

feel-ok

Jahresbericht 2017

Grusswort und Kontaktadressen	3
feel-ok auf einen Blick	4
Rückblick 2017	5
Ausblick 2018	10
Trägerschaften und Team	15
Netzwerk	18
Nutzung der thematischen Angebote	22
Nationale und regionale Nutzung	28
INFO QUEST, INFO SUCHE und SPRINT	31
Arbeitsblätter und Bestellungen	32
Perspektive feel-ok 2017 – 2021	33

Grusswort und Kontaktadressen

Mit unserem Jahresbericht informieren wir Sie über Angebote, die im Jahr 2017 auf feel-ok lanciert wurden und über Neuerungen im Jahr 2018. Weiter erfahren Sie, welche Institutionen sich im letzten Jahr fachlich, finanziell oder durch anderweitige Unterstützung an der Weiterentwicklung und Bekanntmachung der Web-Plattform beteiligt haben. Zudem haben wir die Nutzung von feel-ok.ch, feel-ok.at und feelok.de im Jahr 2017 erfasst.

Bei Fragen oder Anliegen zögern Sie bitte nicht, Kontakt mit uns aufzunehmen.

Wir bedanken uns an dieser Stelle herzlich bei allen Institutionen, Unterstützern, Fördergebern und Kollegen/-innen, die feel-ok im Jahr 2017 ermöglicht und durch ihr Wissen und Engagement weitergebracht haben.

Den Jahresbericht feel-ok 2017 finden Sie als PDF-Datei auf www.feel-ok.ch/infos-jahresberichte

RADIX

feel-ok.ch
Pfingstweidstrasse 10
8005 Zürich
padlina@radix.ch
+41 78 862 27 79

Styria vitalis

feel-ok.at
Marburger Kai 51/3,
8010 Graz
feelok@styriavitalis.at
+43 316 82 20 94 56

Baden-Württembergischer Landesverband für Prävention und Rehabilitation gGmbH

feelok.de
Renchtalstraße 14,
77871 Renchen
sina.klotter@bw-lv.de
+49 7851-99477915

feel-ok auf einen Blick

feel-ok unterstützt junge Menschen seit 2001 dabei, ihre Lebenskompetenz zu fördern. Jugendliche werden von feel-ok unterstützt

- bei der Berufswahl, bei beruflichen Schwierigkeiten, bei der Förderung der Medienkompetenz und der Jugendrechte,
- bei der Förderung des Selbstvertrauens, eines gesunden Umgangs mit Stress, einer verantwortungsbewussten Sexualität und bei der Gestaltung von respektvollen Beziehungen,
- bei der Förderung der körperlichen Aktivität, eines gesunden Körpergewichts und einer ausgewogenen Ernährung,
- bei der Vermeidung von Gewalt, Suizid und Vorurteilen sowie Prävention von Lärm,
- bei psychischen Störungen, wie Depression, Essstörungen und Zwangsverhalten,
- bei Suchtproblemen wie Alkohol, Cannabis, Tabak, Onlinesucht und Glücksspiel.

feel-ok bietet auch Inhalte für Multiplikatoren/-innen (z.B. Lehrpersonen) und für Eltern:

- Multiplikatoren/-innen finden auf feel-ok Inhalte und Empfehlungen zu den Themen Früherkennung und Frühintervention, Smartdrugs und Klassenmanagement.
- Für Eltern von Jugendlichen ist feel-ok ein Ratgeber im Themenbereich Erziehung und Beziehung, psychische Belastungen und Onlinesucht.

feel-ok ist ein einzigartiges Angebot: Es gibt keine andere Plattform mit dieser Themenbreite und -tiefe, welche zugleich verschiedene Zielgruppen, Methoden (z.B. Videos, Tests, Spiele) und Arbeitsblätter (auch in Verbindung mit dem Lehrplan 21) anbietet, mit denen man auf jugendgerechte und kreative Art Gesundheitsinhalte bearbeiten kann.

Zurzeit (Ende 2017) bieten fünf Kantone Jugendlichen, Lehrpersonen, weiteren Multiplikatoren und Eltern eine regionale Version von feel-ok.ch an (ZH, ZG, SO, TG, SG). In weiteren Kantonen ist eine vergleichbare Lösung in Abklärung. Die kantonalen Versionen stellen spezifische Informationen zu lokalen Angeboten, Veranstaltungen und Fachstellen zur Verfügung. Gleichzeitig bieten sie alle Inhalte und Dienstleistungen der Plattform feel-ok.ch an.

Zahlreiche renommierte Organisationen pflegen das inhaltliche Angebot der Webplattform. Sie werden namentlich auf feel-ok.ch/info-netzwerk aufgelistet.

Von Beginn weg wurde die Entwicklung von feel-ok als damaliges Interventionsprogramm der Universität Zürich von einer intensiven Forschungstätigkeit begleitet. Zwei Wirksamkeitsstudien belegen, dass die Nutzung von feel-ok das Konsumverhalten von Jugendlichen positiv beeinflusst. Alle Studien können unter feel-ok.ch/infos-berichte heruntergeladen werden.

Rückblick 2017

Die drei feel-ok-Plattformen sind im Jahr 2017 gewachsen. In diesem Kapitel nennen wir die wichtigsten Neuheiten in Kürze.

Lehrplan 21

Welche Instrumente von feel-ok.ch können für die Ziele des Lehrplans 21 eingesetzt werden?
Die Antwort dazu auf feel-ok.ch/lehrplan21

Jugendrechte

Die Rechte von Jugendlichen, die in der Schweiz leben, werden mit einfachen Beispielen erklärt. Ein gemeinsames Projekt mit Pro Juventute.

- Für Jugendliche: feel-ok.ch/jugendrechte
- Arbeitsblätter für die Schule: feel-ok.ch/+jugendrechte

Psychische Störungen

Jugendliche erklären ohne Fachjargon psychische Erkrankungen, die relativ oft in der Bevölkerung vorkommen. Ein Projekt, das vom IKS ermöglicht wurde.

- Für Jugendliche: feel-ok.ch/ps-stoerung
- Arbeitsblätter für die Schule: feel-ok.ch/+ps-stoerung

Vorurteile

Noha (22) hat Trisomie 21, Fabienne (33) ist gehörlos, Jenni (24) ist seit Geburt HIV-positiv und Mikele (18) ist ein Flüchtling aus Eritrea. Menschen erzählen von ihren Geschichten und machen andere Menschen auf ihre Vorurteile aufmerksam: feel-ok.ch/videos-vorurteile-01

CBD

Cannabis mit geringem THC wird zunehmend in verschiedenen Produkten eingesetzt. feel-ok.ch klärt ab: feel-ok.ch/tabak-cbd

Thema Rauchen für Tempo-Leser/-innen

27 Fragen und kurze Antworten dazu zum Thema Tabak mit der fachlichen Unterstützung der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz: feel-ok.ch/diesesjenes-rauchen

Der Such-Profi

Zur Förderung der Medienkompetenz Jugendlicher... und von Erwachsenen wurde das Modul «Der Suchprofi» auf feel-ok.ch/webprofi-ferrari in Zusammenarbeit mit der Pädagogischen Hochschule Schwyz mit nützlichen Praxistipps erweitert.

Onlinesucht für Eltern

Fast alle Eltern mit onlinesüchtigen Kindern stossen an ihre Grenzen. Viele fühlen sich allein gelassen und ohnmächtig. Der Austausch mit anderen Eltern von onlinesüchtigen Jugendlichen sowie der Rat von Fachpersonen hilft, diese Ohnmacht zu durchbrechen. Das Projekt wurde in Zusammenarbeit mit ZHAW Angewandte Psychologie und mit dem Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssuchte realisiert: feel-ok.ch/onlinesucht

Smart Drugs (Inhalte für Lehrpersonen)

Jahr 2014 hat eine Studie gezeigt, dass verschreibungspflichtige Medikamente zur kognitiven Leistungssteigerung von einem bedeutsamen Prozentsatz Jugendlicher genutzt werden. Am häufigsten wurden dabei Methylphenidat, Schlaf- und Beruhigungsmittel sowie Antidepressiva verwendet. Aus diesem Grund wurde feel-ok.ch/+smartdrugs zusammen mit der Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs mit dem Thema Neuro-Enhancer erweitert.

Multithematische Arbeitsblätter

Die ersten themenübergreifenden Arbeitsblätter von feel-ok.ch sind online:
feel-ok.ch/+mehrereThemen

Aktualisierte und neue Inhalte für die Sektion «Sexualität»

Struktur und Inhalte auf feel-ok.ch/sex wurden aktualisiert und angepasst. Zudem wurde die Website mit dem Modul «Was, wann, warum? Pubertät und Sex» zusammen mit der Berner Gesundheit erweitert:
feel-ok.ch/sex-entwicklung-frauen

INFO QUEST und INFO SUCHE werden SPRINT

Die Angebotsdatenbanken INFO QUEST und INFO SUCHE wurden umprogrammiert und dadurch erheblich beschleunigt.

- feel-ok.ch/infoquest
- feel-ok.at/infosuche

Verschlüsselung

Die Verschlüsselung schützt u.a. die Passwörter während der Anmeldung auf feel-ok.ch, feel-ok.at und feelok.de und reduziert das Risiko von Missbräuchen.

«Cool» für Jugendliche

Die neue Seite «Cool» auf feel-ok.ch/cool für Jugendliche listet die am meisten angeklickten Tools auf der Website auf. Diese Massnahme gehört zur 2. Strategie von feel-ok.ch, die dazu dient, bestehende Inhalte zu valorisieren (siehe Seite 34). Lehrpersonen können die Seite verwenden, wenn sie feel-ok.ch nutzen möchten, ohne ein spezifisches Thema zu fokussieren.

Neue Patronatsinstitutionen für feel-ok.ch

Neue Fachorganisationen ergänzen seit 2017 das Netzwerk von feel-ok.ch für die Erarbeitung und Aktualisierung der Inhalte. Diese sind die Aids Hilfe Schweiz, Pro Juventute, Infodrog, du-bist-du, die Fachstelle für Gewaltprävention der Stadt Zürich und ZÜFAM.

Neue Werbematerialien für feel-ok.ch

Der 6-seitige Falz-Flyer von feel-ok.ch beschreibt in Kürze das Angebot von feel-ok.ch für Lehrpersonen und Multiplikatoren: feel-ok.ch/+falzflyer

AdWords

Onlinemarketing wurde spezifisch auf Kantone ausgerichtet, um die Nutzung von feel-ok.ch in verschiedenen Regionen zu fördern.

Erziehung & Beziehung und Psychische Belastungen für Eltern

Die neuen Sektionen helfen Eltern dabei, sich im „Pubertäts-Dschungel“ zurechtzufinden und geben ihnen Orientierung und Mut, um in psychisch belastenden Situationen handlungsfähig zu sein. Die neue Plattform für Eltern wurde ursprünglich vom Institut für Kinderseele Schweiz entwickelt und nun vom Institut für Familienförderung für Österreich überarbeitet. Wir bedanken uns recht herzlich!

- feel-ok.at/eltern

Onlinesucht

Mit dem neuen Programm können Jugendliche herausfinden, ob sie Anzeichen einer Onlinesucht zeigen und was sie im Falle einer problematischen Onlinenutzung tun können. Unser Dankeschön gilt LOGO Jugend.Info für die Adaptierung der Inhalte für Österreich sowie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

- Für Jugendliche: feel-ok.at/onlinesucht
- Arbeitsblätter für die Schule: feel-ok.at/+webprofi

Kaufen im Internet

Sich per Online-Shopping mit einem Klick Wünsche zu erfüllen, ist verführerisch. Was Jugendliche beim Kaufen im Internet aber beachten müssen, erfahren sie im neuen Modul. Ursprünglich vom Staatssekretariat SECO und dem Eidgenössischen Büro für Konsumentenfragen entwickelt, wurde das Modul von der Initiative Saferinternet.at für Österreich adaptiert - Dankeschön!

