

Bericht über feelok

Dr. phil. O. Padlina, MPH, 6.1.2004



Folgender kurzer Bericht fokussiert die wichtigsten Aufgaben und Ziele, die im Rahmen von feelok erfüllt wurden (Fokus: 2003) und zeigt eine mögliche Weiterentwicklung für die nächsten Jahre.

Verbreitung von feelok (Stand: Ende 2003)

- 280'000 Besuche
- Durchschnittszeit pro Besuch: 10 bis 15 Minuten
- 75% - Schweiz (www.feelok.ch)
- 11% - Deutschland (www.feelok.de)
- 5% - Österreich (www.feelok.at)
- 9% - 22 weitere Länder
- Anzahl Besuche ab September 2003: 400 bis 600 pro Tag
- Erwartete Anzahl von Besuchen bis Ende 2004: mindestens 400'000



Verwendung von feelok (Periode: September – Oktober 2003)¹

% der BesucherInnen, die mit folgenden Themen gearbeitet haben:

- 26% - Liebe & Sexualität
- 17% - Psychologische Tests
- 16% - Rauchen
- 14% - Fun
- 11% - Stress
- 9% - Cannabis (für alle zugänglich nur seit Oktober '03)
- 5% - Selbstvertrauen
- 2% - Internet für AnfängerInnen

Alter der BesucherInnen²:

- 13 – 20 Jahre
- Durchschnitt: 17 Jahre
- Standardabweichung: 6 Jahre

Mit etwa ¼ der Computer wird feelok mindestens ein 2. Mal besucht (innerhalb des Datenerhebungsmonats, d.h. max. 4 Wochen bis mind. 1 Tag).

Finanzierung von feelok

- Krebsliga Zürich (2002, Anfang 2003, + 1/3 der Wirksamkeitsstudie des Cannabisprogramms)
- Fachstelle für Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung des Kt. Zürich (ab 2002 für die Entwicklung, Evaluation und Implementierung des Cannabisprogramms)
- Baugartenstiftung (2003)
- Abt. Prävention und Gesundheitsförderung - ISPMZ³ (2003-2004 für die Implementierung im Kt. Zürich)
- Bundesamt für Gesundheit⁴ (2004)

¹ Im Rahmen von feelok werden alle Besuche seit September 2003 mit einem neuen Statistikprogramm erfasst, das neue Funktionen beinhaltet. Wenn wir mehr als 30'000 protokollierte Besuche haben werden, werden wir die Daten erneut analysieren und somit genauere Informationen über das Benutzerverhalten haben.

² Gemäss Angaben in den Diskussionsforen

³ Die Abteilung 6 (R. Stähli) unterstützt finanziell gezielte Implementierungsstrategien, die im Kanton Zürich stattfinden

⁴ feelok ist seit 2004 Leistungsanbieter im Rahmen des schweizerischen Netzwerkes „bildung + gesundheit“

Arbeitsstellen des feelok-Teams am ISPMZ in % (Vorhersage: Ende 2003)

- Projektleitung bis Anfang 2005: 40%
- Projektmitarbeit bis Ende Juni 2003: 20%
- Falls keine zusätzlichen finanziellen Quellen gefunden werden, wird das Projekt im Jahr 2005 beendet. Das Interventionsprogramm www.feelok.ch wird dagegen für eine Periode **von etwa 5 Jahren** weiter laufen, jedoch ohne Leitung und Wartung.

Implementierungsstrategien im Kanton Zürich

- Von 23 wurde feelok in **11** Kapitelversammlungen⁵ vorgestellt.
- In Zusammenarbeit mit ILEB⁶ haben zwei Workshops stattgefunden (vorwiegend für Lehrpersonen der Berufs- und Mittelschule)
- In Zusammenarbeit mit der PHZH⁷ hat ein Workshop über feelok stattgefunden (für Lehrpersonen der Volksschule)
- Für Details über diese drei sowie über andere stattgefundenen Workshops in den Schulen des Kantons Zürich – Siehe: www.feelok.ch/v1/start/inhalte/info/schule.htm
- Im Februar 2004 werden 40'000 Flyers an StudentInnen und 6'000 Flyers an Lehrpersonen der Berufs- und Mittelschule **direkt** verteilt
- 13 Mediatoren werden Anfang 2004 von der Projektleitung ausgebildet, so dass sie Workshops über feelok geben können.
- Ab September 2004 werden Lehrpersonen im Kanton Zürich im Rahmen des Projektes „Kits for Kids“ über feelok informiert.
- Viele Berufs- und Mittelschulen im Kanton Zürich, die eine Website haben, wurde gefragt, ein Link zu feelok einzufügen

