeld ☐ Scheidung ☐ Schlafprobleme ☐ Schulberatung ☐ Schulden ☐ Schule ☐ Schulvortrag ☐ Schutz ☐ Schwangerschaft ☐ Schwangerschaftsabbruch ☐ Schwule ☐ Scientology ☐ Sekten ☐ Selbstmord ☐ Selbstverteidigung ☐ Selbstvertrauen ☐ Selbstwert ☐ Sexualberatung ☐ Sexualität ☐ Sexuell übertragbare Krankheiten ☐ Sexuelle Ausbeutung ☐ Sexueller Missbrauch ☐ Sonderprojekte ☐ Sozialberatung ☐ Speed ☐ Spielsucht ☐ Sport ☐ Stellenvermittlung ☐ Streit ☐ Stress ☐ Studienberatung
-C- ☐ Cannabis	-J- ☐ Job ☐ Jobben im Ausland ☐ Jugendberatung ☐ Jugendkonto ☐ Jugendschutz ☐ Jugendtreff	
-D- ☐ Liebe	-K- ☐ Ketamin ☐ Kiffen ☐ Kinderrechte ☐ Kindertherapien ☐ Kochgelegenheit ☐ Kokain ☐ Kondome ☐ Konflikte ☐ Kredit ☐ Kriminalitätsopfer ☐ Krise ☐ Krisenhotline ☐ Kündigung	
	-L- ☐ Lachgas ☐ Legale Drogen ☐ Lehre ☐ Lehrstelle ☐ Lesbisch	

Abb. 11: Maske der Fachstellendatenbank für Jugendliche. Die jungen Besucher/innen können ein oder mehrere Stichworte wählen und ein Kanton/Bundesland angeben. Sie erhalten so die Liste der Fachstellen, die in der jeweiligen Region tätig sind und sich mit den markierten Themen beschäftigen.

Die Dienstleistung der Fachstellendatenbank von feelok basiert auf einem neuen dezentralisierten Konzept:

- die Verantwortlichen der jeweiligen Fachstellen haben die Möglichkeit, die Angaben über ihre Beratungsstelle direkt zu bearbeiten, ohne dass sie ihre Informationen an das feelok-Team weiterleiten müssen.
- Zudem erhalten die Fachstellenverantwortlichen zu bestimmten Zeiten ein Erinnerungsschreiben mit der Bitte, die Angaben ihrer Fachstelle zu überprüfen.
- Das Datum der letzten stattgefundenen Aktualisierung ist ebenso für jede Fachstelle bekannt und sichtbar.

Mit diesem neuen Konzept verringert sich die Wahrscheinlichkeit, dass die Datenbank veraltet oder sogar falsche Angaben beinhaltet. Dies wiederum ist eins der grössten Probleme an dieser Art von Adressenkarteien.

Auch für die Jugendlichen stellt die neue Dienstleistung von feelok einen Vorteil dar und nicht nur, weil die Datenbank aktuelle Angaben beinhaltet:

- Jugendliche können aus einer Liste von Stichworten, jene wählen, die ihrem Unterstützungsbedarf entsprechen. Dazu wählen sie noch einen Kanton oder ein Bundesland und schon erhalten sie die Angaben, über die Fachstellen, die sie suchen.
- Die Angaben über die jeweiligen Fachstellen sind meistens in einer Sprache formuliert, die für Jugendliche angemessen ist.

Interessant zu wissen: die Fachstellenverantwortlichen haben die Möglichkeit aus einer langen Liste die Stichworte zu wählen, die ihr Kompetenzbereich umschreiben. Die Top Ten der gewählten Stichworte ist: "Beratung", "Informationsmaterial", "Probleme", "Krise", "Zuhören", "Rat", "Psychische Probleme", "Ängste", "Gewalt" und "Konflikte". Folgen dann "Eltern", "Essstörungen", "Schule", "Sucht", "Hilfe", "Aids", "Depression" und "Missbrauch". Die seltensten gewählten Stichworte bis heute sind: "Jugendkonto", "Logopädie", "Pleite", "Scientology", "Freundschaftshotline" und "Kredit".

Für die geplante Erweiterung der Angaben der Fachstellendatenbank siehe Seite 57.

Der Newsletter von feelok wurde in April 2006 lanciert (Abb. 12 zeigt das Archiv des Newsletter). Mit dem Newsletter beabsichtigen wir, interessierte Lehrpersonen (und andere Fachpersonen) vermehrt an feelok zu binden, anstatt zu hoffen, dass sie immer wieder spontan unsere Intervention verwenden. Lehrpersonen werden in regelmässigen Abständen (alle 1 bis 3 Monate) über Neuheiten informiert, die das Projekt (und die feelok-Partner) betreffen: neue Studien, neue Themen, neue Dienstleistungen usw. Unsere Erwartung ist, dass diese wiederholten Mitteilungen die Motivation der Lehrpersonen fördert, das Programm mit den Schülern/innen erneut zu verwenden bzw. dass das gesteigerte Wissen rund um feelok zu einer effizienteren und gezielten Verwendung des Programms führt.

In 8 Monaten haben sich für den Newsletter insgesamt 240 Personen angemeldet, davon sind 43% Lehrpersonen, 18% Fachpersonen in Suchtprävention und Gesundheitsförderungsbereich und 12% Berater/innen (Schulpsychologen, Sozial- Arbeiter). Die Mehrzahl kommt aus der Schweiz (N=159), vor allem Kanton Zürich (N=50), Bern (N=28), Luzern (N=21) und Sankt Gallen (N=15). Die anderen kommen vorwiegend aus Österreich (N=69) und die Wenigsten aus Deutschland (N=7). Weitere aktualisierte Details findet man unter www.feelok.ch/v1/db/newsletter/AlleZeigen.asp

Die Partner von feelok haben die Möglichkeit, den Newsletter von feelok als zusätzliches Instrument zu verwenden, um Lehr- sowie weitere Fachpersonen über eigene Anliegen zu informieren.

Archiv

Die Liste

Newsletter vom 28.04.2006

Newsletter vom 21.06.2006

Newsletter vom 20.07.2006

Newsletter vom 04.09.2006

Newsletter vom 10.10.2006

Newsletter vom 20.11.2006

Newsletter vom 28.04.2006 [Drucken](#)

Sie erhalten unseren ersten feelok-Newsletter. Kinderkrankheiten können wir nicht ausschliessen. Wenn Ihnen Schwierigkeiten begegnen oder wenn Sie Verbesserungsvorschläge haben, sind wir für Ihre Rückmeldung dankbar.

Inhalte

- [feelok in Kürze](#)
- [feelok: das neue multiinstitutionelle Konzept](#)
- [Lancierung des neuen Ernährungsmoduls «Fast Food»](#)
- [Evaluation: der erste feelok-Workshop von Radix hat stattgefunden.](#)

feelok in Kürze

feelok ist ein internetbasiertes Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramm für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren, das am Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPM) im Auftrag und mit der Finanzierung der Krebsliga Zürich entwickelt wurde. Zurzeit wird feelok vom Tabakpräventionsfonds und von bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz (BAG) unterstützt wird.

feelok behandelt 8 Themen: Cannabis Rauchen, Stress, Bewegung, Alkohol, Selbstvertrauen und Selbstwert, Liebe und Sexualität sowie Ernährung. Bei den ersten fünf Themen, nämlich Cannabis-, Rauch-, Stress-, Bewegung- und das Alkohol wird neben den allgemeinen Informationen auch eine so genannte stufenspezifische Intervention angeboten, die auf dem Transtheoretischen Modell basiert: für Jugendliche, die ein Problemverhalten (z.B. Rauchen) überwinden möchten, gibt das Programm konkrete Tipps, um das Ziel des Wunschverhaltens zu erreichen (z.B. Abstinenz). Bei den Unmotivierten hingegen untersucht feelok die Gründe und versucht durch persönliche Rückmeldungen die Absicht zur Verhaltensänderung zu verstärken.

Informationen und persönliche Rückmeldungen werden den Jugendlichen auf verschiedenen Weise vermittelt: mit Texten, Tests, Spielen, Animationen, Diskussionsforen und weiteren interaktiven Elementen.

feelok ist für den Einsatz im schulischen Bereich besonders benutzerfreundlich. Ein Handbuch für Lehrpersonen und zahlreiche Arbeitsblätter erleichtern die Arbeit der Lehrpersonen, wenn sie feelok mit ihren Schülern/innen verwenden möchten. Alle Unterlagen können kostenlos im Word-Format unter www.feelok.ch herunter geladen

Abb. 12: Archiv vom Newsletter von feelok. Im Jahr 2006 wurden 6 Ausgaben veröffentlicht. Die registrierten Personen erhalten den Newsletter via E-Mail

Erweiterung des Alkoholprogramms

Das Alkoholprogramm wurde in Juni 2006 mit einer neuen Sektion erweitert: das neue Modul richtet sich an Lehrpersonen und vermittelt Informationen und Vorschläge zur Unterrichtsgestaltung zu diesem wichtigen Thema (Abb. 13).

Jugendliche sind eine wichtige Zielgruppe der Prävention: Die Auseinandersetzung mit Fragen rund um Alkohol trägt dazu bei, dass sie ein Bewusstsein dazu aufbauen, dass Alkohol kein gewöhnliches Konsumgut ist. Er kann Genussmittel, aber auch Rausch- und Suchtmittel sein. Im Alkoholprogramm - Sektion für Lehrpersonen - finden die Lehrpersonen einleitende Informationen zum Stellenwert des Alkohols in unserer Gesellschaft, zu Risiken des Konsums sowie zur Rolle der Prävention. Zudem wird zusammengefasst, welche Möglichkeiten die Schule hat, zur Prävention von Alkoholproblemen beizutragen.

Das Alkoholprogramm wurde von der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich entwickelt. Der direkte Zugang zur Sektion für Lehrpersonen findet man unter www.feelok.ch/frameset.asp?program=alkohol&module=A_Lehrpersonen

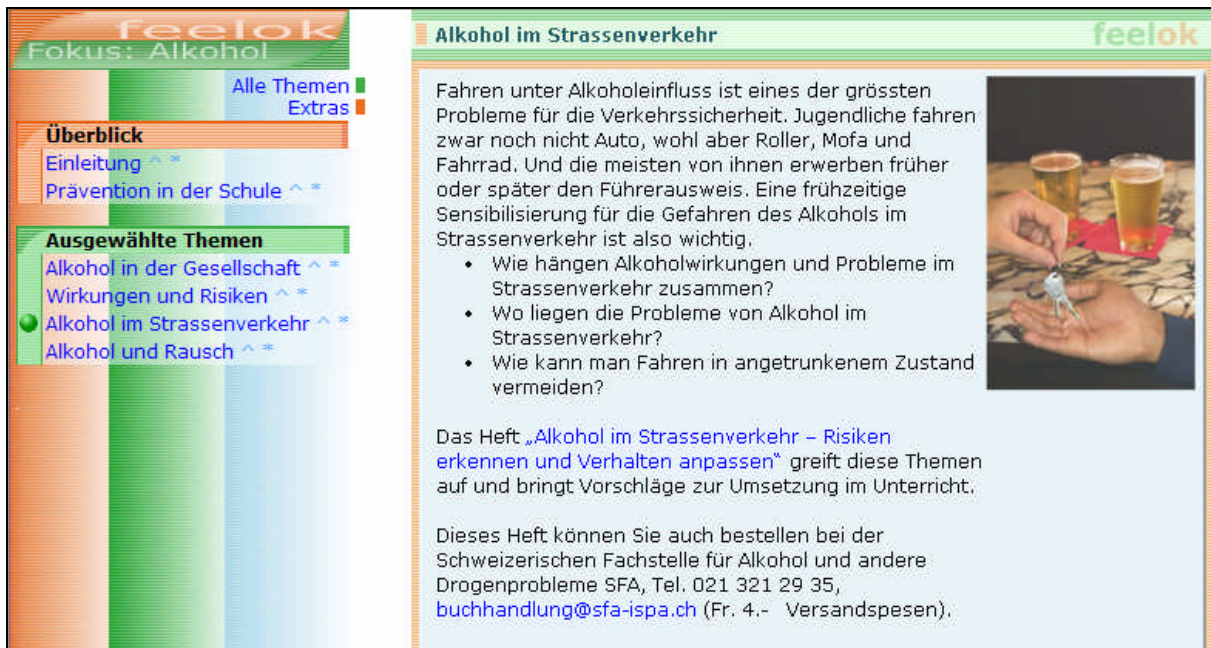


Abb. 13: Das Alkoholprogramm von feelok - «Sektion für Lehrpersonen»

Erweiterung des Ernährungsprogramms

Am 22. März 2006 wurde das neue feelok-Modul „Infos und Spiele rund um Fast Food“ lanciert (www.feelok.ch/e2.htm). Das Modul entstand im Rahmen des Projektes „Fast Food & Gesundheit“, das Anfang 2004 von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit entwickelt wurde und sich primär an 16- bis 24-Jährige richtet. Hauptsponsor des Projektes ist der Schweizerische Bauernverband, Nebensponsoren der Schweizerische Bäcker-Konditorenmeister-Verband sowie der Schweizer Cafetier Verband.

Das neue Modul will dazu beitragen, Jugendliche für das Thema gesunde Ernährung zu sensibilisieren. Der Aufhänger Fast Food wurde gewählt, um Jugendliche in ihrer Lebenswelt abzuholen. In der Schweiz konsumiert nämlich heute fast ein Fünftel der 15- bis 24-Jährigen mehr als zweimal pro Woche Schnellgerichte. Studien zeigen, dass zwischen regelmässigem Konsum von Schnellgerichten und gesundheitlichen Risikofaktoren, wie z.B. Übergewicht, ein Zusammenhang besteht. Dies liegt einerseits daran, dass der häufige Konsum von Schnellgerichten mit einem insgesamt gesundheitsabträglichen Verhalten im Zusammenhang steht. Jugendliche, die regelmässig zu Schnellgerichten greifen, konsumieren vergleichsweise auch mehr Süssigkeiten und Süssgetränke und weniger Früchte und Gemüse. Andererseits führt der regelmässige Konsum energiedichter Nahrungsmittel – dazu zählen u. a. auch die meisten klassischen Schnellgerichte – zu einer erhöhten Energie- und Fettaufnahme.

Das neue feelok-Modul zeigt Jugendlichen auf spielerische Art, dass Fast Food nicht ungesund sein muss – deswegen in der Fachwelt meist der synonyme Begriff Schnellgerichte verwendet wird, der weniger negativ belastet ist. Auch Schnellgerichte können Teil einer ausgewogenen Ernährung sein. Im neuen Modul erhalten Jugendliche konkrete Tipps, was sie beim Essen von Fast Food beachten müssen, wie sich

ihr Lieblings-Fast Food in eine ausgewogene Ernährung integrieren lässt und womit ihr Lieblings-Fast Food kombiniert werden kann, damit die Mahlzeit ausgewogener wird. Die Informationen werden in kurzen Textblöcken vermittelt und sind mit interaktiven Spielen ergänzt.