- Für Jugendliche: feel-ok.at/webprofi-kaufen-internet
- Arbeitsblatt für die Schule: feel-ok.at/+webprofi

Vielfalt der Körper

Verschiedene Körperbilder sollen Jugendliche für die Vielfältigkeit und Einzigartigkeit von menschlichen Körpern sensibilisieren. Gesellschaftliche Normen für Nacktheit und die Abgrenzung zur Pornografie sind ebenso Thema. Wir danken liebenslust* - Zentrum für Sexuelle Bildung & Gesundheitsförderung für die Entwicklung der neuen Sektion: feel-ok.at/koerper-vielfalt

Mädchen, ihr Körper, ihre Lust

Die Sektion zum weiblichen Körper wurde überarbeitet und erstrahlt in neuem Glanz. Texte, Bilder und Arbeitsblatt wurden umgestaltet und sollen Mädchen ein positives Bild von Körper und Sexualität vermitteln. Unser Dank gilt dem Frauengesundheitszentrum für die inhaltliche Überarbeitung: feel-ok.at/sex-mkl

Interaktive Ernährungstools

„Wie viel Zucker steckt in Lebensmitteln und Getränken?“ - mit kleinen Spielen, Tests und Tools können Jugendliche ihr Ernährungswissen testen. Die Tools wurden für Österreich adaptiert und so noch verständlicher und attraktiver gemacht. Wir danken der Abteilung Naturküche von Styria vitalis sowie RADIX und Modulus Webservices: feel-ok.at/essen

Bewegungsangebotssuche in der Sektion „Sport“

Mit dem neuen Tool von Fit Sport Austria kann direkt auf feel-ok nach Bewegungsangeboten in ganz Österreich gesucht werden: feel-ok.at/sport

«Best of» für Jugendliche

Auf feel-ok.at gibt es die coolsten Spiele, Tests und Videos zur Förderung der Gesundheitskompetenz für Jugendliche nun auf einen Klick. Die neue Seite „Best of“ bildet die Highlights aller Sektionen ab: feel-ok.at/best_of

Neue Patronatsinstitutionen für feel-ok.at

Neue Fachorganisationen ergänzen seit 2017 das Netzwerk von feel-ok.at für die Erarbeitung, Adaptierung und Aktualisierung der Inhalte. Diese sind das Institut für Familienförderung, Mit dem Leben in Kontakt sein und Saferinternet.at (Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation).

Jugendlichenuntersuchung

feel-ok.at wird bei den Jugendlichenuntersuchungen des Hauptverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger beworben. Der Arzt / die Ärztin empfiehlt im Rahmen der Lebensstilberatung feel-ok Themen, die für die/den Jugendliche/n interessant sein könnten.

Fit & strong

feel-ok.at unterstützte die Kinder- und Jugendkampagne Fit & Strong des Hauptverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger. Diese zielte darauf ab, Jugendliche über Online-Kanäle und Social Media für Gesundheitsthemen und die Leistungen der Sozialversicherung zu sensibilisieren: fit-and-strong.at

Ablaufpläne für die Nutzung von feelok.de im Unterricht

Es wurden Ablaufpläne für die Nutzung von feelok.de im Unterricht erstellt. So können Multiplikatoren in ihren Klassen selbst Unterrichtsstunden zu den Themen Rauchen, Alkohol und Cannabis gestalten: feelok.de/plan

Gewinnung neuer Kooperationspartner

Aufschrei e.V (Verein gegen sexuelle Gewalt) wurde als neuer Kooperationspartner gewonnen und steht ab 2018 als Patronatsinstitution zur Verfügung: aufschrei-ortenau.de

Multiplikatorenschulungen

Es fanden interne sowie externe Multiplikatorenschulungen statt, um feelok.de bekannt zu machen, sowie die Anwendung in der Suchtprävention zu erleichtern. Präventionsfachkräften in Schulen soll mithilfe von feelok.de eine selbstständige Durchführung von Präventionsveranstaltungen ermöglicht werden.

Neue Werbematerialien

Anfang des Jahres wurden neue Werbematerialien gestaltet. Für Jugendliche stehen Postkarten mit vier verschiedenen Motiven zur Auswahl. Für Multiplikatoren wurde ein Flyer angefertigt, der zum einen über feelok.de im Allgemeinen informiert und zum anderen die externe Schulung für den Umgang mit feelok.de im schulischen Kontext bewirbt.

Ausblick 2018

Auch 2018 verspricht dynamisch zu bleiben! Die wichtigsten Projekte, die zurzeit realisiert werden, werden in Kürze beschrieben.

Über Neuheiten, die feel-ok betreffen, informieren wir Sie gerne mittels Rundbrief. Anmeldung ist auf feel-ok.ch/+rundbrief möglich. Wenn Sie Fragen haben, freuen wir uns auf Ihre Kontaktaufnahme (siehe Adressen auf Seite 3).

feel-ok wird «responsiv»

Beim «Responsive Webdesign» handelt es sich um ein gestalterisches und technisches Paradigma zur Erstellung von Websites, so dass diese auf Eigenschaften des jeweils benutzten Endgeräts, vor allem Smartphones und Tabletcomputer, reagieren können. Der grafische Aufbau einer «responsiven» Website erfolgt anhand der Anforderungen des jeweiligen Gerätes, mit dem die Site betrachtet wird. Dies betrifft insbesondere die Anordnung und Darstellung einzelner Elemente, wie Navigation, Seitenspalten und Texte, aber auch die Nutzung unterschiedlicher Eingabemethoden von Maus (klicken, überfahren) oder Touchscreen (tippen, wischen).

feel-ok.ch wird im Verlauf von 2018 responsiv, so dass das Webangebot mit jedem Endgerät (Desktop, Tablet, Smartphone) genutzt werden kann

Neue kantonale Versionen

Kantonale Versionen enthalten als Grundlage die gleichen Inhalte wie die schweizerische Version. Als Ergänzung dazu bieten sie lokale Informationen und Adressen, die von regionalen Partnern verwaltet werden. Bis Ende 2017 bestand feel-ok.ch aus 5 kantonalen Versionen (ZH, ZG, SO, TG, SG). Bis Ende 2018 könnten 10 Kantone über eine eigene feel-ok.ch-Version verfügen.

Neue partizipative Tools – CH

Ab Jahr 2018 werden Jugendliche mit dem Tipps-Tool und Meinungstool die Möglichkeit haben, mit eigenen Beiträgen die fachlichen Inhalte von feel-ok.ch zu erweitern. Die inhaltlichen Beiträge werden aktiv in Schul- und Jugendhäusern abgeholt. Zu diesem Zweck trifft ein Mitglied des feel-ok.ch-Teams die Jugendlichen persönlich, informiert sie über das Projekt, baut eine Beziehung mit ihnen auf und sammelt anschliessend die Beiträge. Nur Beiträge mit guter Qualität erscheinen nach fachlicher Überprüfung auf feel-ok.ch.

Neue Methoden – CH

Neue Methoden werden zurzeit mit Jugendlichen getestet, um Gesundheitsthemen mit feel-ok.ch zu vermitteln. Erfolgreiche Methoden werden in einer späteren Phase geschult, so dass sie von Multiplikatoren eingesetzt werden können.

SPRINT 2.0

Das Umfragetool SPRINT weist Mängel auf, die sein Verbreitungspotential schmälern. Vor allem die fehlenden Export-Funktionen und die Unmöglichkeit, bestehende Fragen den eigenen Bedürfnissen anzupassen oder neue Fragen zu generieren, werden als Nachteil empfunden und führen dazu, dass das Tool seltener eingesetzt wird als was ursprünglich erwartet wurde. Mit SPRINT 2.0 wird es möglich sein, flexiblere IST-Analysen durchzuführen und einfacher sein, diese zu kommunizieren.

- SPRINT Version 1: feel-ok.ch/sprint

Das Leiterspiel – CH

Gespräche mit Fachpersonen haben ergeben, dass die Vertiefung suchtpräventiver Themen mit Jugendlichen besonders gut gelingt, wenn die eingesetzte Methodologie spielerische Elemente beinhaltet. Zu diesem Zweck wird das alkohol-, cannabis- und rauchpräventive Angebot von feel-ok.ch mit einem Leiterspiel erweitert, um die Einführung der Suchtthematik bei der Zielgruppe zu erleichtern.

Berufseignungstest

Anfang 2018 erscheint der neue Berufseignungstest mit einer geringeren Anzahl Fragen als die vorherige Version, verbesserten Gütekriterien, einem moderneren Design und optimiert für verschiedene Geräte. Das Tool erlaubt Jugendlichen, anhand ihrer Interessen herauszufinden, welche Art von Tätigkeiten und Berufen zu ihnen passen. Ein Projekt in Zusammenarbeit mit Berufswahltagbuch.ch und (C) Schulverlag plus: feel-ok.ch/beruf-kompass

Sportarten-Kompass und Sportvereine – CH

Der Sportarten-Kompass ist ein wissenschaftlich fundiertes Instrument, das vom Bundesamt für Sport, von Jugend+Sport, vom Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern und von feel-ok.ch im Jahr 2007 entwickelt wurde und als neue Anwendung im Jahr 2018 lanciert wird. Mit dem Sportarten-Kompass finden Jugendliche heraus, welche sportliche Aktivitäten zu ihren Interessen passen und in welchen Sportvereinen sie neue Aktivitäten schnuppern, länger aktiv bleiben und neue freundschaftliche Beziehungen aufbauen können. Daher fördert das Projekt gleichzeitig die körperliche Aktivität und die soziale Integration Jugendlicher.

Häusliche Gewalt und Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen

Wir erweitern feel-ok.ch zurzeit in Zusammenarbeit mit Kinderschutz Schweiz mit dem Thema «Häusliche Gewalt» und in Zusammenarbeit mit der Fachstelle für Gleichstellung der Stadt Zürich mit dem Thema «Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen». Die praxisbezogenen und jugendgerechten Ratschläge zielen darauf ab, Jugendlichen zu helfen, gewaltfrei zu leben. Diese Erweiterung ist kohärent mit den Zielen des Übereinkommens über die Rechte des Kindes (Art. 19), das am 26.3.1997 in der Schweiz in Kraft getreten ist.

Freizeit

In Zusammenarbeit mit dem Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt und mit Gesundheitsförderung Baselland wird feel-ok.ch mit dem Thema Freizeit erweitert. Das Modul bietet Anregungen an, wie Jugendliche mit verschiedenen Aktivitäten und sozialem Engagement ihre Freizeit gestalten können.

Thema Alkohol für suchtbelastete Familien

Geplant ist die Erweiterung von feel-ok.ch mit Sucht Schweiz mit Inhalten für Eltern, die ein Alkoholproblem haben oder deren Jugendliche übermässig viel oder zu oft Alkohol konsumieren. Die Sektion bietet auch allgemeine Tipps für Eltern für einen altersgerechten Umgang mit der Thematik Alkohol mit ihren Kindern.

Valorisierung

Verschiedene Massnahmen werden dazu führen, dass für Fachpersonen und Multiplikatoren einfacher wird, Ressourcen auf feel-ok.ch für die eigene Arbeit zu finden. Dazu gehören ein neues Video, das in Kürze erklärt, wie man feel-ok.ch mit Jugendlichen verwendet, neue Artikel, die die wichtigsten Informationen in Kürze über ein Thema vermitteln und die neue Übersichtsseite feel-ok.ch/alles, mit der man sich in wenigen Minuten einen Überblick über das gesamte Angebot der Plattform verschafft.

Onlinemarketing

Besonders wirksam für die Verbreitung eines Internetprogramms auf kantonaler Ebene ist der Einsatz von AdWords - die bezahlte Werbung, die in Google vor den organischen Suchresultaten angezeigt wird. 2018 wird AdWords neben der Verteilung von Flyern, der Zusammenarbeit mit regionalen Organisationen und Mitteilungen per Rundbrief weiterhin ein wichtiges Kommunikationsinstrument sein, um die Nutzung von feel-ok.ch zu fördern.

Neue Werbematerialien – CH

Jahr 2018 erscheinen neue Faltplyer und neue Visitenkarten für Jugendliche. Diese werden zurzeit von hunderten von Jugendlichen in Schulen getestet, bevor sie von Multiplikatoren und Lehrpersonen bestellt werden können.

LehrerInnengesundheit – Stressmanagement

Mit «Stressmanagement» ist ein weiteres Modul im Programm LehrerInnengesundheit auf feel-ok.at geplant. LehrerInnen sollen unterstützt werden, den Unterrichtsalltag erfolgreich zu gestalten und dabei selbst gesund zu bleiben. Die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter entwickelt das Thema für feel-ok.at.

Eltern – Onlinesucht – AT

Onlinesucht ist eine ernstzunehmende Abhängigkeit, die bei Jugendlichen ziemlich verbreitet ist. Damit sich Eltern darüber informieren können, wodurch eine Onlinesucht begünstigt wird, was man dagegen tun kann und wo man Unterstützung findet, ist eine Erweiterung der Elternsektion um dieses aktuelle Thema geplant. b.a.s. [betrifft abhängigkeit und sucht] wird Onlinesucht für feel-ok.at adaptieren.

Schönheitsideale

Was ist schön? Wie haben sich die Schönheitsideale im Wandel der Zeit verändert? Was ist bei Tattoos, Piercings und Co zu beachten? Das Frauengesundheitszentrum entwickelt für feel-ok.at eine Sektion zum Thema Schönheit. Das Themenfeld wird gemeinsam mit „Vielfalt der Körper“ ein neues Modul bilden und in den Sektionen Selbstvertrauen, Liebe & Sexualität sowie Gewicht & Essstörungen angesiedelt sein.

Gewalt – Herkunft und Vorurteile

Wenn es um Gewalt geht, ist häufig von MigrantInnen die Rede. Ihnen wird unterstellt gewalttätiger zu sein, als die Einheimischen. Oft wird ihre Kultur als Grund dafür genannt. Aber gibt es wirklich gewalttätige Kulturen? 2018 soll das wichtige Thema «Herkunft und Vorurteile» für feel-ok.at adaptiert werden.

Videos für Jugendliche

In Kooperation mit der Produktionsschule Linz sollen Videos von Jugendlichen für Jugendliche zu den Themen Cannabis, Rauchen, Beruf, Suizidalität sowie zu feel-ok.at allgemein gedreht werden. Das Projekt wird vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger finanziert, wofür wir uns herzlich bedanken.

Die Sektion Liebe und Sexualität wird auf feelok.de online gehen

Für die Sektion Liebe und Sexualität wurden bereits Patronatsinstitutionen angefragt. Im kommenden Jahr (2018) soll die Sektion für Jugendliche online gehen. Durch die Kooperation mit dem Verein Aufschrei kann das Thema Sexuelle Gewalt in Expertenhände übergeben werden. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit.

Trägerschaften und Team



feel-ok.ch ist seit 2010 ein Angebot der Schweizerischen Gesundheitsstiftung RADIX¹.

RADIX ist eine seit 1972 schweizweite tätige Nonprofit-Organisation. Sie übernimmt Aufträge und entwickelt Angebote, die dazu beitragen, die persönliche Kompetenz im Umgang mit Gesundheit und Krankheit zu stärken und die Lebens-, Arbeits- und Freizeitbedingungen gesundheitsfördernd zu gestalten. Die thematischen Schwerpunkte von RADIX sind Bewegung und Ernährung, psychische Gesundheit, Sucht und Gewalt. Auftraggeber von RADIX sind Bund und Kantone sowie private Organisationen und Unternehmen.



feel-ok.at setzt sich seit 2005 für die Jugend in Österreich ein.

Die Trägerschaft liegt bei Styria vitalis in Graz. Als gemeinnützige, unabhängige NPO steht Styria vitalis seit 1972 für Gesundheitsförderung und Prävention in der Steiermark. Das Team von Styria vitalis umfasst mehr als 60 Angestellte, die in Kooperation mit Kindergärten, Schulen und Gemeinden die Ressourcen für Gesundheit in den Lebenswelten stärken. Styria vitalis ist mit der Jugendwebsite feel-ok.at Mitglied der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz (ÖPGK).



Seit 2011 liegt die Trägerschaft von feelok.de beim Baden-Württembergischen Landesverband für Prävention und Rehabilitation gGmbH (bwlv).

Der bwlv ist der größte gemeinnützige Suchthilfe-Verband in Baden-Württemberg. Die Ziele des Verbandes sind, der Abhängigkeit präventiv entgegen zu wirken, Suchtkranke zu beraten und zu behandeln sowie Schwerbehinderte zu betreuen. Seit 30 Jahren engagiert sich der bw-lv auf dem Gebiet der Prävention und sorgt für die verbandsweite Umsetzung suchtpreventiver Strategien und Projekte in Kindergärten, Jugendhilfeeinrichtungen, Schulen und Betrieben in Baden-Württemberg.

¹ Zwischen 1999 und 2009 war die Universität Zürich für feel-ok.ch zuständig.

Zum Team von feel-ok gehören folgende Mitarbeitenden:



Dr. Phil., MPH Oliver Padlina leitet feel-ok.ch seit 1999.
Er ist die Hauptkontaktperson für feel-ok.ch.
padlina@radix.ch oder opadlina@gmail.com



Daniela Heimgartner (MSc ETH Arch./Soziologin UZH) ist seit 2011 stellvertretende Leiterin von feel-ok.ch.
heimgartner@radix.ch (044 360 41 12)



Franziska Ulrich (PR-Fachfrau) war zwischen 2009 und Frühling 2017 für die Projektkommunikation und das regionale Fundraising von feel-ok.ch zuständig.



Antonia Zengerer koordiniert feel-ok.at in Österreich und ist für die Weiterentwicklung der österreichischen Webplattform mitverantwortlich.
antonia.zengerer@styriavitalis.at (+43 316 / 82 20 94-56)



Inge Zelinka Roitner ist als Leitung des Bereichs Kindergarten & Schule bei Styria vitalis für die strategische Positionierung und Weiterentwicklung von feel-ok.at verantwortlich.
inge.zelinka-roitner@styriavitalis.at (+43 316 / 82 20 94-41)



Natalie Walter unterstützte bei der Entwicklung der Sektion Stressmanagement im LehrerInnenberuf.
natalie.walter@styriavitalis.at (+43 316 | 82 20 94 -71)



Natalie Haas unterstützte im Rahmen ihres Praktikums bei der Aktualisierung von InfoSuche und bei den neuen Sektionen Online Sucht und Kaufen im Internet für Jugendliche sowie Erziehung & Beziehung und Psychische Belastungen für Eltern.



Kerstin Wratschko unterstützte im Rahmen ihres Praktikums bei Styria vitalis bei der Sektion Stressmanagement im LehrerInnenberuf.



Sina Klotter, Groß- und Außenhandelskauffrau und Sozialpädagogin (B.A.), arbeitet mit 25% in der Jugend- und Drogenberatungsstelle Kehl/ Offenburg in der Prävention und der Beratung und mit 15% an dem weiteren Aufbau von feelok.de. Mit 50% arbeitet sie an der Dualen Hochschule Baden- Württemberg Villingen- Schwenningen am Forschungsprojekt «Erfolgreich zum Ziel - Gesundheitskompetenz in der Berufsausbildung».

Sina.Klotter@bw-lv.de (07851-99477915)



Katja Künstle arbeitet seit 2010 als Sozialpädagogin (FH) in der Jugend- und Drogenberatungsstelle Kehl/ Offenburg. Neben der Präventionsarbeit arbeitet sie überwiegend in der Beratung. Ihr Schwerpunkt liegt hierbei in der Beratung Jugendlicher und junger Erwachsener mit einem problematischen/ abhängigen Cannabiskonsum. Frau Künstle unterstützt mit der Mitfinanzierung der GlücksSpirale die Gesundheitsplattform feelok.de ebenfalls mit 15%.

Katja.kuenstle@bw-lv.de (0781- 94878811)



Sabine Lang, Dipl. Pädagogin, Referat Prävention, unterstützt die Weiterentwicklung, Steuerung und den Aufbau der Kooperationsstrukturen.

sabine.lang@bw-lv.de (0761/156 309-14)

Netzwerk

Das Netzwerk von feel-ok besteht aus über 270 Organisationen in der Schweiz, Österreich und Deutschland. An dieser Stelle danken wir allen beteiligten Institutionen und Kontaktpersonen herzlich für ihr Engagement, ihre Professionalität und die wertvolle Zusammenarbeit.

Zum Netzwerk gehören Patronatsinstitutionen, Gönner bzw. Fördergeber, Implementierungs- und Kooperationspartner sowie Dienstleister. Aus Platzgründen werden in diesem Jahresbericht nur die Patronatsinstitutionen und die aktuellen Gönner bzw. Fördergeber erwähnt.

Die aktuelle und vollständige Auflistung des Netzwerkes von feel-ok finden Sie in einer Excel-Tabelle auf feel-ok.ch/partner

Patronatsinstitutionen

Die Patronatsinstitutionen sind für die Inhalte auf feel-ok verantwortlich, d.h. sie stellen sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind. Genaue Angaben welche Organisationen auf feel-ok.ch für welche Module zuständig sind, erhalten Sie auf feel-ok.ch/info-netzwerk

J. bedeutet «Jugendliche», E. bedeutet «Eltern» und M. bedeutet «Multiplikatoren».

Institution	Patronat Schweiz
Aids Hilfe Schweiz	J. » Sexualität
AnneVoss	J. » Sexualität
Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES	J. » Gewicht
Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention	J. » Rauchen
ask! - Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf Aargau	J. » Beruf
Berner Gesundheit	J. » Webprofi J. » Rauchen J. » Sexualität
Bundesamt für Sport (Leistungssport, J+S)	J. » Sport
cool and clean, Swiss Olympic	J. » Gewicht J. » Rauchen
du-bist-du.ch	J. » Sexualität
Eidgenössisches Büro für Konsumentenfragen BFK	J. » Webprofi
Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah	J. » Gewicht
Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich	J. » Suizidalität
Geschäftsstelle Elternbildung, Amt für Jugend und Berufsberatung, Bildungsdirektion Kanton Zürich	E. » Erziehung
Fachstelle für Gewaltprävention der Stadt Zürich	J. » Gewalt
IKS - Institut für Kinderseele Schweiz	E. » Psychische Belastungen J. » Psychische Störungen

Info Drog	J. » Cannabis
Lungenliga beider Basel	J. » Rauchen
Mühlemann Nutrition	J. » Gewicht
NCBI	J. » Gewalt J. » Vorurteile
PFADE, Universität Zürich	J. » Gewalt J. » Selbstvertrauen
Pädagogische Hochschule Schwyz	J. » Webprofi
Pro Juventute	J. » Jugendrechte
Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE	J. » Ernährung
Schweizerischer Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter	J. » Gewicht
Schweizerisches Institut für Gewaltprävention	J. » Gewalt
Schweizerische Kriminalprävention	J. » Gewalt
RADIX	J. » Selbstvertrauen J. » Stress M. » F&F
Staatssekretariat SECO	J. » Webprofi
Sucht Schweiz	J. » Alkohol J. » Glücksspiel J. » Rauchen
Unfairtobacco.org	J. » Rauchen
Verein Lilli	J. » Gewalt J. » Sexualität
Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssuchte	M. » Glücksspiel
ZEPRÄ Prävention und Gesundheitsförderung St. Gallen	J. » Gewalt
ZHAW Departement Angewandte Psychologie	J. » Webprofi E. » Onlinesucht
zischtig.ch	J. » Gewalt J. » Webprofi
Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs	M. » Smart drugs
Züri Rauchfrei	J. » Rauchen
Institution	Patronat Österreich
AIDS-Hilfe Steiermark	J. » Sexualität
Arbeiterkammer Steiermark - Abteilung Lehrlings- und Jugendschutz	J. » Beruf
Beratungsstellen COURAGE Wien, Graz, Salzburg und Innsbruck	J. » Sexualität
Fachstelle für Glücksspielsucht Steiermark	J. » Glücksspiel
Fit Sport Austria GmbH	J. » Sport
Frauengesundheitszentrum, Graz	J. » Sexualität J. » Gewicht & Essstörungen
Friedensbüro Graz	J. » Gewalt
FRAUENSERVICE Graz	J. » Sexualität
give - Servicestelle für Gesundheitsbildung	J. » Stress
Hazissa - Prävention sexualisierter Gewalt	J. » Sexualität