Das neue Fast-Food-Modul von feelok finden Sie unter www.feelok.ch/e2.htm

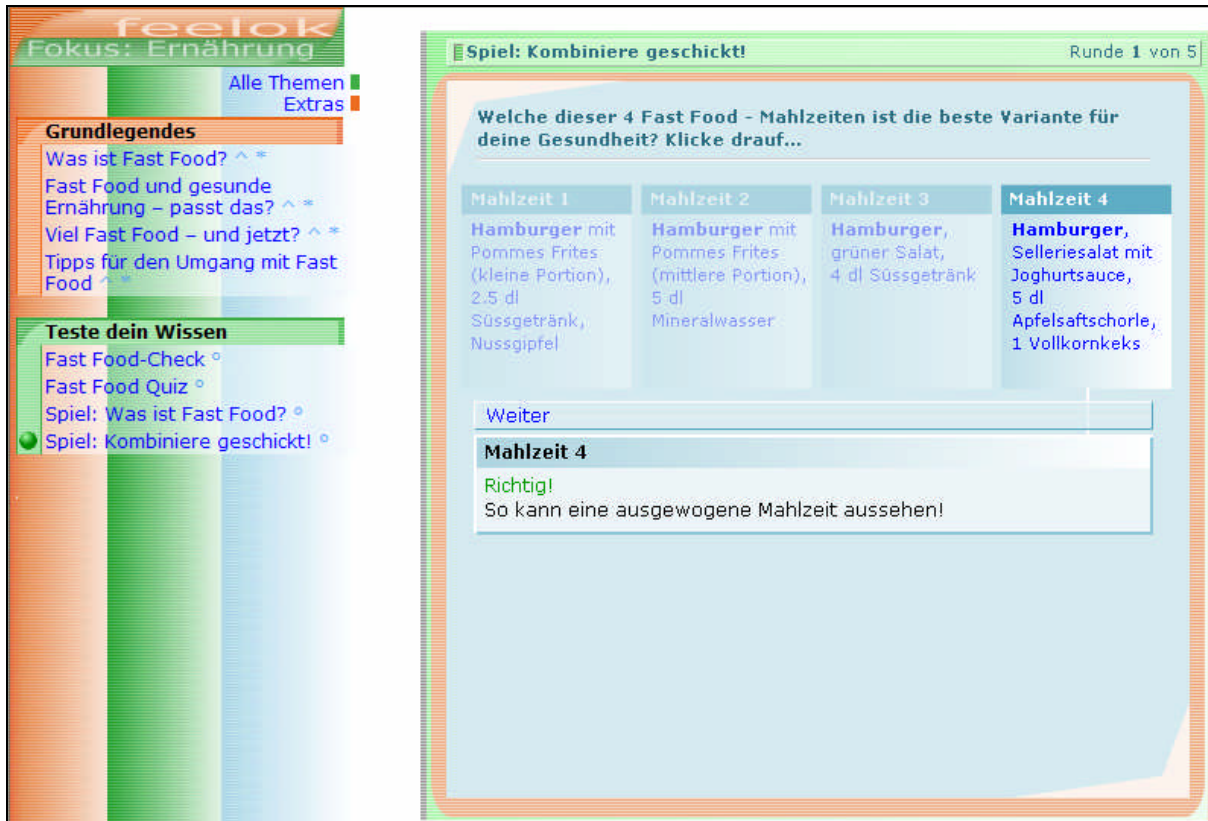


Abb. 14: Das Ernährungsprogramm von feelok - Modul «Fast Food»

Der Bewegungstest von feelok

Der neue Bewegungstest von feelok (Abb. 14) wurde Anfang September 2006 lanciert und ist eine Dienstleistung vom Bundesamt für Sport zur Förderung der Bewegung bei Jugendlichen. Die neue Entwicklung basiert auf die Erfahrung der vorherigen Testversion, die 9 Monate gedauert hat und stellt somit eine Optimierung dar.

Der Bewegungstest wurde in 4 Monaten rund 1'300 Mal vollständig beantwortet, von jenen, die behaupten, sie haben die richtigen Angaben vermittelt.



Abb. 15: Ergebnisseite des Bewegungstests für eine junge Person, die als körperlich ungenügend aktiv eingestuft wurde.

Die Wichtigkeit der Bewegungsförderung bei Jugendlichen ist heute unbestritten. Für Lehrpersonen und Berater/innen stellt sich aber die Frage, wie man körperlich ungenügend aktive Jugendliche überhaupt für das Thema "Bewegung" interessieren kann. Zu diesem Zweck eignet sich der neue Bewegungstest von feelok.

Mit dem neuen Bewegungstest setzen sich die jungen Menschen mit dem eigenen Bewegungsverhalten auseinander. Sie können dazu ihre Ergebnisse mit jenen der anderen beantwortenden Jugendlichen vergleichen und haben so die Möglichkeit, sie zu speichern: bei der wiederholten Verwendung des Tests können Sie den Verlauf ihres Bewegungsverhaltens während einer bestimmten Zeitperiode graphisch darstellen. Den Bewegungstest findet man unter www.feelok.ch/be.htm -> Bewegungstest

Da alle Daten gespeichert werden, besteht für die Fachpersonen (siehe Abb. 16) die Möglichkeit zu erfahren, für welche sportlichen Tätigkeiten sich die jungen feelok-Besucher/innen interessieren, wie viele

als aktiv eingestuft werden können und wie sich die Übergewichtproblematik bei den Beantwortenden entwickelt. Diese und zahlreiche andere spannende Daten findet man jederzeit online unter www.feelok.ch/v1/bewegung/themen/energieVerbrauchTest/berichtAlle.asp

Bericht – Bewegungstest				
Ergebnis nach Geschlecht: Beide und Alter 14 filtern ok				
Eigenschaften jener, die den Bewegungstest ausgefüllt haben				
Anzahl	259			
Alter	Durchschnitt: 14 Jahre			Durchschnitt & Verteilung
	Verteilung: N %			
	14 Jahre 259 100			
Geschlecht	N %			Anzahl und %
	Mädchen 163 63			
	Knaben 96 37			
Gewicht	54.4			Durchschnitt (Kg)
Grösse	165.7			Durchschnitt (cm)
BMI	N %			Anzahl und %
	Untergewichtig 12 5			
	Normalgewicht 190 73			
	Übergewichtig 57 22			
Bewegung	N %			Anzahl und %
	Inaktiv / Ungenügend aktiv (Gemütlich) 53 20			
	Teilaktiv 51 20			
	Aktiv / Sportlich 155 60			
Schule	N %			Anzahl und %
	Sekundarstufe (7.-9. Klasse, ohne Gymnasium) 185 71			
	Gymnasium 46 18			
	Andere Schule 20 8			
	Primarschule (bis 6. Klasse) 4 2			
	Keine Antwort 2 1			
	10. Schuljahr 1 0			
	Berufsschule 1 0			
Land	N %			Anzahl und %
	Schweiz			
	Aargau 14 5			
	Basel 1 0			
	Bern 35 14			
	Fribourg 16 6			
	Glarus 1 0			
	Graubünden 11 4			
	Jura 1 0			
	Luzern 14 5			
	Sankt Gallen 40 15			
	Schaffhausen 2 1			
	Schwyz 1 0			
	Solothurn 1 0			
	Thurgau 1 0			
	Valais 1 0			
	Zug 8 3			
	Zürich 52 20			
	Österreich			
	Burgenland 3 1			
	Oberösterreich 1 0			
	Steiermark 14 5			
	Tirol 7 3			
	Vorarlberg 10 4			
	Deutschland			
	Hamburg 1 0			
	Niedersachsen 1 0			

Abb. 16: Die Seite des Bewegungstests für interessierte Fachpersonen. Abb. 16 zeigt nur einen Abschnitt aller Informationen, die man herunterladen kann. In diesem Fall werden nur die Daten der 14-Jährigen Knaben und Mädchen gezeigt (man kann die Informationen nach Alter und Geschlecht filtern). 22% davon sind übergewichtig, 20% sind körperlich ungenügend aktiv, 71% besucht die Sekundarschule (ohne Gymnasium), die Mehrzahl kommt aus Zürich, Sankt Gallen und Bern.

Allez-hop Rubrik "Tanze mit den Starbugs"

Nichts wie die Musik kann Jugendliche und jung gebliebene Menschen in Bewegung bringen. Aus diesem Grund wurde das Bewegungsprogramm von feelok mit einer neuen spannenden Funktion erweitert: «1,2,3... Allez Hop mit den Starbugs» (Abb. 17). Eine frische sympathische Musik motiviert die Besucher/innen mitzutanzten. Eine Trainingseinheit ermöglicht den Jugendlichen die Schritte zu lernen, die für den Tanz notwendig sind. «1,2,3... Allez Hop mit den Starbugs» gibt es auf Französisch und auf Mundart. Für die feelok-Besucher/innen aus Deutschland und Österreich haben wir eine deutsche Übersetzung mit Untertiteln eingefügt, so dass alle an diesem neuen Modul Freude haben können. Lanciert wurde diese Rubrik in Mai 2006 und seit damals wurde «1,2,3... Allez Hop mit den Starbugs» 1'232 Mal besucht.



Abb. 17: «1,2,3... Allez Hop mit den Starbugs» in feelok

«1,2,3... Allez Hop mit den Starbugs» wird in feelok in zwei Versionen angeboten. Die Flash-Version, die mindestens 3 Minuten gespielt werden muss, um in der Datenbank protokolliert zu werden, (siehe vorherige Abbildung), bietet die volle Interaktivität an. Problematisch bei dieser Version ist aber, dass sie mindestens die Version 8 des Flash-Players benötigt. Wie aber Abb. 18 verdeutlicht, verfügen nicht alle Besucher/innen über diese Zusatzkomponente. Die anderen haben die Möglichkeit das Videoclip ohne zusätzliche interaktive Elemente herunterladen. Diese Daten sind für uns von grosser Wichtigkeit und bestimmen, welche Technologien für das zukünftige Video-Programm von feelok eingesetzt werden (mehr dazu auf S.57)

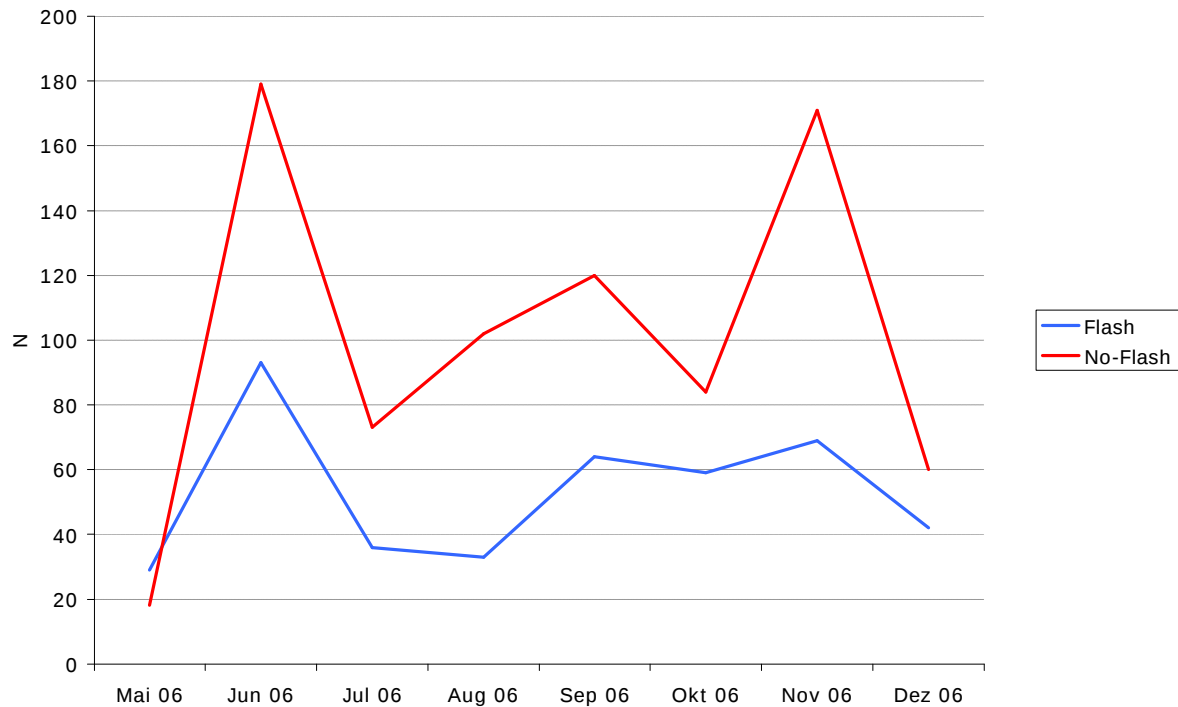


Abb. 18: Verlauf der Anzahl Besuche von «1,2,3... Allez Hop mit den Starbugs» für die Flash-Version (Version 8 mit voller Interaktivität, Dauer des Besuches mindestens 3 Minuten) und für die statische Version (No-Flash) ohne Interaktivität (nur Video-Clips, Dauer des Besuches irrelevant) für die Periode Mai bis Dezember 06.

«1,2,3... Allez Hop mit den Starbugs» ist ein Produkt von Allez Hop (www.allezhop.ch) und von Gesundheitsförderung Schweiz (www.promotionsante.ch). Ursprünglich wurde das Produkt nicht für feelok gedacht: Gesundheitsförderung Schweiz und Allez Hop haben sich aber bereit erklärt, die Musik und Trainingseinheiten feelok zur Verfügung zu stellen.

Der direkte Zugang zur Rubrik «1,2,3... Allez Hop mit den Starbugs» finden Sie unter www.feelok.ch/allezhop/willkommen.htm

Die Info-Seite

Um den Informationsaustausch mit den Lehr- und weiteren interessierten Fachpersonen zu fördern, wurde die Info-Seite (Abb. 19) von feelok grundsätzlich geändert. Auf dieser Seite finden die Besucher/innen alle Studien inkl. Zusammenfassungen über alle Forschungsarbeiten, die im Rahmen von feelok stattgefunden haben. Ebenso können die Besucher/innen erfahren, welche Institutionen das Programm unterstützen.

feelok

Alle Themen
Infos über feelok

Fokus

- Alkohol
- Bewegung & Ernährung
- Cannabis*
- Liebe & Sexualität*
- Rauchen
- Selbstvertrauen & Selbstwert*
- Stress*
- Persönliche Beratung

Die Programme mit einem * werden zurzeit neu entwickelt

Extras

- Rundbrief: Anmeldung & Archiv
- Technische Voraussetzungen
- Tests
- Diskussionsforen
- Fun
- Das Schtifti Onlinegame: Game dich fit!
- Links

Infos über feelok

Trägerschaft & Partner

- Details herunterladen

Über feelok

- Kurze Zusammenfassung herunterladen
- feelok-Jahresberichte in Word-Format:
Jahr 2003 - Jahr 2004 - Jahr 2005

Berichte

- Entwicklung und Implementierung des Projektes "Neue Technologien zur Krebsprävention bei Jugendlichen" inkl. Forschungsmaterialien (Jahr 1999)
- Rauch- und Stressprävention bei Jugendlichen - Wissenschaftlicher Bericht (Jahr 2002)
- Wirksamkeitsstudie des Cannabisprogramms von feelok im schulischen Setting (Jahr 2004)
- Benutzerverhalten der feelok-Besucher/innen (2004)
- Evaluation der Implementierungsstrategien von feelok - Fokus: Pisspoint und feelok-Toilettenpapier (2005)
- feelok und Tschau.ch: wie beurteilen die feelok-Besucher/innen das Design der zwei Webangebote? (2006)
- feelok - wie sich das Projekt und Internetprogramm zwischen 1999 und 2005 entwickelt hat (2006)
- Bewegungs- und Benutzerverhalten Jugendlicher drei Schulklassen im Kanton Bern (2006)
- Erfassung des Profils der feelok-Besucher/innen - Von den methodologischen Überlegungen zu den Ergebnissen (2006)

Abstracts - Kongressbeiträge

- A randomised controlled effectiveness study and the manner of use of an internet based cannabis programme for young people on the basis of the Transtheoretical Model (2004)
- Redesign of an Internet Program for Smoking Prevention as a result of new Findings (Jahr 2005)
- Can inactive and partially active young people be reached through an internet programme to promote physical activity? (2006)
- A multi-institutional approach to maintaining an internet based health promotion programme for young people in Switzerland (2006)

Stellungnahmen

- Zweites Gutachten zum Projekt (2002)
- Das Cannabisprogramm von feelok: Stellungnahme vom Bundesamt für Gesundheit (2003)
- Kurze Berichte der LehrerInnen, die mit feelok gearbeitet haben

Abb. 19: Info-Seite von feelok

Test der technischen Tauglichkeit von feelok in der Schule

feelok ist - technisch betrachtet - ein Standardinternetprogramm. Mit "Standard" meint man, dass feelok die Technologien benutzt, die heute für Internet üblich sind. Immer weniger Schulen haben Schwierigkeiten, feelok zu verwenden, weil sie mindestens die minimalen technischen Voraussetzungen erfüllen. Dennoch gibt es Ausnahmen.

Wir haben ein Tool entwickelt, das die Schulen unterstützt, indem es die technischen Probleme, die die Verwendung von feelok verhindern, identifiziert und Lösungen anbietet.

Das Tool ist sehr einfach und braucht nur wenige Sekunden Zeit, um das Ergebnis zu liefern. Abb. 20 zeigt die typische Rückmeldung des Tools, wenn alles in Ordnung ist. Das Tool ist unter www.feelok.ch/test/index.asp zugänglich.

feelok Test - Funktioniert feelok mit diesem Computer?		
Interpretation Wenn alle Ergebnisse (siehe die untenstehende Tabelle) als "gut" eingestuft werden, wird feelok sehr wahrscheinlich ohne Probleme laufen. Sonst empfehlen wir Ihnen das oder die erwähnten Probleme zu lösen, bevor feelok mit Schulklassen eingesetzt wird. Die 1. Spalte der untenstehenden Tabelle zeigt, welche Funktion getestet wird. Die 2. Spalte zeigt das Ergebnis der getesteten Funktion. Die 3. Spalte bietet Hilfe an, falls das Ergebnis negativ ist. Für Fragen stehen wir gerne zur Verfügung: info@feelok.ch		
Funktion	Ergebnis	Erklärungen
JavaScript	Aktiv - Gut!	Wenn die mittlere Spalte leer ist, ist Javascript inaktiv! Javascript kann wahrscheinlich unter "Extras" und "Internetoptionen" oder "Einstellungen" aktiviert werden. Tun Sie es bitte, bevor Sie feelok verwenden. Ohne Javascript können die Funktionen "Browser" und "Bildschirmauflösung" nicht getestet werden.
Browser	Mozilla - Gut!	Mozilla ist normalerweise ok. Wenn trotzdem feelok mit dem ausgewählten Browser nicht korrekt läuft, versuchen Sie bitte einen anderen Browser zu verwenden. Diese Lösung funktioniert fast immer.
Bildschirmauflösung	1024x768 - Gut!	Falls die Bildschirmauflösung zu klein ist, kann sie meistens unter "Systemsteuerung" erhöht werden. 1024x768 Pixel (oder höher) als Ergebnis ist gut!
Flash Plug In	Flash Plug In - Version: 8 - Gut	Falls die mittlere Spalte leer ist (oder sie kein brauchbares Ergebnis zeigt), dann ist das PlugIn von Flash, das auf diesem Computer installiert ist, zu alt. Um das aktuelle PlugIn von Flash kostenlos zu installieren, klicken Sie hier... (wahrscheinlich brauchen Sie dazu "Administratorrechte") Alternative: wenn auf dem Computer ein anderer Browser installiert ist, versuchen Sie feelok mit diesem Browser zu verwenden. Vielleicht arbeitet der andere Browser mit einem moderneren PlugIn. So wäre die Installation nicht notwendig. Einige Schulen sperren aus Sicherheitsgründen die Aktivierung des PlugIn. In diesem Fall liegt das Problem nicht bei der Installation, sondern wahrscheinlich bei den Sicherheitseinstellungen, die entsprechend von der verantwortlichen Person angepasst werden können.
Geschwindigkeit der Verbindung	433915 Kb/Sek. - Gut!	Wir empfehlen eine Geschwindigkeit der Internetverbindung von mindestens 14'000 Kb pro Sekunde (wenn alle Jugendlichen im Computerraum feelok verwenden). Je schneller, desto besser...

Abb. 20: Tool für die Identifizierung von technischen Schwierigkeiten im Umgang mit feelok. In diesem Fall werden alle Voraussetzungen für die Verwendung von feelok von der Seite des Computers und Netzwerkes erfüllt.

Massnahmen zur Diffusion von feelok

Im Folgenden wird zuerst das neue Wirkungsmodell zur Diffusion von feelok vorgestellt, bevor die Implementierungsmassnahmen des feelok-Teams, von Radix und der feelok-Partner im Detail aufgelistet werden.

Das Wirkungsmodell zur Diffusion von feelok

Zahlreiche Aktivitäten werden im Rahmen von feelok unternommen, um die Verbreitung der Verwendung dieser Intervention zu fördern. Um einerseits die Abläufe der Massnahmen zu systematisieren und andererseits ein Kommunikationsmittel zu haben, mit dem wir unsere Aktivitäten verdeutlichen können, haben wir im Jahr 2006 versucht, diese Aktivitäten mit einem Wirkungsmodell der Diffusion von feelok darzustellen.

Das Wirkungsmodell (Abb. 21) lässt sich folgendermassen beschreiben: wir (linke Spalte) versuchen die Jugendlichen (rechte Spalte) mit einem Interventionsprogramm zu erreichen.

- **Wir** (z.B. das feelok-Team, die feelok-Partner, Radix, Netzwerke wie b+g, die Fachstellen, die Pädagogischen Hochschulen, J+S usw.) **versuchen mit**
- **einer Reihe von Aktionen, wobei jede Aktion von einer oder mehreren Institutionen umgesetzt wird** (Weiterbildungen, Vorträge, Verteilung von Werbungsmaterialien, Veröffentlichung in schulischen Medienprodukte, Teilnahme an Anlässen, Mitteilungen in Zeitschriften, Verlinkung mit externen Websites, Anbindung in externen Projekten, wie "Kits vor Kids" oder "Experiment Nichtrauchen", mit Mitteilungen in Newsletter, mit gezielten Informationen für Fachstellenverantwortliche, mit thematischen Erweiterungen von feelok, was dazu führt, dass man mehrere Bedürfnisse ansprechen kann, mit der Erweiterung des Netzwerkes von feelok, mit der Erweiterung der Funktionen von feelok und mit der systematischen Information von Kontaktpersonen),
- **in verschiedenen Setting** (vor allem die Schule, vermehrt in Zukunft die Jugendlichen in Beratungsstellen und Sportvereine und teilweise im Freizeitbereich)
- **unsere Multiplikatoren zu erreichen** (Lehrpersonen, Fachpersonen aus Fach- und Beratungsstellen, J+S-Leiter/innen und teilweise Eltern), **die wiederum andere Multiplikatoren weiterbilden können.**
- Die **Multiplikatoren** können feelok verwenden, um sich zu informieren, wie die Intervention bestimmte Themen jugendgerecht behandelt, um die Verwendung von feelok zu delegieren (an andere Multiplikatoren oder z.B. als Hausaufgabe für die Jugendlichen)
- oder um feelok direkt mit den **Jugendlichen** zu verwenden.

Wichtig in Bezug auf dieses Wirkungsmodell ist es zu signalisieren, dass nicht alle Aktionen gleichzeitig stattfinden, dass uns nicht alle Aktionen bekannt sind und dass einige Aktionen, wie z.B. die Diffusion der Verwendung von feelok in Sportvereinen für die Zukunft geplant sind.

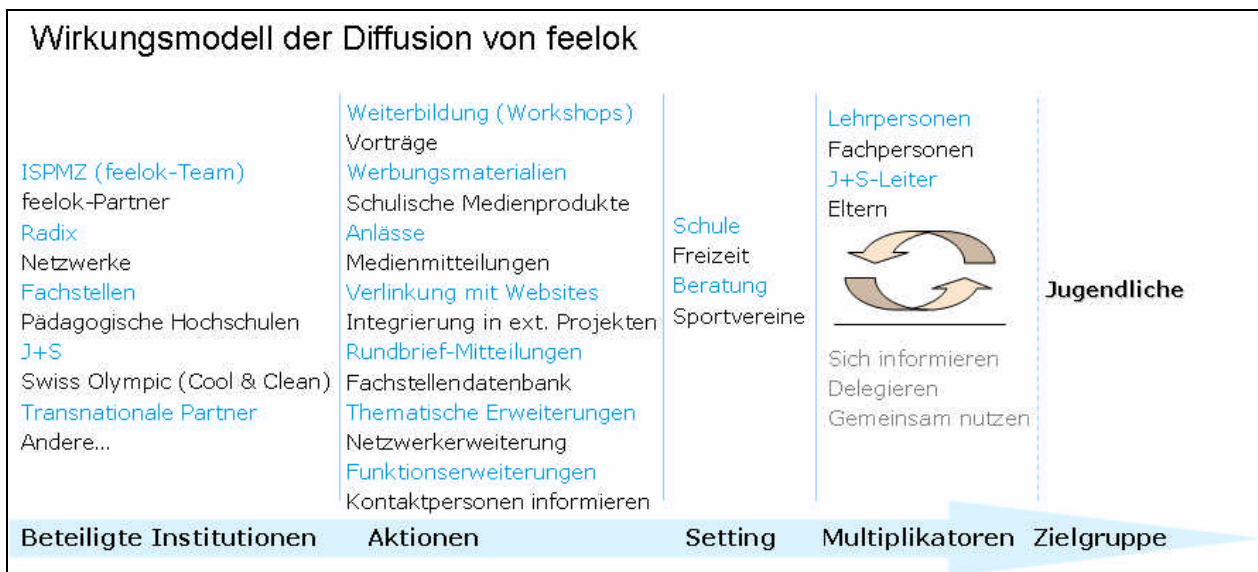


Abb. 21: Das Wirkungsmodell der Diffusion von feelok (Stand: Ende 2006). Verschiedene *Institutionen* setzen bestimmte *Aktionen* ein, um in bestimmten *Setting* die *Multiplikatoren* über feelok zu informieren und weiterzubilden. Die Multiplikatoren können andere Multiplikatoren weiterbilden bzw. die Intervention direkt oder indirekt mit der *jugendlichen Zielgruppe* einsetzen. Weitere Details im Text.

Diffusionsmassnahmen des feelok-Teams

Das feelok-Team am ISPMZ hat eine Reihe von Massnahmen eingeleitet, um die Bekanntmachung von feelok direkt oder indirekt zu fördern. Darunter gehören folgende Massnahmen.

- Das multiinstitutionelle Konzept von feelok bzw. die Erweiterung mit neuen Themen**
 Jede Institution, die ein feelok-Programm verwaltet, bemüht sich – wie die schriftliche Vereinbarung erwähnt – das jeweilige Programm durch die eigenen Kanäle bekannt zu machen. Diese Institutionen sind in grosse Netzwerke eingebunden und sind häufig mit vielen Schulen im Kontakt. Sie können so feelok im Rahmen von Newsletter, Anlässen, Workshops oder auf andere Weisen mit minimalem Aufwand bekannt machen. Wenn jede Institution diese Aufgabe wahrnimmt, führt das zu einer kumulativen Implementierungsleistung für feelok: jede Institution macht Werbung für das eigene Programm. Von dieser Werbung profitiert aber die ganze feelok-Anwendung. Mehr zu diesem Punkt ab S.35
- Der neue Newsletter von feelok**
 Wir erwarten, dass die wiederholten Mitteilungen der Newsletter die Motivation der Lehrpersonen fördert, das Programm mit den Schülern/innen erneut zu verwenden bzw. dass das gesteigerte Wissen rund um feelok zu einer effizienteren und gezielten Verwendung des Programms führt.
- Das Netzwerk mit Fachstellen**
 Mit der Fachstellendatenbank werden die Beratungsstellenverantwortlichen über feelok informiert. Somit kommen auch jene, die noch nichts über feelok gehört haben, ein erstes Mal mit dem Programm im Kontakt. Die Verantwortlichen der Fachstellen müssen mit der Zeit ihre Angaben erneut überprüfen und aktualisieren. Ebenso kann man sie durch die Datenbank über Neuheiten von feelok informieren und Workshops anbieten. Diese Massnahmen können potentiell die Diffusion und wiederholte Verwendung der Intervention begünstigen.
- Verteilung von Broschüren und Posters**
 Wenn wir angefragt werden, verteilen wir interessierten Lehrpersonen und Jugendlichen unsere Broschüren und den Schulen unsere Poster.

- *Integrierung von feelok im Ausbildungsangebot der Pädagogischen Hochschule Zürich*
Da wo Lehrpersonen ausgebildet werden, möchten wir, dass feelok als Gesundheitsförderungs- und Präventionsprogramm erwähnt und womöglich vorgestellt wird. Auf diese Weise können wir alle Lehrpersonen in Ausbildung ein erstes Mal mit feelok in Kontakt bringen. Jene, die sich für gesundheitsrelevante Themen interessieren, könnten so motiviert werden, nach der Ausbildung das Programm mit Schülern/innen einzusetzen. Ein erster Schritt in diese Richtung wurde mit der Pädagogischen Hochschule Zürich gemacht. Für eine nachhaltige Diffusion von feelok im schulischen Setting werden Studierende der Pädagogischen Hochschule Zürich (PHZH) ab Wintersemester 2006 über das Interventionsprogramm informiert. feelok wird einerseits in den Modulen "Gesundheitsförderung und Prävention" in Verbindung mit dem Transtheoretischen Modell, und im Rahmen des Moduls "Sexualpädagogik" vorgestellt. Das bedeutet, dass alle zukünftigen Lehrpersonen der Sekundarstufe 1 einen Einblick in dieses Interventionsprogramm erhalten werden. Bei den Ausbildungsgängen der Vorschule und der Primarschule werden vorderhand erst die Studierenden informiert, die das Modul "Sexualpädagogik" und die "Vertiefung Gesundheitsförderung und Prävention" besuchen.