Institut für Familienförderung	E. » Erziehung E. » Psychische Belastungen
kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz, Tirol	J. » Cannabis
liebenslust* - Zentrum für Sexuelle Bildung & Gesundheitsförderung	J. » Sexualität
Mit dem Leben in Kontakt sein	M. » Klassenmanagement
LOGO Jugend.Info	J. » Webprofi J. » Onlinesucht J. » Beruf
Plattform Intersex Österreich	J. » Sexualität
Saferinternet.at - Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation	J. » Webprofi
Styria vitalis	J. » Ernährung J. » Selbstvertrauen
Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark	J. » Lärm
Verein für Männer- und Geschlechterthemen Steiermark	J. » Sexualität
VIVID - Fachstelle für Suchtprävention	J. » Alkohol J. » Tabak
WEIL - Weiter im Leben	J. » Suizidalität
Institution	Patronat Deutschland
Baden-Württembergischer Landesverband für Prävention und Rehabilitation BWLV	Alle Sektionen auf feelok.de

Gönner, Fördergeber

Folgende Gönner bzw. Fördergeber haben 2017 feel-ok als Ganzes oder bestimmte Projekte bzw. Massnahmen finanziell unterstützt. Die Liste aller Gönner, inkl. jenen, die feel-ok in der Vergangenheit unterstützt haben, kann auf feel-ok.ch/info-netzwerk angeschaut werden.

Für feel-ok.ch gilt zudem folgendes Klassifizierungssystem: Hauptgönner (HG), die Beiträge über CHF 200'000 investiert haben, Stiftungen (S), kantonale Beiträge (K), Beiträge von Gemeinden und Finanzierung vom Bund (B).

Institution	Gönner Schweiz	
Lotteriefonds des Kantons Zürich	HG	Tabakprävention 2.0
OAK - Stiftung	HG	Responsive Version, Häusliche Gewalt, Gewalt in j. Paarbeziehungen
Tabakpräventionsfonds	HG	Rauchen
Alkoholzehntel Kanton Aargau / Department Gesundheit und Soziales - Sektion Gesundheitsförderung und Prävention - Kanton Aargau	K	
Amt für Gesundheit, Thurgau (aus dem Alkoholzehntel)	K	
Gesundheitsdepartement St. Gallen, Amt für Gesundheitsvorsorge	K	
Amt für Gesundheit und Soziales des Kantons Schwyz	K	

Dienststelle Gesundheit und Sport - Luzern	K	
Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt	K	
Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern	K	
Kanton Uri (Bildungs- und Kulturdirektion)	K	
Kanton Schaffhausen Sozialamt	K	
Lotteriefonds Kanton Glarus	K	
Lotteriefonds Kanton Solothurn	K	
Lotteriefonds Kanton Zug	K	
Volkswirtschafts- und Gesundheitsdirektion des Kantons Basel-Landschaft, Amt für Gesundheit, Abteilung Gesundheitsförderung Baselland	K	
Bundesamt für Gesundheit - Nationales Programm Alkohol	B	Leiterspiel, Sektion Alkohol für Eltern
Gemeinden, die feel-ok.ch finanziell unterstützt haben (nicht nur im Jahr 2017): <i>Aarau AG, Allschwil BL, Boltigen BE, Buttwil AG, Dällikon ZH, Ehrendingen AG, Engelberg OW, Erlenbach ZH, Felben-Wellhausen TG, Felsberg GR, Flims GR, Gais AR, Gächlingen SH, Glattfelden ZH, Hergiswil NW, Hombrechtikon ZH, Hunzenschwil AG, Klosters-Serneus GR, Köniz BE, Illnau-Effretikon ZH, Konolfingen BE, Laax GR, Lausen BL, Lengwil TG, Lenzerheide GR, Löhningen SH, Meilen ZH, Moosseedorf BE, Muhen AG, Muri b. Bern, Murten FR, Otelfingen ZH, Pratteln BL, Rapperswil-Jona SG, Reinach BL, Remetschwil AG, Rüschlikon ZH, Rüti ZH, Saanen BE, Salvenach FR, Schlosswil BE, Sent GR, Siblingen SH, Speicher AR, Spiez BE, Steinmaur ZH, St. Margrethen SG, Thun BE, Vaz/Obervaz GR, Volketswil ZH, Vordemwald AG, Weinfelden TG, Wetzikon ZH, Wildberg ZH, Winterthur ZH, Wohlen BE, Zug ZG</i>		
Institution	Fördergeber Österreich	
Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger	Koordination, responsive Version, Videoentwicklung	
Das Land Steiermark - Gesundheit	Koordination	
Institution	Fördergeber Deutschland	
GlücksSpirale	Finanzierung 15%-Stelle	

Nutzung der thematischen Angebote

feel-ok - dazu gehören feel-ok.ch, feel-ok.at und feelok.de - wurde 2017 insgesamt 514'844 Mal besucht. Dabei wurden die inhaltlich relevanten Artikel 883'025 Mal aufgerufen.

Ein Besuch, auch Sitzung oder Session genannt, ist zwar ein zuverlässiger, dennoch nicht besonders aussagekräftiger Indikator, denn eine Sitzung kann u.a. 2 Sekunden oder 20 Minuten dauern. Viel interessanter ist die Interventionsdauer, nämlich das Ergebnis der Multiplikation der Anzahl aufgerufener Seiten mit ihrer durchschnittlichen Besuchszeit. Die Interventionsdauer gilt als Schätzung, da Google Analytics die Besuchszeit einer Seite nur unter bestimmten Voraussetzungen genau erfassen kann. Dennoch - auch wenn es sich dabei nur um eine Schätzung handelt - ist die Angabe der Interventionsdauer viel aussagekräftiger für die Bewertung der Leistung eines Webangebotes als die Anzahl der Besuche und daher wird auf folgenden Seiten vorwiegend diese Angabe vermittelt.

Das Gesamtangebot von feel-ok hat in einem Jahr eine Interventionsleistung von 1'509 Tagen erbracht. Hätte man Fachpersonen beauftragt, die gleiche zeitliche Leistung zu erbringen, wären dafür rund CHF 3'546'000 oder Euro 3'020'000 - bei einem Stundenansatz von CHF 100 in der Schweiz bzw. Euro 80 in Deutschland und Österreich - erforderlich gewesen. Die Interventionsleistung von feel-ok hat zwischen 2016 und 2017 um 32% zugenommen.

	Sessions	Interventionstage	Wert CHF	Wert Euro	Verlauf
feel-ok	514'844	1'509.3	CHF 3'546'612	€ 3'019'829	32%

Für detaillierte Statistiken:

» Abbildungen der wichtigsten Zahlen von feel-ok.ch: feel-ok.ch/2017-zahlen

» Alle Zahlen von feel-ok (CH, AT, DE) als Excel: feel-ok.ch/2017-excel

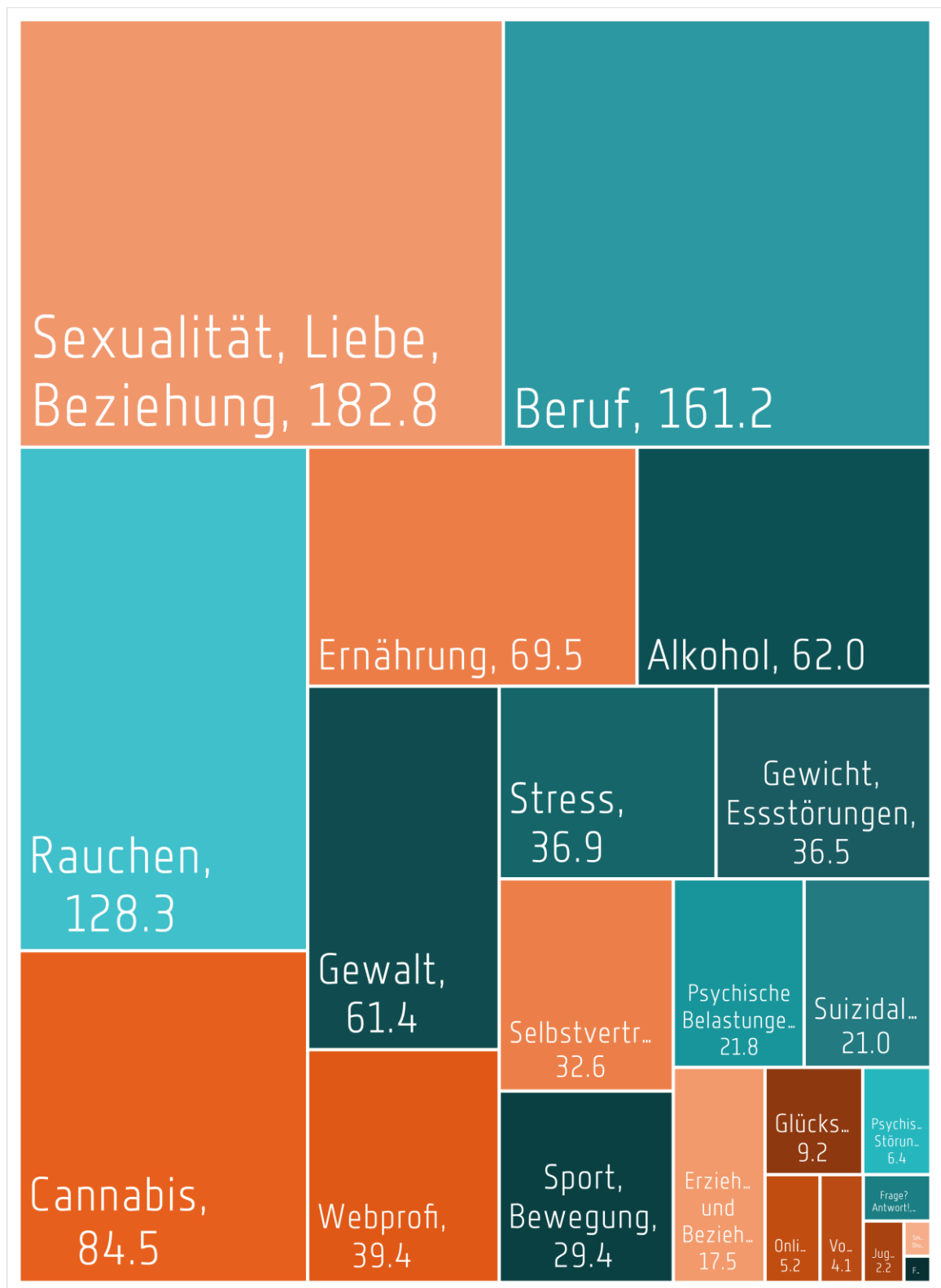
feel-ok.ch - Schweiz

Die thematischen Sektionen für Jugendliche, Multiplikatoren/-innen und Eltern von feel-ok.ch wurden im Jahr 2017 insgesamt 329'763 Mal besucht. feel-ok.ch hat eine Leistung von 1'016 Interventionstagen erbracht, 23% mehr als im vorherigen Jahr. Hätte man Fachpersonen beauftragt, die gleiche *zeitliche* Leistung zu erbringen, wären dafür rund CHF 2'438'000 bei einem Stundenansatz von CHF 100 erforderlich gewesen. Rund die Hälfte der Interventionsleistung haben die Themen «Sexualität, Liebe, Beziehung, Identität», «Beruf», «Rauchen» und «Cannabis» erbracht.