Diffusionsmassnahmen von Radix

Radix ist eine anerkannte Institution im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung und verfügt über ein breites Netzwerk im schulischen Bereich. Radix hat für eine Periode von 2 Jahren insgesamt SFr. 80.000.-- erhalten. Mit diesen Mitteln hat Radix folgende Massnahmen realisiert:

- *In 7 Ausgaben des SNGS-Newsletter wurden Informationen über feelok vermittelt.* Der Newsletter geht jeweils an 1500 Adressaten in der Deutschschweiz. Über feelok wurde wie folgt berichtet::
 - o September 05 genereller Hinweis auf das Rauchprogramm
 - o Dezember 05 Ausschreibung der 4 Workshops
 - o März 06 Ausschreibung Pisspoint
 - o Juni 06 Ausschreibung des Visitenkarten-Wettbewerbs
 - o September 06 Newsletter feelok
 - o November 06 Ausschreibung Workshop vom 20.1.07
- *Seine Kontakte zu den Medien der Fachstellen und der Kantone wurden zur Sensibilisierung für feelok genutzt*
Mit der Ausschreibung der Workshops konnten die Medien im Bildungsbereich gut erreicht werden und so wurde gleichzeitig um die Website feelok beworben. Der Schneeballeffekt von Mailings und Websites lässt eine genaue Auflistung der Bewerbung nicht zu.
In folgenden Medien wurde über feelok berichtet:
 - o Schulblatt Kt. TG, 18.10.06, Seite 13, Auflage 6420
 - o Mitteilungsblatt Kt. LU, 2/2006, Seite 40, Auflage unbekannt
 - o Fachstelle Sicherheit und Gesundheit SG, www.schule.ch
 - o Bildung Schweiz Nr.2/06 Seite 4. Auflage 47'000
 - o www.zebis.ch
 - o <http://www.at-schweiz.ch/tagungen/Einführungsworkshops%20www.pdf>
 - o http://www.sge-ssn.ch/d/schule/dienstleistungen/newsletter_lehrer/mailings/newsletter
- *8 Workshops mit Multiplikatoren und Lehrpersonen in verschiedenen Kantonen der Deutschschweiz wurden durchgeführt*
Die 8 Workshops wurden angeboten in
 - o St. Gallen, 22. März 06 (1 Tag)
 - o Basel, 21. Juni 06 (1 Tag)
 - o Winterthur, 6. September 06 (1/2 Tag)
 - o Luzern, 6. September (Pädagogische Hochschule Zentralschweiz)
 - o Zug, 9. September (1 Tag)
 - o Erfa des SNGS (2 Stunden)
 - o Workshop im Anschluss an die Tagung „Vernetzt statt verstrickt“ in Luzern, 20. Januar 07 (2 Stunden) und

- o Bern, 31. Januar 07 (1 Tag)

An den bisherigen 6 Workshops nahmen insgesamt 75 Multiplikatoren und Lehrpersonen teil; für den noch ausstehenden Workshop in Bern vom 31.1.07 haben sich bereits 16 Personen angemeldet, für den Workshop in Luzern (20.1.07) mehr als 25 Personen (*der Bericht wurde Anfang Januar 2006 geschrieben*)

- *Pisspoint und Wackelbilder wurden eingesetzt:*
im März 06 wurden die Schulen angeschrieben und es meldeten sich 30 Schulen für die Kampagne an. Die Kleber wurden in einer Auflage von 600 und die Wackelbilder in einer Auflage von 2'000 Exemplaren gedruckt. Ende August wurden sie den angemeldeten Schulen verschickt.

Bekannte Diffusionsmassnahmen der feelok-Partner

Im Folgenden werden die Diffusionsmassnahmen der feelok-Partner aufgelistet. In Zukunft planen wir die Sammlung dieser Informationen zu systematisieren, um einen vollständigeren und klareren Überblick zu erhalten. In diesem Bericht werden die Angaben, die via E-Mail auf lockere Weise vermittelt wurden, noch relativ unstrukturiert aufgelistet:

Fachhochschule Nordwestschweiz - R+ - Stress- und Selbstvertrauenprogramm

Mitteilung von Urs Peter Lattmann

- Wir haben an Elterninformationsabenden zum Projekt ESSKI (Eltern und Schule stärken Kinder (ESSKI)) in den Kantonen AG, BS/BL, TG, ZH auf das Programm hingewiesen (September 06, erreichte Personen: etwa 80). Übrigens: Die ersten Resultate unserer Untersuchung sind sehr erfreulich und bestätigen unsere Hypothese bez. Mehrebenen-Ansatz.
- In der Zeitschrift BILDUNG SCHWEIZ Heft 5/2006 wurde im Rahmen meiner Artikel-Serie "Wirksam und heiter im Lehrberuf" zum Thema "Selbstsicheres Verhalten: Nein sagen stärkt" feelok erwähnt (erreichte Personen: etwa 60'000 Abonnenten).

SGE - Ernährungsprogramm

Mitteilung von Angelika Welter

- Newsletter für Lehrpersonen, Februar 2006, Ausgabe 2/06 "feelok - neu mit Bewegung und Ernährung (erreicht rund 550 Lehrpersonen)"
- Newsletter für Lehrpersonen, Mai 2006, Ausgabe 3/06 "Prävention im Internet: www.feelok.ch"
- SGE-Fachtagung 9. Juni 2006 (Anwesende: 300 Personen): bei dieser Gelegenheit wurde feelok vorgestellt. Die Power-Point-Präsentation von feelok kann auf der SGE-Homepage (Anzahl Besuche pro Tag: 1'500) unter der Rubrik Dienstleistungen/Tagungen angesehen werden.
- Mehrere Verlinkungen und Hinweise auf der SGE-Homepage, z.B. im Zusammenhang mit dem Fast-Food-Projekt der SGE.

Bundesamt für Sport / Jugend+Sport - Bewegungsprogramm

Mitteilung von Alain Dössegger

- Feelok wurde an der Fachleiterkonferenz und an der Vorsteherkonferenz (Kantonale Vorsteher der Sportämter) vorgestellt
- Ausserden an ca. 10 Vorträgen (Elternabenden, Lehrerweiterbildungen, ca. 200 Personen: Lehrer, Eltern) und am Netzwerktreffen (Netzwerk Gesundheitsteams Stadtberner Schulen, 31.5.06, ca. 200 Personen).

Mitteilung von Anita Banderini

Das Programm Feelok wurde im 2006 im HEPA-Monatsmailing wie folgt erwähnt:

- Januar 2006 (Einführungsworkshop Feelok im Schulunterricht)
- Mai 2006 (Newsletter Feelok)
- September (Bewegungstest Feelok)

Das Monatsmailing wird an unsere 101 Netzwerkmitglieder und ca. 570 weitere Interessenten verschickt.

Die Netzwerkmitglieder findet man auf der Website unter http://www.hepa.ch/deutsch/index.php?p_id=23

Auf der HEPA-Website weisen wir unter Links

http://www.hepa.ch/deutsch/index.php?p_id=103 ebenfalls auf das Programm feelok hin.

Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung Kt. ZH - Cannabisprogramm*Mitteilung von Vigeli Venzin*

- 3 Mal Hinweise im Info-Mail der Fachstelle. KLP, Lehrpersonen und Schulleitungen, andere Suchtpräventionsstellen im Kanton, Mitarbeitende der Verwaltung (300 Leute) wurden damit erreicht.
- Hinweise auf feelok auf der Homepage der Fachstelle.
- Bei allen (ca. 50) bei der Fachstelle eingereichten Projekten, wurde geprüft, wo feelok eingesetzt werden kann.

Züri Rauchfrei - Rauchprogramm*Mitteilung von Ute Herrmann*

- Feelok wird als Unterrichtshilfe empfohlen: es steht auf unserer Liste für "Materialien zur Förderung des Nichtrauchens" (on- und offline) und beide Flyer sind im Info-Set für Lehrpersonen enthalten, das online bestellt werden kann;
- mit links auf den Webseiten www.rauchfreieschule.ch und www.zurismokefree.ch;
- es wird im Leitfaden "Auf dem Weg zur rauchfreien Schule" (on- und offline) beschrieben;
- Infos zu feelok für Lehrpersonen bei Arbeiten mit Schulklassen und bei Weiterbildungen. Projekt mit Schülerlabor vom Technorama: Am Posten im CO-Test erhalten Lehrpersonen weiterführende Infos zu "Materialien zur Förderung des Nichtrauchens" (darunter feelok). Das Projekt ist noch nicht abgeschlossen.
- Jugendliche werden direkt auf feelok hingewiesen: Bei allen Arbeiten mit Klassen geben wir Infos zu feelok und legen den Flyer auf (in diesem Jahr: 11), beim Schülerlabor im Technorama, am Posten mit CO-Test.
- Präsentationen zum Rauchstopp-Programm von feelok: 1x (im letzten Dez.)
- Vertrieb der Flyer (Bestellung übers Internet u.a.): Ca. 50 Lehrerflyer und 150 Jugendflyer wurden versandt, meistens im Info-Set.
- WS mit Jugendlichen zum Rauchprogramm/feelok: 40 SchülerInnen einer BWS
- Investierte Zeit: 32 Stunden

SFA - Alkoholprogramm*Mitteilung von Jacqueline Sidler*

Über feelok haben wir im SFA üblichen Rahmen informiert.

- Der deutschsprachige SFA Newsletter (rund 1'200 Abonnente), der alle zwei Monate verschickt wird, hat im Frühling 2007 feelok vorgestellt.
- Zudem ist feelok auf unserer Homepage unter Prävention-Projekte-Schule zu finden. Die SFA Site wird rege benutzt.
- Zudem ist geplant, dass in der Zeitschrift Standpunkte (21. Dezember 06) feelok vorgestellt wird.

Styria vitalis - Kontaktinstitution Österreich und Steiermark

Mitteilung von Doris Kuhness

- In den Jahren 2005 und 2006 wurden 17 LehrerInnen-Workshops mit insgesamt 199 LehrerInnen durchgeführt.
- Weiters wurde feelok bei folgenden Institutionen in der Steiermark vorgestellt: Landesschulrat Steiermark, Arbeitskreis Nikotin der Stadt Graz, Pädagogischen Institut des Landes Steiermark, Jugendressort des Landes Steiermark, LOGO jugendmanagement GmbH; VIVID – Fachstelle für Suchtvorbeugung Steiermark und bei einem regionalen Schularbeitskreis zum Thema Gesundheit
- Im Rahmen der dm-Kampagne „leichter leben“ wurde feelok in einem Folder, der Österreichweit in allen 335 dm-Filialen (eine Drogeriemarkt-Kette) aufgelegt wurde, beschrieben
- Im Februar und Dezember 2005 wurden 2 MultiplikatorInnen-Workshops mit TeilnehmerInnen aus Suchtpräventions- und Gesundheitsförderungseinrichtungen Österreichs durchgeführt und durch Oliver Padlina dazu ausgebildet, LehrerInnen-Workshops durchzuführen.
- Broschüre in der Steiermark: 1000 Stück - wurden an 181 Hauptschulen, 50 Allgemeinbildende höhere Schulen und 62 Berufsbildende Mittlere und höhere Schulen versandt.
- Weiters wurden 22 Berufsschulen über unser Workshopangebot für Berufsschulen über feelok informiert.
- Im Herbst 2006 wurden alle für feelok-Workshops in Frage kommenden Schulen über den Landesschulrat Steiermark direkt zu feelok informiert.
- 2. Broschüre in der Steiermark: 500 Stück-Auflage - wird bei verschiedenen Gelegenheiten an interessierte LehrerInnen verteilt

Workshops 2006:

Datum	Ort	Teilnehmer-zahl	Ergebnis/Anmerkungen
19.1.2006	Fachschule für Ernährung und Hauswirtschaft – Maria Lankowitz	13 LehrerInnen	Fast der gesamte Lehrkörper nahm an der feelok-Schulung teil. Feedback war sehr positiv.
30.5.2006	Musik-Hauptschule Edelschrott	14 LehrerInnen	Beinahe der gesamte Lehrkörper nahm an der feelok-Schulung teil (angemeldet 15). Die Direktorin ist vor allem an ein GF-Projekt interessiert, weil es Sinn mache an die GVS anzuschließen.
21.6.2006	Sport-Hauptschule Bärbach	19 LehrerInnen	Der gesamte Lehrkörper nahm teil. Die Schulung fand zwischen Laptop-Schulung und gemeinsamen Teamausflug statt und dauerte daher nur eine Stunde. Die LehrerInnen sind von feelok beeindruckt und werden es – ihren Angaben nach - sicher im Unterricht verwenden.
26.9.2006	Ort: BRG Kirchengasse Veranstalter: LSR-Stmk./FI Reisinger	9 LehrerInnen aus verschiedenen Schulen der Steiermark	Der Workshop fand im Zuge der Auftaktveranstaltung des LSR zum Jahresschwerpunkt „Bleib´g´ sund“ statt. LehrerInnen aus der ganzen Steiermark konnten an verschiedenen Workshops an diesem Tag teilnehmen. Vor allem LehrerInnen des Fachbereichs Ernährung loben die Möglichkeiten von feelok.
19.10.2006	Ort: PI-Graz Veranstalter: Pädagogisches Institut Graz	18 LehrerInnen aus verschiedenen Schulen der Steiermark	Bei dieser 3-stündigen Nachmittagsveranstaltung waren HauptschullehrerInnen aus der ganzen Steiermark anwesend. Das Interesse an feelok war groß, die TeilnehmerInnen haben viele Fragen gestellt und waren sehr an den verschiedenen Themenbereichen interessiert.
14.12.2006	Hauptschule Fürstenfeld	8 LehrerInnen	Eine Gruppe sehr interessierter LehrerInnen war von feelok positiv beeindruckt und zeigte großes Interesse.

Geplante Workshops 2007:

26.1.2007: Voitsberg (Bezirkskonferenz zum Thema Gesundheit mit LehrerInnen aus verschiedenen Schulen)

12.3.2007: Feldbach (Bezirkskonferenz zum Thema Gesundheit mit LehrerInnen aus verschiedenen Schulen)

13.3.2007: Hauptschule Paldau (LehrerInnen-Workshop)

Fachstelle für Suchtvorbeugung, Koordination und Beratung - Fachbereich Suchtvorbeugung - Niederösterreich

Mitteilung von Katharina Waidmayr

- Im Schuljahr 2006/2007 wurde im Kalenderjahr 2006 1 Workshop mit 8 LehrerInnen durchgeführt.
- Im Rahmen des Welt-"Nichtrauchertages" gab es zahlreiche Workshops für Jugendliche in Kooperation mit der Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse. Im Jahr 2006 wurden 21 Workshops für Jugendliche durchgeführt, dabei konnten 1128 Personen erreicht werden.
- Grundsätzlich schicken wir Schulen, die Informationen über "feelok" haben wollen, die Broschüren zu und senden diese auch an Schulen, die allgemein Informationen über Projektangebote der Fachstelle haben möchten. Insgesamt wurden 266 Broschüren verteilt. Allerdings lässt sich nicht mehr ermitteln, welche Schulen die Broschüre bekommen haben.

kontakt+co - Tirol

Mitteilung von Gerhard Gollner

- Im Fachbereich Jugendarbeit haben sich vereinzelt Kontakte ergeben, bei denen Einzelpersonen über das Programm informiert worden sind.
- **Informationsveranstaltungen:** In der KW 41 haben vier Lehrerfortbildungsveranstaltungen im Zusammenhang mit der Verteilung der von uns im Auftrag des Landesschulrates entwickelten „tools4schools-Präventionsbox“ (siehe Beilage) stattgefunden. Da feelok in die Box integriert ist, wurde im Rahmen der Veranstaltungen auf das Programm und die diesbezüglichen Fortbildungsangebote eingegangen. Da an diesem Nachmittag auch eine Reihe anderer Inhalte zu behandeln war, mussten wir uns bei der Information auf einen Input im Umfang von ca. 10 min beschränken (125 + 4* Personen; Teilnehmerlisten siehe Beilage: die Originale mit den Unterschriften liegen beim Pädagogischen Institut des Landes Tirol auf).

Tabellarische Darstellung der Informationsveranstaltungen und Workshops

Informationsveranstaltungen (Produktvorstellung)

Datum	Ort	Teilnehmerzahl	Referent	Ergebnis/Anmerkungen
26.1.2006	Bezirkstagung der Jugendrotkreuz-Referent/innen Kufstein	ca. 70 Personen	Gebhard Perl	Kurzvorstellung 15min
18.9.06	POJAT (Plattform Offene Jugendarbeit Tirol) / IBK	24 Jugendarbeiter/innen	Gregor Hermann	Kurzvorstellung 30min
9.10.06	Einführungsveranstaltung Präventionsbox / Rastland Nassereith	31+1 Lehrer/innen	Gerhard Gollner	Kurzvorstellung 15min
10.10.06	Einführungsveranstaltung Präventionsbox / Kranebitter Hof - IBK	40 +1 Lehrer/innen	Gerhard Gollner	Kurzvorstellung 15min
12.10.06	Einführungsveranstaltung Präventionsbox / Alpenhotel Kitzbühel	44 +1 Lehrer/innen	Gerhard Gollner	Kurzvorstellung 15min
13.10.06	Einführungsveranstaltung Präventionsbox / HS Lienz Nord	10 +1 Lehrer/innen	Gerhard Gollner	Kurzvorstellung 15min

Workshops

Datum	Ort	Teilnehmerzahl	Referent	Ergebnis/Anmerkungen
9.1.06	HS Wildschönau	13	Gebhard Perl	Schulveranstaltung
18.1.06	HS Langkampfen	8	Gebhard Perl	Schulveranstaltung
25.1.06	PTS Brixlegg	5	Gebhard Perl	Schulveranstaltung
8.3.06	HS Kufstein	10	Gebhard Perl	Schulveranstaltung
15.3.06	LLA St.Johann	8	Gebhard Perl	Schulveranstaltung
18.10.06	Innsbruck, Pädagogisches Inst.	8	Gebhard Perl	zentrale Lehrer/innen- Fortbildung

promente-jugend - Kärnten

Mitteilung von Birgit Ebner

Datum	Schule	N	Anmerkungen
29.06.2006	HS Feistritz/Drau Bez. Villach-Land Hr. Dr. Stessel	3	3 Lehrer wurden zusammen mit insg. 56 Schüler ins Projekt eingeführt; Lehrer waren begeistert und haben vorgeschlagen nochmals eine Schulung mit mehr LehrerInnen dieser Schule durchzuführen – Dauer ca. 3 Stunden
19.10.2006	Bundesrealgymnasium Feldkirchen Hr. Direktor Unterberger	7	Workshop war sehr intensiv – LehrerInnen waren vorwiegend Religionslehrer und waren sehr angetan von den vielen Informationen – Rückmeldung war, dass es einige spontan mit einer Klasse ausprobieren wollen. Interesse evt. von Hr. Direktor Unterberger bezüglich Suchtprävention mit Fr. Dr. Drobesh ein Gespräch zu führen. Dauer 1,5 h
06.11.2006	Hauptschule Velden	24	Im Rahmen einer Konferenz wurde allen Lehrern feelok vorgestellt – Dauer 1 ½ h – die Technik machte etwas Schwierigkeiten; der Evaluationsbogen konnte nur von einigen TN geöffnet werden. Ich habe gebeten, dass die übrigen TN dies bitte privat ausfüllen sollen (ich glaube nicht dass es gemacht wird!!!!) WS verlief gut – die Teilnehmer waren alle im Programm und wir arbeiteten 2 Arbeitsblätter neben der P.P. Präsentation durch.
06.11.2006	Berufsschule Klagenfurt	8	Alles lief gut; großes Interesse einzelner Lehrer, die gleich Infomaterial sich ausdrückten. Dauer ca. 2 h
08.11.2006	HLW Spittal	9	Dauer 1 ¾ h, gute Präsentation, LehrerInnen waren vom Programm begeistert – alle füllten

			den Evaluationsbogen aus
13.11.2006	Berufsschule Völkermarkt	6	Dauer ca. 1,5 h; Hr. Dr. Kersche vom SOPED fuhr mit mir nach Völkermarkt; Flyer werden durch Hr. Dr. Kersche nachgereicht.
15.11.2006	Hauptschule 1, Wolfsberg	18	Dauer ca. 1,5 h; anstrengend da viele Teilnehmer; Ansprechpartner Direktor Umschaden – war auch dabei;
15.11.2006	Berufsschule, St. Veit	5	Dauer ca. 1,5 h; Ansprechpartner Fr. Panger von SOPÄD;
16.11.2006	Hauptschule 2, Wolfsberg	6	Dauer ca. 1,5 h; Direktor Morian Ansprechpartner
16.11.2006	HAK, Feldkirchen	6	Dauer ca. 1,5 h; (im Rahmen einer Konferenz) Direktor Olsacher;
28.11.2006	Hauptschule St. Andrä	31	4 Lehrkräfte, 1 Schuldirektor – 26 Schüler der 3. Klasse; habe das Programm mehr an die Jugendlichen angepasst – den Lehrern habe ich Extras erklärt (z.Bsp.: Beratungsstellen); Der Wunsch ging vom Hr. Direktor aus, dass eine Klasse dabei ist. Bei diesem WS konnte keine Evaluation durchgeführt werden, da Hr. Padline in diesem Zeitraum auf Urlaub war und der Termin sehr kurzfristig vereinbart worden ist.

Institution	Datum	N	Text
Suchtpräventionsstelle Bahnhofstr. Klagenfurt Netzwerk Suchtprävention	25.1.2006	12 TN	Das Team der Landesstelle Suchtprävention war anwesend + weitere Personen
Seminartage Suchtpräventionsstelle in Drobollach	4.4.2006	20 TN	Beratungslehrer aller Hauptschulen in Kärnten Ca. 2 h – Schwierig, da kein Internetzugang da war – habe ein Beispiel Stress in der Schule auf P.P.Präsentation gegeben!
Pro mente jugend	11. 5.2006	Ca. 45 TN	Reflexionstag für alle pro mente jugend Mitarbeiter
Dienstbesprechung für Berufsschulen	5.09.2006	25 TN	Berufsschuldirektoren des Landes Kärnten – Vorstellung von feelok im Rahmen der Vorstellung des Projekts „It`s my life“

Fachstelle für Suchtprävention - Burgenland

Mitteilung von Burgi Hausleitner

- Es wurden bisher 6 Schulungen mit ca. 20 LehrerInnen/Termin durchgeführt, wobei hier jeweils LehrerInnen aus verschiedenen Schulen teilnahmen. Hier wird feelok als Zusatz im Rahmen eines Tagesseminares zum Thema Suchtprävention vermittelt (Dauer: ca. 3 Stunden/Termin).
- Folder wurden an alle Hauptschulen und Polytechnischen Schulen (insgesamt ca. 100) im Burgenland verteilt.

PGA – Verein für prophylaktische Gesundheitsarbeit in Oberösterreich

Mitteilung von Roland Widowitsch

Ca. 2000 Broschüren wurden im Rahmen der Love-Tour, einem sexualpädagogischen Beratungsangebot für Jugendliche, an verschiedenen Schulen verteilt.

AVOS – Arbeitskreis für Vorsorgemedizin - Salzburg

Mitteilung von Monika Aistleitner

Es wurde eine LehrerInnen-Fortbildung mit 18 TeilnehmerInnen durchgeführt.
Weiters wurde feelok im Rahmen der VertrauenslehrerInnen-Ausbildung vorgestellt und im Forum Suchtprävention des Landes die Erweiterung (Alkohol) publik gemacht.

Wissenschaftliche Tätigkeit

Im Folgenden werden auf einen Blick die Forschungsarbeiten von feelok aufgelistet. Die Zusammenfassungen der Studien, die im Jahr 2006 veröffentlicht wurden, werden nachfolgend wiedergegeben. Das Kapitel endet mit der Liste der Abstracts, die im Rahmen von Kongressen vorgestellt wurden.

Überblick über die Forschungsarbeiten von feelok

feelok ist eine wertvolle Gelegenheit aufgrund einer konkreten Intervention die Kenntnisse im Internetbereich zu vertiefen. Desto intensiver war unsere Forschungstätigkeit rund um diese Anwendung. Bis heute wurden 7 Berichte über abgeschlossene Studien veröffentlicht. Die Titel:

- "Rauch- und Stressprävention bei Jugendlichen - Wissenschaftlicher Bericht (Jahr 2002)",
- "Wirksamkeitsstudie des Cannabisprogramms von feelok im schulischen Setting (Jahr 2004)",
- "Benutzerverhalten der feelok-Besucher/innen (2004)",
- "Evaluation der Implementierungsstrategien von feelok - Fokus: Pisspoint und feelok-Toilettenpapier (2005)",
- "feelok und Tschau.ch: wie beurteilen die feelok-Besucher/innen das Design der zwei Webangebote? (2006)",
- "Bewegungs- und Benutzerverhalten Jugendlicher dreier Schulklassen im Kanton Bern (2006)",
- "Erfassung des Profils der feelok-Besucher/innen - Von den methodologischen Überlegungen zu den Ergebnissen (2006)",

Weitere Studien sind zurzeit in Durchführung und ergänzen die Forschungstätigkeit von feelok. Dabei handelt es sich um (in Klammer wann der Bericht erwartet wird):

- eine internetbasierte Wirksamkeitsstudie des Rauchprogramms (2008-2009)
- die Beweggründe für und gegen die Verwendung von feelok von der Sichtweise der Multiplikatoren (2007-2008)
- die Beurteilung der Workshops und deren Wirkung für die Diffusion von feelok (2007-2008)
- die Beurteilung von feelok von der Perspektive der Beratungsstellen- und Fachstellenverantwortlichen (2007-2008), die wiederum Multiplikatoren von feelok sind oder sein könnten
- die Detailanalyse des Benutzerverhaltens in feelok (Fokus: der Bewegungstest von feelok)

Zusammenfassung der 2006 erschienenen Berichte

Im Folgenden werden die Zusammenfassungen der Studie wiedergegeben, deren Berichte im Jahr 2006 erschienen sind. Die jeweiligen Berichte kann man unter www.feelok.ch -> "Infos über feelok" herunterladen.

feelok und Tschau.ch: wie beurteilen die feelok-Besucher/innen das Design der zwei Webangebote?

- feelok ist ein internetbasiertes Gesundheitsförderungs- und Präventionsprogramm für Jugendliche im schulischen Setting, das die Themen Bewegung, Ernährung, Alkohol, Cannabis, Rauchen, Stress, Selbstvertrauen und Liebe/Sexualität behandelt. Die Institutionen, die das Programm unterstützen, sind die Universität Zürich, die Krebsliga Zürich, bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz, der Tabakpräventionsfond und zahlreiche andere Partner, die für die jeweiligen feelok-Programme zuständig sind
- tschau.ch ist ein internetbasiertes Informations- und Beratungs-Programm für Jugendliche im Freizeitbereich, das die Themen Sexualität, Übergriffe im Sport, Beziehungen, Wohlbefinden, Lebenswelt,

Schule + Job und Sucht + Drogen behandelt. tschau.ch ist ein Angebot von Pro Juventute mit der finanziellen Unterstützung von Gesundheitsförderung Schweiz und vom Bundesamt für Gesundheit (Stand April 2006).

- Im Rahmen einer einzigen Studie sollte das Design beider Programme beurteilt werden, was ein Vergleich der Ergebnisse ermöglicht und die Interpretation der Befunde erleichtert.
- Die Umfrage fand zwischen dem 21.2.2006 und dem 20.3.2006 statt. Während dieser Zeitperiode wurde die Startseite von feelok, die den Zugang zu den verschiedenen Themen ermöglicht mit einer neuen Seite ersetzt, in der sich die Besucher/innen entscheiden mussten, ob sie an der Umfrage teilnehmen möchten oder nicht. Im Rahmen der Umfrage wurden die Illustrationen über die verschiedenen Designs immer in der gleichen Sequenz präsentiert. Für jedes Bild konnten die Besucher/innen ihre Meinung in Bezug auf das Design der Illustrationen aufgrund einer sechs-stufigen Skala mitteilen und dazu noch - falls gewünscht - konnten sie einen Kommentar schreiben. Die Umfrage wurde insgesamt 872 Mal beantwortet. Die Rücklaufquote beträgt 8.5%. 56.5% der Beantwortenden waren Frauen, die Mehrzahl der Beantwortenden waren junge Menschen zwischen 13 und 18 Jahren (mehr dazu im Kap. 8).
- **Die wichtigsten Ergebnisse:**
 - o Eine knappe Mehrheit unserer Studienteilnehmer/innen (N=538*) hat für das aktuelle Design der Startseite von feelok (52%) und von tschau.ch (57%) eine positive Meinung geäußert. Etwa 64% der beantwortenden feelok-Besucher/innen hat das aktuelle Design des Bewegungsprogramms von feelok positiv beurteilt.
 - o Die Unterschiede zwischen den Alterskategorien und zwischen Frauen und Männern sind klein. Jedoch kann man behaupten, dass das aktuelle Design von feelok und tschau.ch mehr die Jugendlichen als die Erwachsenen anspricht und mehr die 12-15-Jährigen als die 16-22-Jährigen. Die Jungen äussern sich tendenziell kritischer als die Mädchen.
 - o Im Rahmen dieser Studie wurde auch ein neues Design für feelok vorgeschlagen und evaluiert. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass das neue Design ähnlich wie das Aktuelle beurteilt wird. Als Folge davon wurde entschieden, das Design von feelok unverändert zu lassen.
 - o Alle Ergebnisse und Details können im Kap. 10 gelesen werden.

**Ein Teil der Umfrageteilnehmer/innen hat nicht alle Designvorlagen beurteilt. In dieser Zusammenfassung werden nur die Ergebnisse von jenen vorgestellt, die alle Fragen beantwortet haben.*

feelok - wie sich das Projekt und Internetprogramm zwischen 1999 und 2005 entwickelt hat

Das Projekt „feelok“ existiert seit 1999, das Internetprogramm wurde erst Anfang 2002 lanciert. Verschiedene Phasen haben die Existenz von feelok charakterisiert. Erfolge und Stolpersteine, gute Zeiten und schwierige Situationen haben das Projekt begleitet.