» Abbildungen der wichtigsten Zahlen von feel-ok.ch: feel-ok.ch/2017-zahlen

» Alle Zahlen von feel-ok (CH, AT, DE) als Excel: feel-ok.ch/2017-excel

Seit...	ZG	Sessions	Interventionstage	%	Wert	Verlauf
	feel-ok.ch	329'763	1016.1		CHF 2'438'551	23%
	J Alkohol	18'974	62.0	6.1	CHF 148'755	17%
	J Frage? Antwort!	2'180	2.8	0.3	CHF 6'623	-3%
	J Beruf	41'943	161.2	15.9	CHF 386'824	26%
	J Cannabis	36'613	84.5	8.3	CHF 202'880	12%
	J Ernährung	18'956	69.5	6.8	CHF 166'746	0%
	E Erziehung und Beziehung	5'779	17.5	1.7	CHF 41'914	74%
	S F&F	814	0.6	0.1	CHF 1'497	-1%
	J Gewalt	23'732	61.4	6.0	CHF 147'472	29%
	J Gewicht, Essstörungen	18'660	36.5	3.6	CHF 87'585	12%
	J Glücksspiel	5'375	9.2	0.9	CHF 22'166	25%
Sept	J Jugendrechte	1'453	2.2	0.2	CHF 5'310	-
	E Onlinesucht	2'606	5.2	0.5	CHF 12'516	-
	E Psychische Belastungen	10'050	21.8	2.1	CHF 52'219	10%
Sept	J Psychische Störungen	3'436	6.4	0.6	CHF 15'438	-
	J Rauchen	48'675	128.3	12.6	CHF 307'909	22%
	J Selbstvertrauen	13'777	32.6	3.2	CHF 78'152	18%
	J Sexualität, Liebe, Beziehung	52'249	182.8	18.0	CHF 438'610	24%
März	S Smart Drugs	888	0.8	0.1	CHF 1'990	-
	J Sport, Bewegung	9'421	29.4	2.9	CHF 70'518	-12%
	J Stress	15'677	36.9	3.6	CHF 88'566	16%
	J Suizidalität	10'885	21.0	2.1	CHF 50'517	23%
Sept	J Vorurteile	1'931	4.1	0.4	CHF 9'889	-
	J Webprofi	12'870	39.4	3.9	CHF 94'454	120%



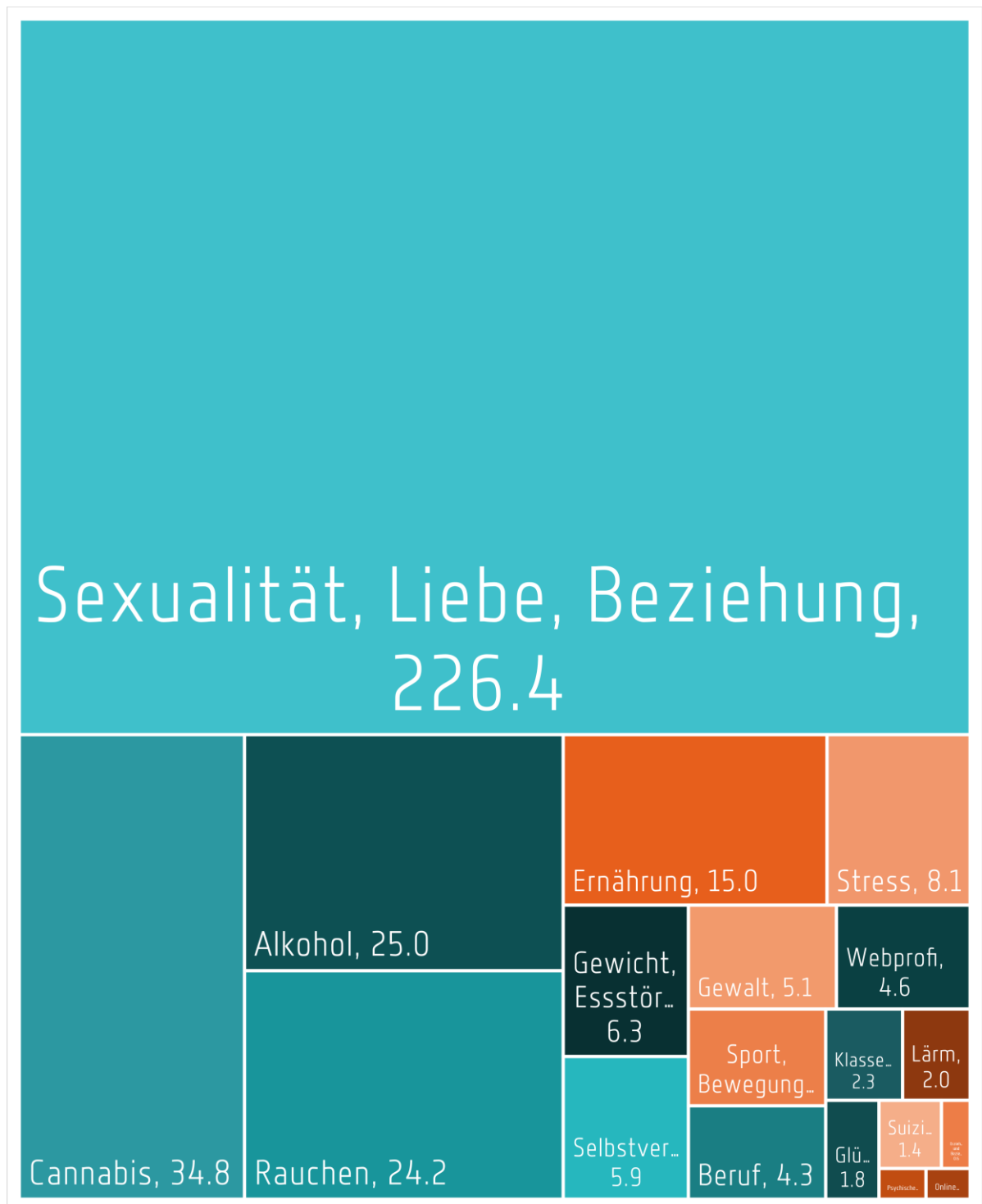
feel-ok.ch - Nutzungsverteilung der thematischen Sektionen - Interventionstage (2017)

feel-ok.at – Österreich

Die thematischen Sektionen für Jugendliche, Multiplikatoren/-innen und Eltern von feel-ok.at wurden im Jahr 2017 insgesamt 93'418 Mal besucht. feel-ok.at hat eine Leistung von 373 Interventionstagen erbracht, 80% mehr als im vorherigen Jahr. Hätte man Fachpersonen beauftragt, die gleiche zeitliche Leistung zu erbringen, wären dafür rund Euro 716'000 bei einem Stundenansatz von Euro 80 erforderlich gewesen. Am intensivsten genutzt wurde die Sektion zum Thema «Sexualität, Liebe, Beziehung, Identität» (226 Interventionstage).

» Alle Zahlen von feel-ok (CH, AT, DE) als Excel: feel-ok.ch/2017-excel

Seit...	ZG	Sessions	Interventionstage	%	Wert	Verlauf
	feel-ok.at	93'418	373.4		€ 716'909	80%
	J Alkohol	6'839	25.0	6.7	€ 48'049	-6%
	J Beruf	2'262	4.3	1.1	€ 8'189	-63%
	J Cannabis	19'682	34.8	9.3	€ 66'832	-20%
	J Ernährung	3'323	15.0	4.0	€ 28'726	-9%
Sept	E Erziehung und Beziehung	227	0.6	0.2	€ 1'244	-
	J Gewalt	1'761	5.1	1.4	€ 9'829	30%
	J Gewicht, Essstörungen	2'703	6.3	1.7	€ 12'112	-24%
	J Glücksspiel	1'425	1.8	0.5	€ 3'366	-34%
	S Klassenmanagement	1'233	2.3	0.6	€ 4'477	106%
	J Lärm	1'066	2.0	0.5	€ 3'935	19%
Nov	J Onlinesucht	211	0.5	0.1	€ 870	-
Sept	E Psychische Belastungen	227	0.5	0.1	€ 925	-
	J Rauchen	7'864	24.2	6.5	€ 46'522	-20%
	J Selbstvertrauen	2'259	5.9	1.6	€ 11'418	-12%
	J Sexualität, Liebe, Beziehung	46'773	226.4	60.6	€ 434'742	443%
	J Sport, Bewegung	1'749	4.4	1.2	€ 8'492	-10%
	J Stress	2'592	8.1	2.2	€ 15'597	39%
	J Suizidalität	1'281	1.4	0.4	€ 2'722	-14%
	J Webprofi	2'306	4.6	1.2	€ 8'862	-



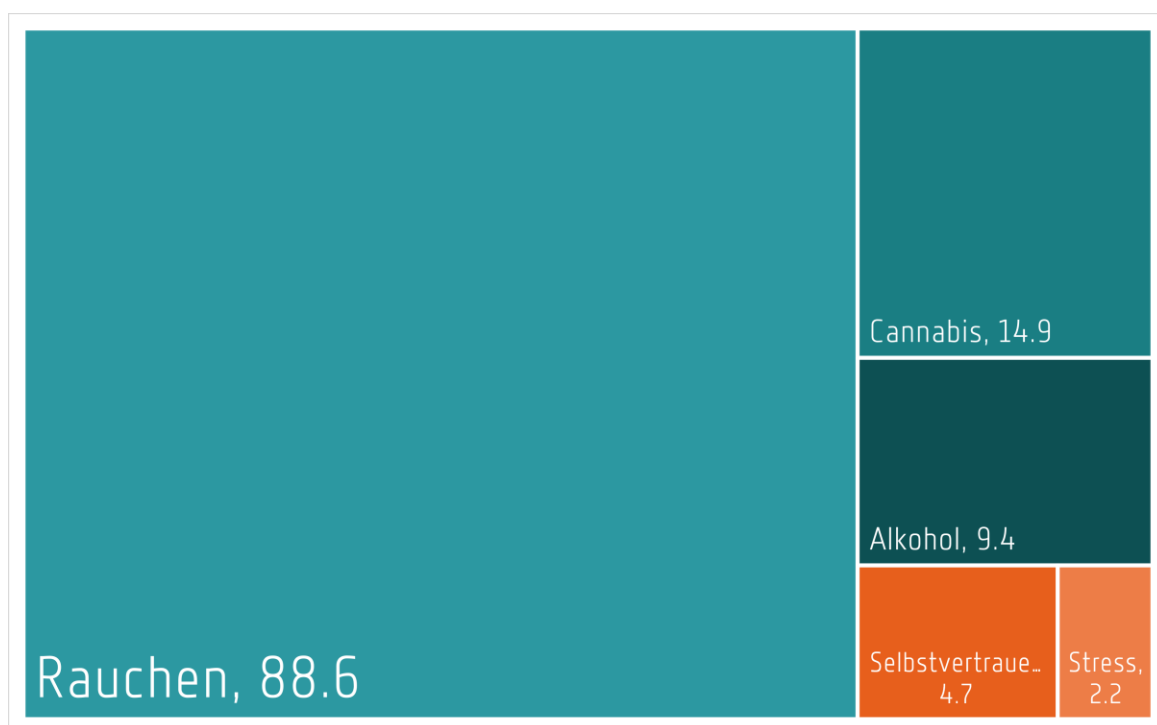
feel-ok.at - Nutzungsverteilung der thematischen Sektionen- Interventionstage (2017)

feelok.de - Deutschland

feelok.de besteht aus 5 thematischen Sektionen für Jugendliche, die 2017 insgesamt 50'490 Mal besucht wurden. feelok.de hat eine Leistung von 119.9 Interventionstagen erbracht, 12% mehr als im vorherigen Jahr. Hätte man Fachpersonen beauftragt, die gleiche zeitliche Leistung zu erbringen, wären dafür rund Euro 230'000 bei einem Stundenansatz von Euro 80 erforderlich gewesen. Am intensivsten genutzt wurde die Sektion zum Thema «Rauchen» (88 Interventionstage).