In diesem Bericht wird die Geschichte von feelok zwischen 1999 und 2005 zum ersten Mal aus der Perspektive des Projektleiters erzählt. Dieser Erfahrungsbericht könnte besonders für jene interessant sein, die noch keine Projekterfahrung haben und aufgrund eines konkreten Beispiels erleben möchten, wie sich ein Projekt zwischen guten Zeiten und Hindernissen weiterentwickelt.

Bewegungs- und Benutzerverhalten Jugendlicher drei Schulklassen im Kanton Bern - Ergebnisse aus einer Pilotphase

- Zurzeit wird das Bewegungsprogramm von feelok mit einem neuen Modul erweitert, das körperlich aktive Jugendliche anvisieren wird (die erste Version des Bewegungsprogramms sprach nur körperlich ungenügend aktive Jugendliche an). Das neue Modul wird in Partnerschaft mit J+S entwickelt. Um die dazu notwendige Datengrundlage zu erheben, wurde diese Pilotstudie eingeleitet. Gleichzeitig hat man die Gelegenheit benutzt, um das Benutzerverhalten und die Einstellung der Studienteilnehmer/innen

feelok gegenüber zu erfassen und um zu untersuchen, wie die Jugendlichen mit den Arbeitsblättern von feelok umgehen.

- Die Pilotstudie hat am 8. März 2006 mit drei Schulklassen stattgefunden. Nach einer kurzen Einführung über Sinn und Zweck der Studie haben die Jugendlichen in einem ersten Schritt mit dem Energieverbrauchstest (EVT) gearbeitet. Jene, die gemäss EVT weniger als 1'500 Kilokalorien mit körperlichen Aktivitäten pro Woche verbraucht haben, wurden gebeten mit dem Bewegungsprogramm für Gemütliche von feelok zu arbeiten. Die anderen konnten entscheiden, ob sie mit dem Rauch-, Alkohol- oder Ernährungsprogramm arbeiten möchten. Alle Schüler/innen bekamen dazu noch ein Arbeitsblatt mit 1 bis 3 Fragen, deren Antworten sich in feelok befinden. Die letzten 10 Minuten haben die Studienteilnehmer/innen einen Evaluationsbogen ausgefüllt bzw. eine Reihe von Fragen über ihr Bewegungsverhalten beantwortet.
- **Im Folgenden werden die wichtigsten Ergebnisse in Kürze dargestellt:**
 - Insgesamt haben 58 Jugendliche an der Studie teilgenommen: die Hälfte davon war 13 Jahre alt, 21% war 14, 14% war 15 und die anderen waren 12, 16 oder 17 Jahre alt. Fast 60% der Studienteilnehmer/innen waren Mädchen und ebenso 60% besuchten die 7. Klasse (die anderen besuchten die 8. oder 9. Klasse).
 - Fast 50% der Mädchen haben das Thema „Ernährung“ und rund 65% der Knaben das Thema „Alkohol“ gewählt. Es zeigen sich also grosse Geschlechtsunterschiede in Bezug auf die Auswahl des Themas. 20% der Studienteilnehmer/innen haben sich spontan für das Thema „Rauchen“ entschieden.
 - feelok hat bei fast allen Studienteilnehmern/innen einen ziemlich bis sehr positiven Eindruck hinterlassen und fast alle Jugendlichen waren von der Glaubwürdigkeit der vermittelten Informationen überzeugt. Rund 70% haben die Inhalte des Programms als verständlich (die anderen als ziemlich verständlich), rund 60% als interessant (die anderen als ziemlich interessant) und ebenso 60% als nützlich (die anderen als ziemlich nützlich) beurteilt. Rund 90% zeigte eine (eher) positive Meinung für die graphische Gestaltung von feelok, obwohl man grosse geschlechtsspezifische Unterschiede verzeichnen muss: für die Mehrzahl der Mädchen ist feelok schön (oder genial), für die Mehrzahl der Knaben ist das Design von feelok in Ordnung („es ist ok“). Rund 1/3 der Studienteilnehmer/innen kennt keine weiteren mit feelok vergleichbaren Websites. Für die anderen ist feelok gleich gut (31%) oder besser (21%) als andere Webangebote (für 7% ist feelok schlechter). 30% der Studienteilnehmer/innen behauptet, dass sie feelok weiterempfehlen werden, 12% schliesst diese Möglichkeit aus und die anderen sind offen dafür und beantworten die Frage mit einem „vielleicht“.
 - Fast alle Studienteilnehmer/innen konnten gemäss Energieverbrauchstest als körperlich aktiv eingestuft werden und nur 4 davon (absoluter Wert) konnten keine sportliche Aktivität nennen, die sie betreiben. Insgesamt haben 54 Jugendliche 125 Sportarten genannt, mit denen sie sich beschäftigen, 30 Jugendliche üben sogar 3 Sportarten aus. Die häufigsten Sportaktivitäten sind „Snowboarden“ und „Schwimmen“. Im Durchschnitt betreiben die Jugendlichen die angegebenen Sportarten seit 4.6 bis 6 Jahren. 86% der Studienteilnehmer/innen sind mit ihren Sportarten zufrieden. Genannte Gründe, die dafür sprechen sind, das Zusammensein, die Freunde, den Spass, die Technik, den Einsatz, die Taktik, das Adrenalin, die Geschwindigkeit, die Natur, „Nerven los zu werden“, die Erfolgserlebnisse usw. 64% zeigt Interesse eine neue Sportart zu probieren. Neugier machen vor allem Aktivitäten wie Tennis spielen, surfen, tauchen, klettern, Eishockey, Basketball usw. 24% der Studienteilnehmer/innen ist in keinem Sportverein bzw. haben keinen Trainer. Von den anderen hat rund 41% das Bedürfnis dem Trainer oder dem Sportverein etwas mitzuteilen. Für diese Personen wäre ein entsprechendes Tool in feelok eventuell von Interesse.
 - Die Jugendlichen haben bewiesen, dass sie mit den Arbeitsblättern von feelok umgehen können und dass sie in der Lage sind, die Fragen dieses Arbeitsinstrumentes kurz und bündig zu beantworten.
 - Diese Pilotstudie hat die Realisierbarkeit des ausgewählten Designs bestätigt. Um die kleinen begegneten Schwierigkeiten zu überwinden, werden mögliche Vorschläge für seine Optimierung vorgeschlagen.

Erfassung des Profils der feelok-Besucher/innen

- Eine Reihe von Implementierungsstrategien hat die Bekanntmachung von feelok unterstützt und dazu geführt, dass heute (Mitte 2006) das Interventionsprogramm mehr als 1'000 Mal pro Tag besucht wird. Alle eingesetzten Implementierungsstrategien wurden 6 Kategorien zugeordnet: Weiterbildung, Werbungsmaterialien, Netzwerke, Medienarbeit, Vorträge/Präsentationen und Events/andere Massnahmen. Details dazu findet man im Kap. 4.
- Die Angliederung von feelok an ein Forschungsinstitut hat seine Evaluation gefördert. Verschiedene Studien zur Überprüfung von Teilaspekten von feelok wurden durchgeführt, einige davon bevor das Programm überhaupt lanciert wurde. Die Evaluationsanstrengungen werden weiterhin fortgesetzt und dieser Bericht stellt ein konkretes Beispiel dar. Kap. 5 beschreibt das Evaluationsmodell von feelok sowie die konzeptionelle Überlegung (siehe das Inanspruchnahmedreieck einer Intervention), die diese Studie eingeleitet hat.
- Zwischen Anfang 2002 und Mitte 2004 wurde feelok etwa 350'000 mal besucht. Aufgrund anderer Studien war uns schon damals bekannt, welche feelok-Programme wie häufig und wie lang verwendet werden (für mehr Informationen siehe www.feelok.ch/v1/start/inhalte/benutzerverhalten). Unklar war für uns dagegen, wer unsere erreichte Zielgruppe ist, d.h. wer mit feelok arbeitet. Um diese offene Frage zu beantworten, trafen wir die Entscheidung diese Studie durchzuführen.

Der einzige bekannte Weg, die Identität der Besucher/innen einer Website zu identifizieren, ist anhand eines Formulars eine Reihe von Fragen zu stellen. Ein langer Fragebogen erlaubt mehr Details zu erheben, führt aber wahrscheinlich zu einer schlechten Rücklaufquote. Um die Rücklaufquote zu optimieren, haben wir eine innovative Datenerhebungsmethode verwendet: die gestapelte Umfrage. Das Formular wurde in 19 Umfragen geteilt. (Fast) jede Umfrage beinhaltete drei unveränderliche Items (Alter, Geschlecht und korrekte Beantwortung der Fragen). Die anderen 1 bis 5 Items wurden dagegen in Abständen von 2 Wochen mit der Veröffentlichung der neuen Umfrage mit neuen Items ersetzt. Die Methode der gestapelten Umfrage wird auf Seite 21 beschrieben.

- Mit dieser Studie, die insgesamt fast drei Jahre Arbeit in Anspruch genommen hat, konnten 11 Fragestellungen beantwortet werden. **Im Folgenden werden die wichtigsten Befunde in Kürze vorgestellt.**
 - o Fragestellung 1 - Methodologische Fragestellung
Es war nicht möglich auf bestehende Literatur zurückzugreifen, um Hinweise über die Qualität der gestapelten Methode zu finden, weil sie eine Neuheit darstellt. Deswegen war es wichtig, diese Datenerhebungsstrategie zu testen, bevor sie eingesetzt wird. Dazu diente die erste Fragestellung dieser Studie. Die Ergebnisse zeigen, dass die internetbasierte gestapelte Umfrage zu einer brauchbaren Rücklaufquote führt (im Durchschnitt 9% bis 18% der Besucher/innen beantworten die Fragen spontan), dass die soziodemographischen Eigenschaften der Studienteilnehmer/innen im Rahmen der verschiedenen Umfragen ziemlich stabil bleiben und, dass gleiche Items in verschiedenen Umfragen ziemlich ähnlich beantwortet werden. Dies und weitere interessante methodologische Aspekte dieser Studie wie z.B. die Integration von Items der Smash-Studie in unserer Forschungsarbeit werden im Bericht erläutert.
 - o Fragestellung 2 - SES der Besucher/innen
85% der Besucher/innen von feelok sind junge Menschen zwischen 10 und 19 Jahren, wobei die 14- / 15-Jährigen deutlich überwiegen. Das Programm wird sowohl von Mädchen wie auch von Knaben besucht. Die Mehrzahl der Besucher/innen kommt aus der Schweiz und vorwiegend aus dem Kanton Zürich (Stand: Jahr 2004). Fast alle besuchen die Real-, die Sekundar- oder die Berufsschule bzw. das Gymnasium oder das 10. Schuljahr und leben mit beiden Eltern zusammen. Zwischen 19% und 29% der 13-15 jährigen Studienteilnehmer/innen ist übergewichtig.
 - o Fragestellung 3 - Erfolgreiche Implementierungsstrategien, Setting und Wiederbenutzung von feelok
Die Mehrzahl der Studienteilnehmer/innen hat feelok kennen gelernt und in der Schule verwendet,

weil die Lehrperson sie über das Programm informiert hat. Die Lehrpersonen sind also die wichtigsten Mediatoren für die Verbreitung des Programms. Die anderen Implementierungsmassnahmen sind deutlich weniger wirkungsvoll. Auch die Veröffentlichung in Zeitschriftartikeln hat praktisch keine oder höchstens eine sehr bescheidene Wirkung auf die Verwendung des Programms.

Im schulischen Setting bestimmt meistens die Lehrperson, mit welchem Thema von feelok die Jugendlichen arbeiten müssen. Wenn die Jugendlichen selbst feelok suchen, suchen sie meistens Informationen zu den Themen „Liebe & Sexualität“, „Rauchen“ und teilweise zum Thema „Kiffen“ (damals fehlten noch die Themen „Bewegung“, „Ernährung“ und „Alkohol“). Rund 40% der Besucher/innen verwendet das Programm zu Hause.

Rund 60%-70% jener, die die Umfrage beantwortet haben, hat feelok das erste Mal verwendet. Die anderen hatten feelok schon 2 oder mehrmals besucht.

- o Fragestellung 4 - Allgemeines Internetverhalten der feelok-Besucher/innen
Mehr als 80% der feelok-Besucher/innen können als regelmässige Surfer/innen bezeichnet werden, da sie Internet mindestens 1 Mal pro Woche verwenden. Unter diesen surft die grösste Mehrzahl mehrmals pro Woche im Netz. Ebenso bleibt fast 80% der feelok-Besucher/innen an den jeweiligen Tagen, an denen gesurft wird, 1 Stunde oder länger im Netz. Die feelok-Besucher/innen benötigen Internet vor allem um Informationen im Bereich „Freizeit“ und „Gesundheit, Sexualität, Medizin“ zu finden. Die Knaben auch um Beiträge im sportlichen Bereich und um pornographisches Material anzuschauen. Die Mädchen dagegen um für schulische Aufgaben Hilfe zu erhalten und um Beiträge über Filmstars und andere berühmte Persönlichkeiten zu finden.
- o Fragestellung 5 - Interessen der feelok-Besucher/innen
Die feelok-Besucher/innen zeigen ein breites Interesse für die verschiedenen Themen, die feelok - Version 2 anbietet (in der Version 2 von feelok fehlten noch die Themen „Bewegung“, „Ernährung“ und „Alkohol“). Vor allem das Thema „Liebe & Sexualität“ löst Interesse aus (60%), aber auch die Themen „Selbstvertrauen“ (40%), „Stress“, „Rauchen“ und „Kiffen“ (30%) werden von zahlreichen feelok-Besuchern/innen als interessant beurteilt. Nur für die Diskussionsforen und für das Programm „Internet für Anfänger/innen“ zeigten die jungen Besucher/innen von feelok ein geringes Interesse.
- o Fragestellung 6 - Die Lehrpersonen und feelok
Rund 60% der feelok-Besuche findet im schulischen Bereich statt. Im schulischen Bereich entscheiden meistens die Lehrpersonen, mit welchem Thema oder Themen von feelok die Jugendlichen arbeiten müssen. Das Thema, das die Lehrpersonen am häufigsten wählen, ist „Liebe und Sexualität“. Darauf folgen die Themen „Rauchen“, „Kiffen“, „Stress“, „Selbstvertrauen“ und „Internet für Anfänger/innen“ (damals standen die Themen „Bewegung“, „Ernährung“ und „Alkohol“ noch nicht zur Verfügung). Es gibt einige Diskrepanzen zwischen den Themen von feelok, die die Jugendlichen interessieren und der Programme, die die Lehrpersonen wählen (nur bei den 10-14 J. nicht).

Arbeitsblätter werden von 16% der Schulbesucher/innen verwendet und Gruppenarbeiten werden in 8% der Fälle eingesetzt. Viele Schulbesucher/innen bearbeiten die Inhalte von feelok, ohne von der Lehrperson weitere didaktische Instrumente oder Aufgaben zu erhalten.

- o Fragestellung 7 - Gesundheitsbezogene Themen (Fokus: Programme von feelok - Version 2)
Die feelok-Besucher/innen beurteilen ihre Gesundheit im Allgemeinen als gut. Nur rund 10% schätzt sie als mittelmässig oder schlecht ein. 95% der Mädchen und 88% der Knaben hat mindestens eine/n vertraute/n Freund/in, mit dem/der er oder sie über Probleme und Schwierigkeiten sprechen kann.