» Alle Zahlen von feel-ok (CH, AT, DE) als Excel: feel-ok.ch/2017-excel

Seit...	ZG	Sessions	Interventionstage	%	Wert	Verlauf
	feelok.de	50'490	119.9		€ 230'152	12%
J	Alkohol	3'078	9.4	7.8	€ 18'061	7%
J	Cannabis	8'134	14.9	12.5	€ 28'660	31%
J	Rauchen	37'332	88.6	73.9	€ 170'065	10%
J	Selbstvertrauen	2'310	4.7	3.9	€ 9'068	-13%
J	Stress	1'263	2.2	1.9	€ 4'298	-



feelok.de - Nutzungsverteilung der thematischen Sektionen - Interventionstage (2017)

Nationale und regionale Nutzung

Im deutschsprachigen Raum wurde feel-ok insgesamt 447'725 Mal besucht. 87% aller Nutzer/-innen von feel-ok.ch kamen aus der Schweiz (+35%), 60% von jenen, die feel-ok.at besuchten, kamen aus Österreich (+39%) und 83% der Sitzungen von feelok.de haben in Deutschland stattgefunden (+5%).

	feel-ok.ch	Trend	feel-ok.at	Trend	feelok.de	Trend	
Schweiz	285'916	35%	3'179	162%	2'406	4%	87% der Sitzungen mit feel-ok.ch haben in der Schweiz stattgefunden
Österreich	6'076	-12%	56'064	39%	2'869	7%	60% der Sitzungen mit feel-ok.at haben in Österreich stattgefunden
Deutschland	20'779	-19%	27'820	95%	41'713	5%	83% der Sitzungen mit feelok.de haben in Deutschland stattgefunden
Liechtenstein	903	11%	-		-		
Total im deutschsprachigen Raum	313'674		87'063		46'988		

Österreichische Bundesländer

Die Nutzung von feel-ok.at hat im Jahr 2017 in allen österreichischen Bundesländern zugenommen.

Sessions				
	Jugendliche	Lehrpersonen	feel-ok.at	Trend
Wien	24'183	1'168	24'941	52%
Steiermark	7'135	674	7'420	9%
Tirol	5'799	319	5'881	22%
Oberösterreich	5'091	294	5'240	42%
Niederösterreich	4'349	266	4'451	36%
Salzburg	2'877	126	2'933	56%
Kärnten	2'674	271	2'850	45%
Vorarlberg	1'596	65	1'632	48%
Burgenland	681	62	699	85%

» Alle Zahlen von feel-ok (CH, AT, DE) als Excel: feel-ok.ch/2017-excel

Kantone

In fast allen deutschschweizerischen Kantonen hat die Nutzung von feel-ok.ch im Jahr 2017 zugenommen.

	Sessions			feel-ok.ch	Trend
	Jugendliche	Lehrpersonen	Eltern		
Zürich	98'013	7'951	7'225	108'564	30%
Bern	34'228	3'938	2'991	38'610	49%
St. Gallen	20'088	2'199	1'498	22'490	41%
Luzern	18'293	2'405	1'361	20'705	38%
Aargau	17'003	1'686	1'428	19'049	39%
Basel-Stadt	12'997	1'104	1'173	14'585	51%
Solothurn	8'297	1'017	762	9'447	53%
Thurgau	6'417	773	460	7'151	46%
Zug	6'139	786	500	6'925	51%
Graubünden	5'421	612	423	6'123	6%
Genf	5'626	291	259	6'051	53%
Basel-Land	4'848	767	490	5'708	37%
Schwyz	4'180	649	298	4'734	55%
Vaud	2'667	204	189	2'951	1%
Fribourg	2'352	294	182	2'616	10%
Appenzell- Ausserrhoden	2'256	89	72	2'372	-32%
Schaffhausen	1'491	127	129	1'683	20%
Nidwalden	1'164	138	82	1'288	49%
Wallis	1'064	110	35	1'136	11%
Uri	809	130	27	902	52%
Glarus	648	87	52	752	40%
Tessin	676	54	45	743	13%
Obwalden	608	92	32	686	39%
Neuchâtel	322	33	19	354	-8%
Jura	122	9	7	133	-4%
Appenzell- Innerrhoden	47	6	11	63	-7%

» Abbildungen der wichtigsten Zahlen von feel-ok.ch: [feel-ok.ch/2017-zahlen](https://www.feel-ok.ch/2017-zahlen)

Deutsche Bundesländer

Die Nutzung von feelok.de hat 2017 in fast allen deutschen Bundesländern zugenommen.

	Sessions		feelok.de	Trend
	Jugendliche	Lehrpersonen		
Nordrhein-Westfalen	8'641	143	8'673	3%
Baden-Württemberg	6'843	294	6'891	5%
Bayern	6'380	59	6'393	7%
Hessen	3'828	66	3'841	15%
Berlin	3'437	29	3'448	1%
Niedersachsen	3'152	27	3'164	-1%
Hamburg	2'339	12	2'344	15%
Sachsen	1'480	9	1'483	6%
Rheinland-Pfalz	1'430	13	1'432	2%
Schleswig-Holstein	1'011	13	1'024	8%
Brandenburg	646	7	648	5%
Thüringen	619	7	621	6%
Sachsen-Anhalt	554	6	554	6%
Mecklenburg-Vorpommern	437	2	438	9%
Bremen	400	2	402	-38%
Saarland	341	4	342	10%

» Alle Zahlen von feel-ok (CH, AT, DE) als Excel: feel-ok.ch/2017-excel

INFO QUEST, INFO SUCHE und SPRINT

INFO QUEST, INFO SUCHE

Die zwei Angebotsdatenbanken INFO QUEST für die Schweiz und INFO SUCHE für Österreich, die insgesamt 800 Ressourcen auflisten (u.a. über Projekte, Beratungsstellen und Websites), wurden das letzte Jahr 8'467 Mal auf feel-ok.ch (+8%) und 1'944 Mal auf feel-ok.at (+26%) genutzt.

SPRINT – Das Umfragetool

Mit SPRINT können Multiplikatoren/-innen über 17 Themen aufgrund eines Fragenkataloges, der 170 Items beinhaltet, Umfragen mit Jugendlichen realisieren um festzustellen, wie verbreitet bestimmte Probleme und Verhaltensweisen in der anvisierten Zielgruppe sind. Die Ergebnisse unterstützen Fachkräfte und Lehrpersonen dabei, evidenzbasierte interventive Massnahmen einzuleiten.

Im Jahr 2017 haben 1'510 Personen an einer SPRINT-Umfrage teilgenommen (-19%). SPRINT 2.0 hat das Potential, die Nutzung dieser Dienstleistung im Jahr 2019 zu fördern. Mehr dazu auf S.37.

Arbeitsblätter und Bestellungen

feel-ok.ch bietet 86, feel-ok.at 80 und feelok.de 27 Arbeitsblätter an, um die Inhalte der Website mit Jugendlichen zu bearbeiten.

Die Arbeitsblätter von feel-ok wurden 2017 insgesamt 25'575 Mal heruntergeladen (+67%).

	feel-ok.ch			feel-ok.at			feelok.de		
	AB°	Downloads	Trend°°	AB	Downloads	Trend	AB	Downloads	Trend
Alle Arbeitsblätter	86	21'475	74%	80	3'269	51%	27	831	2.0%
Sexualität, Liebe	11	4'406	42%	12	623	58%	-	-	-
Rauchen	11	3'166	19%	9	275	14%	9	301	-19%
Gewalt	11	2'585	129%	11	444	66%	-	-	-
Alkohol	6	1'665	50%	6	481	93%	6	146	-18%
Ernährung	2	1'644	265%	2	248	89%	-	-	-
Selbstvertrauen	3	1'439	113%	3	324	18%	3	156	33%
Webprofi	13	1'248	129%	13	219	177%	-	-	-
Cannabis	5	1'223	39%	6	158	-2%	5	174	26%
Stress	4	1'099	52%	3	121	19%	4	54	-
Beruf	3	708	136%	3	125	29%	-	-	-
Gewicht, Essstörungen	4	701	9%	3	126	66%	-	-	-
Themenübergreifende Arbeitsblätter	4*	586	-	-	-	-	-	-	-
Sport, Bewegung	2	414	112%	2	44	-42%	-	-	-
Glücksspiel	3	212	110%	3	31	-28%	-	-	-
Psychische Störungen	2*	204	-	-	-	-	-	-	-
Jugendrechte	2*	175	-	-	-	-	-	-	-
Lärm	-	-	-	4	50	-34%	-	-	-

°Anzahl Arbeitsblätter / °°Trend verglichen mit 2016 / * Seit September

Die Materialien von feel-ok.ch, wie z.B. die Faltflyer für Lehrpersonen und die Visitenkarten für Jugendliche können online bestellt werden. Insgesamt wurden 2017 in der Schweiz 17'497 Exemplare (+29%) auf dem Postweg an interessierte Personen und Organisationen weitergeleitet.

» Abbildungen der wichtigsten Zahlen von feel-ok.ch: feel-ok.ch/2017-zahlen

» Alle Zahlen von feel-ok (CH, AT, DE) als Excel: feel-ok.ch/2017-excel

Perspektive feel-ok 2017 – 2021

Aufgrund der fast 20-jährigen Erfahrung mit feel-ok.ch, basierend auf dem Gespräch mit mehr als 30 nationalen und regionalen Fachorganisationen u.a. im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention, und nach zahlreichen Diskussionen mit mehr als 300 Jugendlichen zwischen 12 und 25 Jahren, wurde die Ausrichtung der Weiterentwicklung von feel-ok.ch für die Jahre 2017 bis 2021 festgelegt. Diese besteht aus 10 Elementen, die im Folgenden beschrieben werden.

I. Bewährtes behalten

Seit 1999 bis heute wurden im Rahmen von feel-ok.ch 46 Hauptprojekte (und hunderte von Teilprojekten) realisiert. Die grösste Mehrzahl davon ist noch heute - meistens technisch modernisiert und inhaltlich aktualisiert - für Jugendliche, Multiplikatoren und Eltern verfügbar. In einer internen Analyse wurden die Erfolgsfaktoren der Nachhaltigkeit von feel-ok.ch identifiziert, so dass standardmässig zukünftige Projekte davon profitieren können.

Die Erfolgsfaktoren werden im Detail im PDF-Dokument «*Die 10 Grundsätze von feel-ok.ch als Orientierung für bestehende und für neue Projekte*» beschrieben: feel-ok.ch/grundsaeetze.

Zu den Erfolgsfaktoren gehört u.a. das Fachnetzwerk von feel-ok.ch, das dem inhaltlichen Angebot Zuverlässigkeit und Glaubwürdigkeit verleiht. Gemäss Qualitätssicherungsmodell werden alle Inhalte auf feel-ok.ch von mindestens 2 Experten / Expertinnen (in der Regel) aus mehreren Fachorganisationen geprüft, bevor sie online gestellt werden. Beinahe jedes feel-ok.ch-Projekt ist das Ergebnis der Zusammenarbeit zwischen mindestens einer Fachorganisation, die für die inhaltliche Qualität zuständig ist und RADIX, die die Zielgruppengerechtigkeit aber auch die Kohärenz der neuen interventiven Elemente innerhalb der gesamten feel-ok.ch-Anwendung sicherstellt.

Zu den Erfolgsfaktoren gehört u.a. auch, dass feel-ok.ch als Schulprogramm konzipiert ist. Was konkret heisst, dass Lehrpersonen pfannenfertige Unterrichtseinheiten herunterladen können, um mit minimalem Aufwand und ohne Zusatzkosten die Inhalte der Plattform mit Jugendlichen zu vertiefen. Damit können auch Jugendliche erreicht werden, die vom Programm wirklich profitieren und nicht nur diese, die schon eine hohe Lebenskompetenz aufweisen. Anders als bei vielen jungen Menschen, die in kurzer Zeit aufgrund ihrer biopsychosozialen Entwicklung Richtung und Interessen ändern können, garantiert das Setting Schule eine gewisse Stabilität der Rahmenbedingungen, in denen eine Intervention wie feel-ok.ch operiert. Diese Stabilität stellt eine wesentliche Voraussetzung für ein langfristiges interventives Konzept dar. Dieser Aspekt ist von grosser Wichtigkeit für Programme, denen - wie es im Non-Profitbereich üblich ist - die Ressourcen für ständige Anpassungen fehlen. Darüber hinaus wirkt das schulische Setting als Gegengewicht zum mächtigen Einfluss von Anwendungen wie Instagram, WhatsApp, YouTube und Spotify (nur um einige nennen), die für viele Jugendliche von Natur aus attraktiver sind als ein

Gesundheitsprogramm. Die Schule und die unverzichtbare Zusammenarbeit mit Lehrpersonen und mit anderen Fachkräften erklären deswegen die guten Ergebnisse, die feel-ok.ch vorweisen kann. Aus diesem Grund werden auch in Zukunft alle Anwendungen für Jugendliche von feel-ok.ch für den schulischen Kontext optimiert.

II. Valorisieren

feel-ok.ch besteht aus 22 thematischen Programmen und 86 Arbeitsblättern. Dazu bietet die Plattform Instrumente wie INFO QUEST und SPRINT.

Gespräche mit Fachorganisationen haben ergeben, dass es für manche Multiplikatoren und Multiplikatorinnen schwierig ist, sich im umfangreichen Angebot der Webplattform zu orientieren und daher Bedarf für neue Lösungen besteht, die die Suche der relevanten Ressourcen erleichtern.

Zur Strategie von feel-ok.ch gehört deswegen die Valorisierung der bestehenden Inhalte. Diese wird mit verschiedenen Massnahmen umgesetzt.

Eine wichtige Massnahme wurde Anfang 2018 realisiert: Auf feel-ok.ch/alles finden Lehrpersonen und andere Fachkräfte das gesamte Angebot von feel-ok.ch auf einer Seite. Jedes Thema wird nicht nur mit einem kurzen Text beschrieben, sondern der Leser bzw. die Leserin erfährt noch dazu, welche kurze Webadresse mit Jugendlichen genutzt werden kann, für welche Altersgruppe der inhaltliche Bereich geeignet ist, ob dazu Arbeitsblätter zur Verfügung stehen, ob die Inhalte auch mit Videos, Tests oder mit anderen interaktiven Elementen vertieft werden und welche Organisation für das Thema (als Patronatsinstitution) zuständig ist. Wenige Minuten genügen, um sich mit feel-ok.ch/alles ein Überblick über das gesamte Angebot der Plattform zu verschaffen.

Onlinesucht
feel-ok.ch/onlinesucht-anzeichen
Ständig online? Vielleicht sogar «onlinesüchtig»? Finde es heraus... auch mit dem Onlinesucht-Test.
 12-19 Jahre · Arbeitsblatt "Onlinesucht verstehen und reflektieren": [WORD](#) / [PDF](#) · Arbeitsblatt "Onlinesucht: Tricks und Folgen": [WORD](#) / [PDF](#) · Test: feel-ok.ch/webprofi-os-test · ZHAW Angewandte Psychologie

Eine weitere Massnahme wurde Mitte 2017 realisiert, als feel-ok.ch mit den Kompetenzzielen des Lehrplans 21 verknüpft wurde. Daraus ist die neue Seite feel-ok.ch/lehrplan21 entstanden. Einerseits unterstützt sie Lehrpersonen, die Anforderungen des Lehrplans 21 umzusetzen. Andererseits valorisiert der Lehrplan 21 die bestehenden Inhalte der Webplattform. Diese Win-Win-Situation hat dazu geführt, dass feel-ok.ch/lehrplan21 in kürzester Zeit eine der erfolgreichsten feel-ok.ch-Seiten geworden ist.

Gespräche mit Lehrpersonen haben ergeben, dass die Nutzung von feel-ok.ch mit Schulklassen manchmal zu wenig strukturiert ist. Deswegen ist als weitere Valorisierungsmassnahme ein Video für Lehr- und weitere Fachkräfte geplant, die die optimale Verwendung von feel-ok.ch erklärt.

Weil feel-ok.ch auch ausserhalb vom schulischen Setting genutzt wird, sind weitere Valorisierungsmassnahmen für Jugendliche geplant. So können sie in Zukunft das Wichtigste über

ein bestimmtes Thema erfahren, ohne lang recherchieren oder sich mit Details auseinandersetzen zu müssen. Das erste Thema, das von dieser Valorisierungsmassnahme profitieren wird, ist die Rauchprävention. Neuheiten werden per Newsletter auf feel-ok.ch/+rundbrief kommuniziert.

Zur Strategie «Valorisierung» gehört auch jede Tätigkeit, die dazu führt, dass das Webangebot nicht nur korrekt angewendet, sondern überhaupt wahrgenommen wird. Stichworte dazu sind u.a. Online-Marketing, SEO, Werbe- und Infomaterialien, Workshops, Veröffentlichungen in Zeitschriften und die Zusammenarbeit mit Netzwerkpartnern.

III. Evaluieren

Als damaliges Interventionsprogramm vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich gehört die evaluative Tätigkeit zur DNA von feel-ok.ch. Diese widerspiegelt sich in den zahlreichen Studien, die auf feel-ok.ch/infos-berichte heruntergeladen werden können, wie auch in der kontinuierlichen und detaillierten Analyse des Nutzerverhaltens, aufgrund deren das Wirkungspotential der Intervention optimiert werden kann.

Betreffend Analyse des Nutzerverhaltens wurde von feel-ok.ch das Konzept der Interventionsdauer eingeführt, um besser als mit Sitzungen oder Seitenaufrufen die erbrachte Leistung einzelner thematischen Sektionen und Module zu quantifizieren. Zur statistischen Analyse gehören auch die Anzahl Downloads der didaktischen Unterlagen, die Verbreitung der Nutzung von feel-ok.ch in den Kantonen und die Antwort auf die Frage, welche Quellen und (insofern extrapolierbar) Strategien dazu führen, dass die Plattform die Zielgruppe erreicht. Diese Analysen finden mit steigendem Detaillierungsgrad seit Jahren statt und werden in Zukunft fortgesetzt.

Zunehmend werden auch Jugendliche und Lehrpersonen - neben weiteren Fachkräften - im Entwicklungsprozess neuer und in der Beurteilung bestehender Produkte der Webplattform beteiligt, dies um herauszufinden, welche Bedürfnisse sie haben, was sie von einem Webangebot bzw. von didaktischen Instrumenten erwarten und inwiefern sie bestehende Anwendungen als nützlich und umsetzbar wahrnehmen. Für thematische Bereiche, die Eltern von Jugendlichen adressieren, bemühen wir uns, die anvisierten Erwachsenen im Entwicklungsprozess zu beteiligen - soweit Ressourcen und Bereitschaft zur Mitwirkung vorhanden sind.

Es hat sich schon in der Vergangenheit bewährt, die Zielgruppe in verschiedenen Phasen der Entwicklungsarbeit zu beteiligen. Daher wird diese Strategie intensiviert. Diese können wir umsetzen, weil uns motivierte Lehrpersonen und (regionale) Fachstellen den Zugang zu den Jugendlichen ermöglichen und erst dann, wenn Gönner bereit sind, die Kosten des Zusatzaufwandes zugunsten einer systematischen und umfassenden Jugendpartizipation zu übernehmen.

Ausserhalb des schulischen Kontextes ist für die Rekrutierung von Mitwirkenden viel mehr Arbeit erforderlich, um als Ergebnis eine deutlich geringere Anzahl Jugendlicher für die Projektbeteiligung zu motivieren. Dazu sind Zweifel legitim, inwiefern die Aussagen und Lösungsansätze einzelner Jugendlicher, die bereit sind, für die Entwicklung eines Projektes Freizeit zu investieren, als

repräsentativ und allgemeingültig für die anderen *nicht so motivierten* Jugendlichen gelten. Diese Aspekte erklären, warum Jugendpartizipation im Rahmen von feel-ok.ch nicht ausschliesslich, dennoch vorwiegend im schulischen Kontext stattfindet.

Man könnte vermuten, dass der Aufwand für die evaluative Tätigkeit reduziert werden könnte, würde man nur Programme umsetzen, die sich schon woanders als wirksam erwiesen haben. Lokale Besonderheiten, unterschiedliche Wertvorstellungen und vielfältige Organisationsstrukturen, an denen die Schweiz reich ist, aber auch die Heterogenität der Zielgruppe zwingen dennoch dazu, diese Forschungsergebnisse für die eigene Zielgruppe zu relativieren. Denn, auch wenn sich ein Interventionsprogramm in Berlin, New York oder Paris als wirksam erwiesen hat, heisst dies noch nicht, dass der gleiche Ansatz auch in Wohlen, Andermatt oder Aarau die gleichen Ergebnisse erzielt. Und auch wenn man mit einem Programm wie feel-ok.ch schon viel Erfahrung in Städten wie Zürich, Winterthur und Bern gesammelt hat, muss man sich trotzdem überlegen und prüfen, wie man die Website in Altdorf, Luzern oder Herisau nutzen muss, so dass die Jugendlichen in diesen Regionen davon profitieren. Daher begleitet die Evaluation beinahe jede Aktivität von feel-ok.ch, um sich - so weit wie dies möglich ist - den lokalen Gegebenheiten, wie auch den unterschiedlichsten Bedürfnissen von Jugendlichen und Multiplikatoren anzupassen.

IV. Modernisieren

Die Technologie entwickelt sich weiter, Webangebote müssen sich anpassen. Als Folge daraus musste auch feel-ok.ch mehrmals neu programmiert werden. Weil die Bereitschaft von Gönnern, technische Tätigkeiten zu finanzieren, in der Regel gering ist, war jede umfassende Aktualisierung, sprich Re-Design oder Re-Launch, ein unsicheres Projekt, das die weitere Existenz der Webplattform beinahe in Frage gestellt hätte. Ohne Modernisierung kann dennoch ein Webprojekt langfristig nicht als ernst zu nehmende Anwendung agieren. Daher gehört dieser Aspekt - trotz Herausforderungen und Schwierigkeiten - zwangsläufig zu den strategischen Überlegungen von feel-ok.ch.

Kurzfristig führt die Modernisierung dazu, dass feel-ok.ch im Verlauf von 2018 responsiv wird, das heisst die Webplattform wird sich der Grösse des jeweiligen Bildschirmes anpassen. Langfristig werden Entwicklungen wie Virtual und Augmented Reality oder die 360°-Videos im Auge behalten, um mögliche neue interventive Ansätze zu identifizieren.

V. Regionalisieren

«Internet ist *global*, der Nutzer denkt *lokal*». Basierend auf dieser Erkenntnis wurde feel-ok.ch mit INFO QUEST erweitert. Die thematischen Sektionen von feel-ok.ch enthalten Empfehlungen und Informationen, die überregional - sprich *global* - zutreffend sind. INFO QUEST ergänzt diese Inhalte mit Ressourcen, die Jugendliche, Lehrpersonen und Eltern in ihrer *Region* nutzen können. Dazu gehören Beratungsstellen, Projekte, andere Webangebote, Freizeitaktivitäten, Infomaterialien und didaktische Unterrichtseinheiten. INFO QUEST wird als bewährte Erweiterung von feel-ok.ch weiter gepflegt.