87% der 10-14 Jährigen raucht nie und 5.5% raucht täglich. 68% der 15-19 Jährigen raucht nie und 16.5% raucht täglich. Fast alle Raucher/innen denken nicht daran, in absehbarer Zeit mit dem Rauchen aufzuhören. Die Mehrzahl der Nicht-Raucher/innen glaubt nicht, in Zukunft mit dem Rauchen zu beginnen.

Rund 70% der Studienteilnehmer/innen kifft nie, rund 5% kifft jeden Tag. Fast alle 15-19 Jährigen, die kiffen, denken nicht daran in absehbarer Zeit mit dem Konsum aufzuhören. Die Mehrzahl der Nichtkonsumierenden denkt hingegen nicht, dass sie mit dem Konsum beginnen werden.

Etwa 2/3 der Besucher/innen, die die Fragen von feelok beantwortet haben, leidet manchmal bis häufig unter Stress. Vor allem Mädchen geben dieses Problem an. Zahlreiche Gründe werden als Stressverursacher erwähnt. Unter diesen: Prüfungen, schlechte Note, Hausaufgaben und Streit mit der Familie.

o Fragestellung 8 - Bedarfsanalyse für neue Themen

Viele feelok-Besucher/innen haben folgende Probleme und wären froh eine entsprechende Hilfe zu bekommen: „Schwierigkeit mit der beruflichen Zukunft“, „Schwierigkeiten mit den Eltern“, „Probleme mit dem Gefühlsleben“, „Schlafschwierigkeiten“, „Traurigkeit“, „Stress“, „Probleme mit der Schule/Arbeit“ und „Probleme mit der Ernährung“.

Mehr als die Hälfte der Studienteilnehmer/innen übt mindestens 2 Mal pro Woche eine sportliche Aktivität ausserhalb der Schule aus. Rund 10% treibt ausserhalb der Schule nie Sport. Die Mehrzahl der Jugendlichen geht mit den öffentlichen Verkehrsmitteln, mit dem Fahrrad oder zu Fuss zur Schule oder zur Arbeit. Die Mehrzahl der Mädchen fühlt sich (etwas) zu dick (gegen 1/3 der Knaben) und möchte abnehmen. 2/3 von jenen, die abnehmen möchten, haben einen angemessenen BMI, d.h. sie sind nicht übergewichtig.

Fast 1/3 der feelok-Studienteilnehmer/innen hatte in den letzten 12 Monaten einen Unfall, der behandelt werden musste. Dabei handelt es sich vorwiegend um Sportunfälle und Unfälle im Freizeitbereich. Weniger als 10% der Unfälle sind Verkehrsunfälle in irgendeiner Form.

Delinquente Verhaltensweisen wie „körperliche Gewalt“, „Diebstahl“, „Angriff von anderen Jugendlichen“ und „Zerstörung von Objekten“ sind zwischen den Studienteilnehmer/innen ziemlich verbreitet (zwischen 10% und 20%). Rund 2% der feelok-Besucher/innen haben im letzten Jahr einen Suizidversuch hinter sich.

o Fragestellung 9 - Liebe und Sexualität

Viele feelok-Studienteilnehmer/innen hatten noch keine sexuellen Erfahrungen (rund 60%). Dieser Anteil ist bei 15-19-Jährigen deutlich geringer (fast 50%) als bei den 10-14-Jährigen (70%). Die Mehrzahl von jenen, die schon sexuelle Kontakte hatten, hat diese Erfahrung mit wenigen Partnern erlebt (1 bis 4 Partner). Zurzeit haben die Mehrzahl der Studienteilnehmer/innen aber keine/n Partner/in (mehr als 63%). Beim Geschlechtsverkehr verwenden mehr als 60% der Besucher/innen immer oder häufig Kondome.

o Fragestellung 10 - Beteiligung der Besucher/innen im Design-Entwicklungsprozess von feelok

Keine Zeichnung, die an unserem Wettbewerb teilgenommen hat und aufgrund dessen Ergebnissen wir dem entsprechenden Autor einen Auftrag gegeben hätten, hat die ganze Zielgruppe überzeugt. Alle Zeichnungen haben eine ähnliche Anzahl von positiven, neutralen und negativen Rückmeldungen erhalten. Es zeigt sich zudem, dass es für die Zielgruppe keine grosse Rolle spielt, ob eine Website von Photos oder Comics begleitet ist. Im Zweifelsfall scheint es aber besser, Photos einzusetzen.

o Fragestellung 11 - Eine Rückmeldung für die Präventionsleute

Im Rahmen der letzten Fragestellung haben wir versucht, den Dialog zwischen der Zielgruppe und den Fachpersonen zu fördern. Wir haben die Jugendlichen gefragt, was sie den Präventionsleuten mitteilen möchten. Die Rückmeldungen sind so unterschiedlich, dass man sie nicht in wenigen Worten zusammenfassen kann.

Kongressbeiträge

Beiträge wurden an folgenden zwei Kongressen vorgestellt:

Can inactive and partially active young people be reached through an internet programme to promote physical activity?

Padlina, O. - Gerda Jimmy - Brian Martin

Swiss Federal Institute of Sports Magglingen, Swiss Federal Office of Sports

Institute of Social and Preventive Medicine, University of Zurich

11th annual Congress of the EUROPEAN COLLEGE OF SPORT SCIENCE 05-08 July LAUSANNE 2006 - Switzerland

A multi-institutional approach to maintaining an internet based health promotion programme for young people in Switzerland (2004 – 2006)

Padlina, O. - Gerda Jimmy - Brian Martin - Georg Bauer

Institute of Social and Preventive Medicine, University of Zurich

Swiss Federal Institute of Sports Magglingen, Swiss Federal Office of Sports

14th European Conference on Public Health 16-18 November 2006 Montreux - Switzerland

Beide Abstracts können unter www.feelok.ch -> "Infos über feelok" heruntergeladen werden.

Finanzierung

Im Folgenden wird die finanzielle Situation von feelok zwischen 1999 und 2007 in Kürze beschrieben bzw. werden die Strategien für die weitere Finanzierung des Projektes mitgeteilt. Ebenso werden die Institutionen erwähnt, die das Projekt oder Teilaufgaben des Projektes finanziell unterstützen.

Überblick 1999-2007

Seit 1999 bis 2007 wurde das feelok-Projekt 4 Mal substanziell finanziell unterstützt. Das erste Mal von der Krebsliga Zürich (SFr. 825'000.--), das zweite Mal von der Baugartenstiftung (SFr. 62'000.--), das dritte Mal von b+g Netzwerk Schweiz (SFr. 70'000.--) und das letzte Mal vom Tabakpräventionsfonds (SFr. 430'000.--).

Insgesamt hat feelok bis heute einen Gesamtbetrag von rund SFr. 1'400'000.-- beansprucht, das heisst rund SFr. 175'000.-- pro Jahr gekostet.

Das Internetprogramm wurde erst im Jahr 2002 lanciert und die Anzahl Besucher/innen hat kontinuierlich zugenommen. Im Jahr 2002 wurde feelok 80'000 Mal besucht, im Jahr 2006 jedoch 350'000 Mal (abgerundete Zahlen).

Abb. 22 zeigt den *kumulierenden* Verlauf der feelok-Kosten bzw. die Anzahl Besucher/innen zwischen 1999 und 2007. Die Y-Achse hat zwei Bedeutungen: für die blaue Linie entsprechen die Zahlen den Schweizern Franken und für die grüne Linie der Anzahl Besuche.

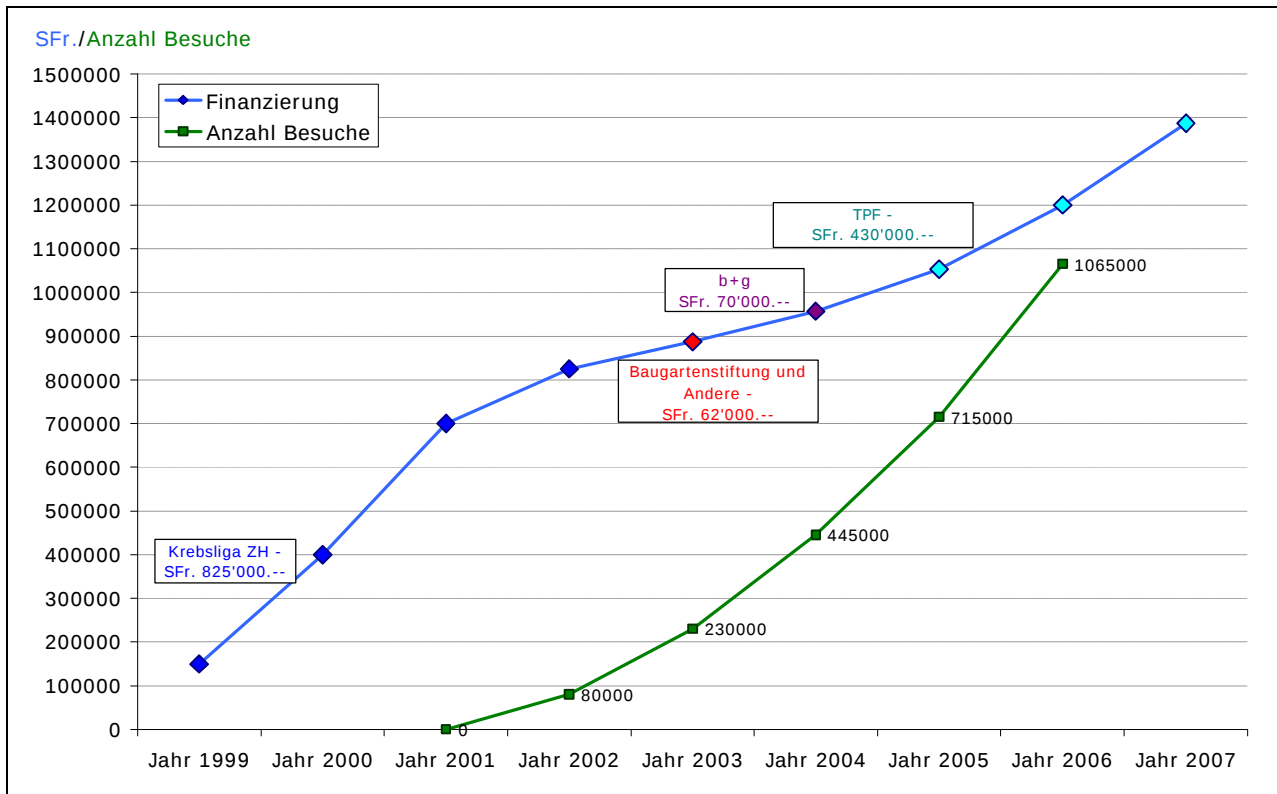


Abb. 22: Kumulierender Verlauf der Kosten und der Besuche im Rahmen von feelok zwischen 1999 und 2007. Die blaue Linie zeigt den kumulativen Verlauf der Kosten und die grüne Linie den kumulativen Verlauf der Anzahl Besuche. Ab 2007 wird jeder Besuch weniger als SFr. 1.-- kosten.

Finanzierung von feelok ab Jahr 2007

Bis Mitte 2007 ist die Existenz von feelok durch die finanzielle Unterstützung vom Tabakpräventionsfonds (TPF) sichergestellt. Bis spätestens April 2007 wird dem TPF ein neues Gesuch gestellt, um bis Mitte 2010 die weitere Existenz des Projektes und der Intervention sicherzustellen. Eine vollständige Ablehnung des Gesuches hätte deutlich negative Auswirkungen für feelok und würde womöglich die Intervention, wie sie heute aussieht, in Frage stellen.

Als Ergänzung zum TPF wurde die Firma Kampagnenforum GmbH im 2006 von feelok beauftragt, für das Projekt Sponsoringarbeit zu leisten. Insgesamt hat Kampagnenforum einen Betrag von SFr. 15'000.-- für diese Arbeit erhalten. Bis Ende 2006 wurden an 23 Firmen und Stiftungen (z.B. Coop, Ernst Göhner Stiftung, Die Mobiliar, Winterthur Versicherung, Helvetia Patria Versicherungen) entsprechende Gesuche weitergeleitet. 12 Gesuche wurden negativ beantwortet, die anderen sind noch offen. Die Sponsoringarbeit wird im Jahr 2007 für eine gewisse Zeit fortgesetzt. Die Aussichten auf Erfolg sind aber bescheiden.

Strenge Kriterien bestimmen, welche Firmen als potentielle Sponsoren wahrgenommen werden. Dies wiederum, weil wir mit feelok die Jugendlichen im schulischen Bereich ansprechen. Deshalb haben die Firmen keine Möglichkeit, in feelok Werbung für eigene Produkte zu machen. Diese Restriktionen sind notwendig, da wir nicht möchten, dass feelok als Plattform benutzt wird, um Botschaften zu vermitteln, die wir nicht vertreten können und zweitens auch nicht als Kanal, um in den Schulen Werbung zu machen.

Andererseits reduzieren diese Restriktionen womöglich die Bereitschaft potentieller Sponsoren, feelok zu finanzieren.

Langfristige Vision für die Finanzierung von feelok

Es ist anzunehmen, dass die Finanzierung von feelok auch in Zukunft ein Thema bleiben wird. Trotzdem überlegen wir mögliche Strategien, um mindestens Teilaufgaben des Projektes zu finanzieren. Dazu gehört auch die Entwicklung neuer Funktionen und Dienstleistungen für die Schulen (nicht für die Jugendlichen), die kostenpflichtig sein könnten.

Andere Massnahmen, z.B. dass die feelok-Partner das Projekt finanziell unterstützen oder die Eingliederung von feelok in eine Institution, die die Kosten abdeckt, betrachten wir aufgrund unserer Erfahrung zurzeit als wenig realisierbar.

Zusätzliche Finanzierungsquellen

Bestimmte Dienstleistungen von feelok werden von externen Institutionen finanziert. Die finanziellen Mittel fliessen nicht ins Konto von feelok, sondern die Ressourcen werden direkt eingesetzt, um die Aufgaben der teilweise externen Mitarbeiter/innen zu finanzieren.

Besonders bemerkenswert sind die Beiträge folgender Institutionen:

- Jugend+Sport (BASPO) finanziert die Entwicklung des Sportprogramms von feelok
- Die Baugartenstiftung finanziert das Programm zum Thema "Suizid"
- Ausgewählte Implementierungsmassnahmen im Kanton Zürich werden vom ISPMZ - Abteilung Gesundheitsförderung finanziert.