Kohärent mit dieser strategischen Ausrichtung wurde feel-ok.ch in einer späteren Phase mit kantonalen Versionen ergänzt. Diese enthalten als Grundlage die gleichen Inhalte wie die schweizerische Version. Als Ergänzung dazu bieten sie lokale Informationen und Adressen, die von regionalen Partnern verwaltet werden. Mit den regionalen Versionen gelingt es dem ursprünglichen Zürcher Programm in den Strukturen anderer Kantone zu verankern, was für die Plattform mehr Glaubwürdigkeit und Sichtbarkeit (mindestens) im schulischen Kontext bedeutet. Dies führt letztendlich dazu, dass die Webplattform öfter in den Gemeinden genutzt wird, oder mit anderen Worten, dass die Inhalte des Fachnetzwerkes durch feel-ok.ch eine grössere Anzahl Jugendlicher erreichen. Aufgrund dieser Strategie und der mehrjährigen Zusammenarbeit mit den Kantonen gilt feel-ok.ch heute als deutschschweizerisches Programm und nicht mehr als Zürcher Intervention.

Die Regionalisierung ist eine wichtige Strategie für feel-ok.ch und wird entsprechend intensiviert. Bis Ende 2017 bestand feel-ok.ch aus 5 kantonalen Versionen (ZH, ZG, SO, TG, SG). Bis Ende 2018 könnten 10 Kantone über eine eigene feel-ok.ch-Version verfügen.

VI. Erweitern

Mehrmals jährlich werden wir von Fachorganisationen motiviert, neue Themen auf feel-ok.ch aufzunehmen. Dies erklärt, warum das inhaltliche Angebot der Webplattform wächst. Weniger bekannt ist, dass gelegentlich Inhalte auch verschwinden: Das ist der Fall, wenn sie veraltet sind und nicht mehr aktualisiert werden können oder kaum wahrgenommen werden.

Als Mitglieder eines grossen Netzwerkes erfahren wir, welche Inhalte von Fachpersonen als wichtig eingestuft werden und versuchen sie auf feel-ok.ch aufzunehmen, falls dazu Bedarf besteht und sie dazu dienen, die Lebenskompetenzen der anvisierten Zielgruppe zu fördern. Aus diesem Grund gehört die inhaltliche Erweiterung der Webplattform seit mehr als 15 Jahren zur strategischen Ausrichtung von feel-ok.ch und wird im Jahr 2018 mit den Themen «Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen», «Häusliche Gewalt» und «Freizeit» fortgesetzt.

Es gibt auch Themen, die Jahre warten müssen, bevor (und falls überhaupt) die Entwicklungsarbeit beginnen kann; Dies, weil sich die Akquise als besonders schwierig erweist. Zu diesen Themen gehören u.a. Umgang mit Geld (als Teil der Schuldenprävention), Unfallprävention, Doping und Steroide (Förderung der Muskelmasse), Arbeitslosigkeit, Umwelt und Extremismus / Terrorismus.

VII. Diagnostik verbessern (SPRINT 2.0).

Repräsentative Studien weisen darauf hin, welche Problemverhalten (z.B. Konsum von psychoaktiven Substanzen), Phänomene (z.B. Medienkonsum), Schwierigkeiten (z.B. Stress) oder Symptome (z.B. Schlafstörungen) bei Jugendlichen verbreitet sind. Diese Erkenntnisse sind wertvoll, um regionale oder kantonale evidenzbasierte Interventionen einzuleiten. Für Schulen und in der offenen Jugendarbeit genügen sie dennoch oft nicht, weil man sich auf lokaler Ebene weniger für repräsentative Befunde, stattdessen mehr für die eigene Realität interessiert. Erst wenn man weiss, dass im *eigenen* Schulhaus oder Jugendhaus ein bestimmtes Problem vorkommt, ist man z.B. als

Schulleiter, Lehrperson, Sozialarbeiterin oder Jugendarbeiter eher bereit, etwas dagegen zu unternehmen.

Zu diesem Zweck wurde das Umfragetool SPRINT entwickelt (feel-ok.ch/sprint). Mit diesem Instrument kann man in wenigen Minuten ohne technisches oder wissenschaftliches Vorwissen eine Umfrage mit Jugendlichen durchführen, um herauszufinden, ob ein bestimmtes Problem die *eigene* Zielgruppe belastet. Die auf diese Weise gewonnenen Erkenntnisse können in die Einleitung evidenzgestützter Gegenmassnahmen münden.

Das Umfragetool SPRINT wird mit einer gewissen Häufigkeit genutzt, weist dennoch Mängel auf, die sein Verbreitungspotential schmälern. Vor allem die fehlenden Export-Funktionen und die Unmöglichkeit, bestehende Fragen den eigenen Bedürfnissen anzupassen oder neue Fragen zu generieren, werden als Nachteil empfunden und führen dazu, dass das Tool seltener eingesetzt wird als was ursprünglich erwartet wurde. Deswegen gehört die Erweiterung von SPRINT zu einem strategischen Ziel von feel-ok.ch. Mit SPRINT 2.0 wird es möglich sein, flexiblere IST-Analysen durchzuführen und einfacher sein, diese zu kommunizieren. Dies um Multiplikatoren und Multiplikatorinnen noch besser als die heutige Version zu unterstützen, die durchschaubaren Ressourcen zielgerichtet zur Förderung der Lebenskompetenzen Jugendlicher einzusetzen.

VIII. Zielgruppe und Multiplikatoren beteiligen (u.a. Jugendpartizipation)

feel-ok.ch transportiert zur jeweiligen Zielgruppe das Wissen der Fachorganisationen in zielgruppengerechter Sprache. Das ist die Kernstrategie der Webplattform und wird in Zukunft fortgesetzt.

Als Ergänzung dazu werden zunehmend auch die Perspektive und die Lösungsansätze der Zielgruppe im inhaltlichen Angebot einfließen. So finden die Besucher/-innen in der gleichen Website sowohl das Fachwissen der für die Inhalte zuständigen Organisation wie auch die Lösungsansätze der Zielgruppe.

Instrumente, die zu dieser strategischen Ausrichtung gehören,

- sind die Interviews (z.B. feel-ok.ch/interviews_tabak oder feel-ok.ch/virtualstories),
- das Tipps-Tool (z.B. feel-ok.ch/passivrauchen)
- das Meinungstool (z.B. feel-ok.ch/vorurteile-wasdenkstdu)
- und das Projekt in Entwicklung mit dem Arbeitstitel «Der Jugendratgeber».

Konkret läuft es so: Ein Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin von feel-ok.ch trifft die Zielgruppe persönlich und sammelt Anregungen, Antworten und Lösungsansätze. Diese werden veröffentlicht, nachdem sie von mindestens zwei Fachpersonen geprüft wurden und nur falls die Beiträge nützlich, relevant und korrekt sind.

Jugendliche, Lehrpersonen oder Eltern zu treffen, ist nicht nur eine Gelegenheit, Beiträge zu sammeln, sondern auch im persönlichen Kontakt ihre Anliegen und Weltanschauung besser zu verstehen. Dies erleichtert die redaktionelle Erarbeitung nützlicher und zielgruppengerechter Fachtexte in Zusammenarbeit mit Fachorganisationen. Zudem sind die persönlichen Begegnungen eine wichtige Erfahrungsquelle, um die weiterführende strategische Ausrichtung des Programms nicht nur aufgrund vom fachlichen Bedarf, sondern auch basierend auf den Bedürfnissen der Zielgruppe zu definieren.

IX. Mediatoren bilden (Fachkräfte und ev. Jugendliche)

Es kommt vor, dass Lehrpersonen feel-ok.ch mit Schülern/-innen einsetzen, ohne klare Aufträge zu erteilen. Ebenso gibt es Fachpersonen, die die Nutzung von feel-ok.ch Lehrpersonen und Jugendlichen empfehlen, ohne zu erklären, wie man mit der Plattform arbeitet. In beiden Fällen besteht ein erhöhtes Risiko, dass feel-ok.ch ohne Ziel und ohne Systematik verwendet wird und als Folge daraus seine Wirkung nicht oder nur bedingt entfalten kann.

Mit einer Online-Anleitung, die erklärt, wie man mit feel-ok.ch umgeht, kann man das Problem entschärfen. Das wird aber nicht reichen. Aus diesem Grund gehört zur strategischen Ausrichtung des Programms die Schulung der Fachstellen, die mit feel-ok.ch arbeiten, mit dem Ziel, ihnen die Erkenntnisse zu vermitteln, die eine optimale Nutzung der Webplattform ermöglichen.

Ein nützliches Programm ist in der Regel ein flexibles Programm, weil die Zielgruppe heterogen ist. Daraus folgt, dass der Mediator oder die Mediatorin verschiedene Methoden kennen muss, um bei der jeweiligen Zielgruppe die passende Strategie einzusetzen. Dies setzt seiner- oder ihrerseits Fingerspitzengefühl sowie die Fähigkeit voraus, mit den Adressaten eine Beziehung aufzubauen, die den Austausch fördert. Kohärent mit dieser Strategie werden zurzeit verschiedene Methoden erarbeitet und getestet, mit denen die Vertiefung gesundheitsrelevanter Themen mit Jugendlichen gelingt. Diese nutzen als Grundlage das Angebot von feel-ok.ch. Dennoch nicht ausschliesslich, weil zu einer flexiblen und kontinuierlichen und daher erfolgsversprechenden Intervention der Einsatz verschiedener Programme und Projekte gehört. Dazu kann feel-ok.ch einen Beitrag leisten, aber nur zusammen mit Massnahmen und mit der Unterstützung anderer Organisationen.

Als langfristige Vision wird die Option geprüft, ob auch Jugendliche die Mediatoren-Rolle übernehmen könnten. Jugendliche erfahren in der Regel vor den Erwachsenen, ob in ihrer unmittelbaren Nähe Probleme entstehen und könnten vor einer Eskalation reagieren, nicht als Berater/-innen, sondern als Vermittler/-innen. Als Mediatoren würden sie über ein gewisses Grundlagewissen in Bezug auf verschiedene gesundheitsrelevante Themen verfügen. Vor allem wüssten sie aber auch, welche Organisationen und Fachpersonen im Einzelfall Hilfe bieten und wo man Adressen und Informationen findet. Sie wären nicht nur Kontaktpersonen für andere Jugendliche, sondern auch für Erwachsene im jeweiligen Setting.

Diese Vision benötigt ein längeres Zeitfenster, um aus bestehenden Erfahrungen Erkenntnisse zu gewinnen (Peacemaker von NCBI, Junior-Coachs von IdéeSport, Berater/-innen* von du-bist-du)

und um eventuelle Synergien zu bilden. Dazu muss noch das Fachnetzwerk aktiv beteiligt und befragt werden, denn ein solches Vorhaben ist ohne lokale fachliche Unterstützung nicht umsetzbar. Viele Fragen sind noch offen, auch was die Finanzierung betrifft, daher gilt die Beteiligung Jugendlicher als Mediatoren als Vision und noch nicht als definitive Strategie.

X. Internationalisieren

Seit 2004 ist Styria vitalis in Österreich für feel-ok.at zuständig. Im Jahr 2011 hat der Baden-Württembergische Landesverband für Prävention und Rehabilitation die Trägerschaft von feelok.de in Deutschland übernommen. Daher existiert feel-ok.ch in drei nationalen Versionen, die die gleiche Technologie teilen, dennoch selbstständig verwaltet werden.

Zwischen den drei Trägerschaften - RADIX, Styria vitalis und BWLV - besteht eine sehr enge Zusammenarbeit, was Austausch von Produkten und Erfahrungen fördert. Wir lernen viel voneinander und können aufgrund der gewonnen Erkenntnisse die strategische Ausrichtung der jeweiligen Programme optimieren. Aus diesem Grund gehört die internationale Zusammenarbeit im deutschsprachigen Raum weiterhin zur Strategie von feel-ok.ch.

Oliver Padlina, Januar 2018