Weiterentwicklung Jahr 2007

Im Folgenden werden die Neuheiten von feelok für das Jahr 2007 vorgestellt:

Lancierung der aktualisierten feelok-Programme

Die alten feelok-Programme werden im Jahr 2007 nach einer aufwändigen Aktualisierungsarbeit lanciert. Eine Mitarbeiterin des feelok-Teams überprüft in enger Zusammenarbeit mit den jeweiligen Fachpersonen, alle Texte der alten feelok-Programme, schreibt sie teilweise neu, entfernt alte Themen und fügt neue Bereiche ein. Im Folgenden werden die Hauptthemen der jeweiligen aktualisierten Programme aufgelistet sowie, welche Fachpersonen die Entwicklung unterstützen:

- *Das neue Stressprogramm*
«Stress: Wo stehe ich?», «Stress in der Schule», «Vom Unterricht profitieren und Prüfungsstress mildern», «Aggressivität, Mobbing und Gewalt», «Familie», «Freizeit», «Relaxen/Entspannen», «Nein sagen lernen», «Schlafprobleme» und «Psychologische Tipps für den Alltag»
In Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Urs Peter Lattmann von der Fachhochschule Aargau Nordwestschweiz
- *Das neue Selbstvertrauenprogramm*
In Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Urs Peter Lattmann von der Fachhochschule Aargau Nordwestschweiz
- *Das neue Programm „Liebe und Sexualität“*
«Liebe und Beziehung», «Der Körper verändert sich», «Der weibliche Körper und die Lust», «Der männliche Körper und die Lust», «Deine Sexualität erleben», «HIV/Aids und sexuell übertragbare Krankheiten», «Verhütung, Schwangerschaft, Menstruation», «Schwule und Lesben», «Pornografie und Prostitution» und «Sexuelle Ausbeutung».
In Zusammenarbeit mit Sidonja Jehli von Amorix (Aids-Hilfe Schweiz und die Schweizerische Stiftung für sexuelle und reproduktive Gesundheit in enger Zusammenarbeit mit der Berner Gesundheit und dem Kinderschutz für ausgewählte Module)
- *Das neue Cannabisprogramm*
«Allgemeine Informationen zum Thema Cannabis», «NichtkifferInnen», «Neugierige», «Gelegenheitskiffende», «Kiffende», «Kiffende mit Bedenken» und «Ex-Kiffende».
In Zusammenarbeit mit Vigeli Venzin und Fehr Susanne Denise von der Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung des Kantons Zürich

Die neuen Programme werden die Bedürfnisse der Jugendlichen und der Schulen mit Sicherheit besser ansprechen, als die alten Anwendungen. Abb. 23 zeigt das Beispiel des Moduls "Stress in der Schule", wie es Anfang 2007 ausgesehen hat und Abb. 24, wie es in Zukunft aussehen wird.



Abb. 23: Das Modul "Stress in der Schule" (alte Version)

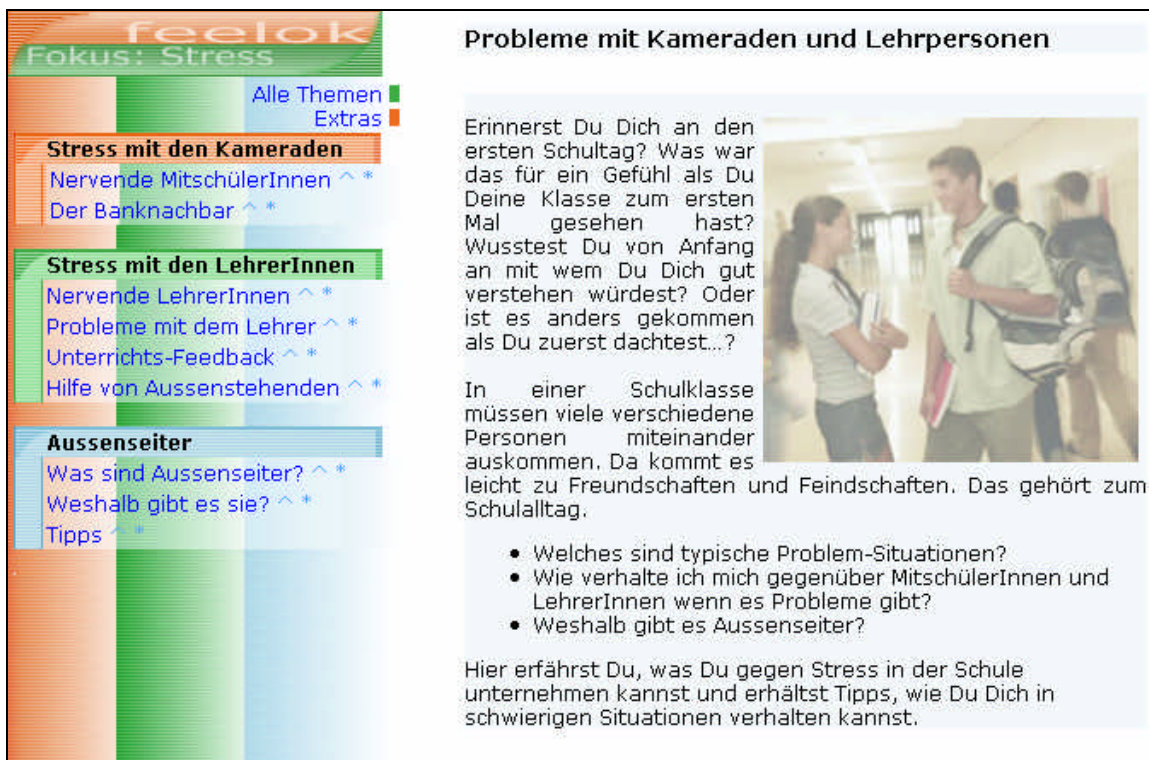


Abb. 24: Das neue Modul "Probleme mit Kameraden und Lehrpersonen" (Vorschau). Die Themen des alten Moduls (Abb. 23) mit Beschriftung "Tipps beim Arbeiten" wurden in der neuen Sektion von feelok «Vom Unterricht profitieren und Prüfungsstress mildern» integriert.

Lancierung der neuen feelok-Programme

Zurzeit werden drei neue Programme zu den Themen "Sport", "Suizid" und "Arbeit" entwickelt.

Das Sportprogramm (Lancierung: 2007-2010)

In den Jahren 2007-2010 wird Schritt um Schritt das neue Bewegungsmodul von feelok für aktive Jugendliche lanciert (auch Sportprogramm genannt), in dem J+S zurzeit bemerkenswerte Ressourcen investiert. Das neue Bewegungsmodul wird folgende Elemente beinhalten:

- Ein Sportinteressenbarometer (SIB)
Mit diesem „Test“ können die Jugendlichen erfahren, für welche Sportarten sie ein besonderes Interesse haben. Wenn sie das Testergebnis erhalten, können sie
- die Clips-Datenbank der Sportarten von J+S herunterladen.
Alle Sportarten von J+S werden am Bundesamt für Sport von der Abteilung "Medien und Kommunikation" gefilmt und in Form von Videoclips zur Verfügung stehen. Mit anderen Worten, falls ein feelok-Besucher Informationen zum Thema „Schwimmen“ erhalten will, wird er einen entsprechenden Video-Clip dazu plus weitere Details zur gewählten Sportart herunterladen können. Mit den Video-Clips möchten wir Emotionen auslösen und die Besucher/innen dazu bringen, die jeweilige Sportart zu auszubüben. Möchte sich der Besucher in einem entsprechenden Sportverein anmelden oder schnuppern gehen, kann er
- seine Ortschaft auswählen und bekommt die vollständige Liste der J+S-Sportvereine im jeweiligen Dorf oder Kanton, die sich mit der ausgewählten Sportart beschäftigen (Abb. 25).

Die offizielle Adresskartei der Sportvereine
für Jugendliche in der Schweiz

feelok

Jugend und Sport



Über den Sportverein - Folgende Informationen sind für die Besucher/innen von feelok zugänglich

Felder mit einem ° sind Pflichtfelder

Bezeichnung des Sportvereines°
 Schreiben Sie die Bezeichnung des Sportvereines. *Beispiel: Volleyball - Club Corippo*

Offizielle Website des Sportvereines
 Falls der Sportverein eine offizielle Website hat, schreiben Sie hier die Webadresse (ohne http://).
Beispiel: www.volleyball-corippo.ch
 http://

Ortschaft der Aktivität/en°
 Geben Sie an, in welcher Stadt oder Dorf der Sportverein ansässig ist bzw. wo die Haupt-Aktivität stattfindet.

Kanton/Bundesland°
 Geben Sie an, in welcher Kanton oder Bundesland der Sportverein ansässig ist.

Abb. 25: Maske für die Sportvereinverantwortlichen (meistens J+S-Coach), um die Angaben der Sportvereindatenbank von feelok und von Jugend+Sport zu aktualisieren (Vorschau)

Die Erweiterung des Bewegungsprogramms mit dem neuen Modul ist nicht nur aus inhaltlichen Gründen von Interesse. Ebenso spannend ist die Integrierung von feelok in den didaktischen Strukturen von J+S. Alle J+S-Leiter/innen werden in Zukunft über feelok informiert, was wiederum die Verbreitung der Anwendung bei den Jugendlichen zunehmend fördernd könnte. Die SMASH-Studie² konnte zudem beweisen, dass mehr als die Hälfte der befragten Knaben und rund 30% der befragten Mädchen Internet benutzen, um Informationen im sportlichen Bereich abzuholen. Ein neues Sportprogramm in feelok verspricht so, dieses breite Segment von Jugendlichen anzusprechen, was die Anzahl der täglichen Besucher/innen positiv beeinflussen könnte.

Das Programm zum Thema "Suizid" (Lancierung: 2007)

Ebenso wird zurzeit das Programm zum schwierigen Thema des "Suizides" entwickelt: (in Zusammenarbeit mit der Psychiatrischen Universitätsklinik {PUK} Zürich (Klinik für Soziale Psychiatrie und Allgemeinpsychiatrie ZH West) und mit dem Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich {FSSZ} (Mitglied von Ipsilon, dem Dachverband der Vereine und Institutionen, die im Bereich „Suizidprävention“ tätig sind). Das Programm wird von der Baugartenstiftung finanziert.

Das Programm zum Thema "Arbeit" (Lancierung: 2007)

feelok erreicht vorwiegend Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren. Dies wiederum ist ein wichtiger Lebensabschnitt, in dem unter anderem die eigene berufliche Entwicklung entschieden wird. Zu diesem Zweck wird im Jahr 2007 ein neues Programm lanciert, das sich spezifisch mit diesem Thema beschäftigt: das "Job-Programm". Diese Sektion von feelok beschäftigt sich mit folgenden Inhalten: wie man den richtigen Beruf bzw. eine Lehrstelle findet, was man unternehmen kann, wenn man in der Lehre

² Bericht "Narring, F. et al (2002). Gesundheit und Lebensstil 16- bis 20-Jähriger in der Schweiz (2002)"

Schwierigkeiten begegnet (inkl. sexuelle Belästigungen) und welches die Rechte und Pflichten der Lehrlinge sind. Im Job-Programm wird auch ein Berufseignungstest angeboten, der mit der Website berufsberatung.ch verbunden wird. Mit diesem Test erfahren die Jugendlichen, für welche Arbeit sie Interesse haben könnten und sie bekommen über jede Arbeit zusätzliche Informationen, wie die dazu gehörenden Schulen, die zu erfüllenden Voraussetzungen, usw.

Das Job-Programm wird in Zusammenarbeit mit berufsberatung.ch entwickelt.

Das neue Video-Programm von feelok - Die Videoportraits von Jugendlichen

Wir leben in einer multimedialen Gesellschaft. Jugendliche sind es eher gewohnt, mit Videos und Sounds umzugehen als mit langen Texten. Dies wiederum ist eine grundsätzliche Schwierigkeit von feelok, da unsere Intervention neben zahlreichen interaktiven Elementen immerhin auch viele Texte anbietet.

Desto mehr freuen wir uns im Jahr 2007 in feelok ein neues Programm zu integrieren, das nur aus Video-Clips besteht. Insgesamt werden in feelok mindestens 10 Videos integriert. Jeder Clip stellt das Portrait einer jugendlichen Person dar. Neben der Weltanschauung der interviewten Person werden auch gesundheitsrelevante Themen angesprochen. Auf die jeweiligen feelok-Programme kann entsprechend verwiesen werden. Dieses Programm wird feelok ein neues Gesicht geben und wir gehen von der Annahme aus, dass diese Clips einige Jugendliche dazu bringen wird, sich auch mit den anderen Inhalten von feelok auseinanderzusetzen.

Die Videoclips werden von ANNE VOSS FILM gestaltet und vorwiegend von Gesundheitsförderung Schweiz finanziert.

Erweiterung des Netzwerkes von feelok

Wir planen eine Erweiterung des Netzwerkes von feelok mit neuen Partnern: Dies wiederum weil einige Programme (Sexualität, Stress) so komplex sind, dass vermutlich keine Institution in der Lage ist, wirklich alle Themen abzudecken und andererseits, weil in Zukunft in feelok neue Themen integriert werden. Je mehr Institutionen im feelok-Netzwerk integriert werden, die das eigene Modul bzw. Programm bekannt machen, desto grösser ist das Diffusionspotential für die Intervention.

Das neue Handbuch für Lehrpersonen

Die alte Version des Handbuches von feelok soll mit einer neuen ersetzt werden: kürzer, einfacher und vor allem praxisorientierter. Die Lehrpersonen interessieren sich z.B. wenig für alle technischen Besonderheiten von feelok und für die psychologischen Modelle, die hinter feelok stehen. Viel mehr möchten sie wissen, wie sie das Programm mit den Schülern/innen einsetzen können. Zu diesem Zweck fragen wir im Rahmen jedes Workshops die Lehrpersonen, wie sie feelok mit den Schülern/innen verwenden würden. Die originellen Ideen, die wir so sammeln, werden im neuen Handbuch integriert. Das neue Handbuch wird bis Ende 2007 unter www.feelok.ch für das Download zur Verfügung stehen.

Erweiterung der Fachstellendatenbank

Zurzeit beinhaltet die Fachstellendatenbank von feelok vorwiegend Adressen vom Kanton Zürich und von Österreich. Diese Situation möchten wir in Zukunft so rasch wie möglich und sofern finanzierbar ändern. Zu

diesem Zweck wird ein/e Mitarbeiter/in angestellt, mit der Aufgabe mit Hunderten von Fachstellen in der Deutschschweiz Kontakt aufzunehmen. Das langfristige Ziel ist, dass (fast) alle Fachstellen der Deutschschweiz, die den Jugendlichen ihre Dienstleistungen anbieten, in unserer Datenbank gespeichert sind und dass die Angaben zum grössten Teil aktuell sind.

Die erste feelok-Tagung

Fürs Jahr 2007 ist die erste feelok-Tagung geplant. Wir beabsichtigen alle Partner an einen Tisch zu bringen, um mögliche gemeinsame Projekte zu diskutieren. Dazu gehört das anspruchsvolle Projekt der Entwicklung eines "Lehrpersonen-Center" von feelok mit einer Reihe von spannenden Modulen. Sowohl die Tagung wie auch die damit verbundenen Projekte sind aber noch nicht finanziell abgesichert.

Weitere Informationen

Viele Informationen können unter www.feelok.ch heruntergeladen werden. Für Detailfragen können Sie selbstverständlich jederzeit mit dem Projektleiter (opadlina@access.unizh.ch) oder mit der Projektmitarbeiterin (tina.hofmann@ifspm.unizh.ch) Kontakt aufnehmen.

Die Kontaktadresse

Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich
feelok / OP
Hirschengraben 84
8001 Zürich

Dr. Phil., MPH Oliver Padlina, 1.2.2007