Implementierungsstrategien in, aber auch ausserhalb des Kantons Zürich

- Bundesamt für Gesundheit: Im Rahmen von „bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz“ wird feelok durch die anderen Netzwerkkompetenzzentren in seiner Implementierungsarbeit unterstützt
- Kapitel über feelok im Buch „Go2Life“. Die deutsche Version wird in 70'000 Exemplaren veröffentlicht, die die Lehrpersonen via Internet bestellen können.
- Referenz – Siehe: www.go2life.ch
- Medienarbeit (z.B. Beobachter, Achtung Sendung - Offizielle Fachzeitschrift für das Schulfernsehen von SF DRS...)
- Für Details – Siehe: www.feelok.ch/v1/start/inhalte/info/publikationen.htm
- Bundesamt für Sport: Deutschsprachige Lehrpersonen, die die Infrastruktur vom „Centro Sportivo Tenero“ verwenden, werden über feelok informiert
- Fachpersonen, die in Österreich tätig sind, werden wahrscheinlich im Frühling 2004 im Rahmen eines Workshops über die Funktionsweise von feelok weitergebildet. Sie werden nachher als Mediatoren die Verbreitung von feelok in Österreich unterstützen
- Zahlreiche Websites in der Schweiz, aber auch in Deutschland bieten Links zu feelok an.

Kongresse und internationale Austausche

- Poster am 20. Symposium der Fachgruppe Klinische Psychologie und Psychotherapie der Deutschen Gesellschaft für Psychologie – Konstanz (2002)
- Diskussion über feelok am Kongress „European Federation of Sport Psychology“ in Kopenhagen mit ausgewählten Fachpersonen, die im Bereich „Transtheoretisches Modell“ tätig sind (August 2003). Als Folge davon wurde das Interesse für eine englische Version des Programms sowie für seine verstärkte Verbreitung in Deutschland gezeigt.
- Poster über feelok an der 6. nationalen Gesundheitsförderungs-Konferenz vom 29. – 30. Januar 2004 in Lugano

⁵ Obligatorische Lehrveranstaltungen für Lehrpersonen der Volksschule

⁶ Zürcher Hochschule für Schulpädagogik und Fachdidaktik

⁷ Pädagogische Hochschule Zürich

- Poster über feelok an dem "8th international Congress of Behavioral Medicine" in Mainz (August 2004: geplant)
- Poster über feelok an der Konferenz „Research on the Transtheoretical Model: Where are we now, where are we going?“ in Marburg (August 2004: geplant)

Erweiterung von feelok

- Das Cannabisprogramm in Zusammenarbeit mit der Fachstelle Suchtprävention Berufsbildung und Mittelschule des Kt. Zürich (August 2003)
→ Siehe www.feelok.ch/cannabis.htm
- Integrierung des Beratungsmoduls www.tschau.ch in feelok. Jugendliche können direkt in feelok Fragen stellen, die vom Team von tschau.ch beantwortet werden
→ Siehe www.feelok.ch und dann „Persönliche Antworten“
- Das „Handbuch für Lehr- und andere Fachpersonen“ (etwa 180 Seiten), das man vollständig oder als einzelne Kapitel herunterladen kann
→ Siehe www.feelok.ch/v1/unterlagen/frameset.htm
- + zahlreiche andere Verbesserungen, die die Benutzerfreundlichkeit des Programms erhöhen

Geplante Erweiterungen ab Jahr 2004-2005:

- Das Alkoholprogramm in Zusammenarbeit mit der SFA
- Drei weitere *mögliche* Erweiterungen, die aber von der Partnerseite noch nicht bestätigt wurden, sind das Bewegungs-, das Ernährungs- und das Konfliktprogramm.

Übersetzung

Die geplante Übersetzung auf Italienisch von feelok wird nicht stattfinden. Das „Dipartimento della sanità e della socialità“ (Tessin) hat entschieden, die Übersetzung aus verschiedenen Gründen nicht zu unterstützen (z.B. Finanzierungsschwierigkeiten, mangelnde Zeit, wenig Interesse von Seite derjenigen, die das Programm implementiert hätten usw.). Die Verhandlungen haben ziemlich viel Zeit und Ressourcen in Anspruch genommen. Als Folge davon wurde von unserer Seite die Entscheidung getroffen, keine weiteren Ressourcen in eine eventuelle Übersetzung von feelok zu investieren (z.B. auf Französisch). Zwar ist das Projektteam für eine Übersetzung offen, aber nur wenn eine externe Institution die Aufgabe aktiv übernimmt, die Übersetzung finanziell unterstützt und das Programm implementiert.

Evaluation (bis 2003)

- feelok wurde durch die Zeitschrift „Beobachter“ überprüft. Die Ergebnisse zeigen, dass vor allem das Rauchprogramm und das Liebe- & Sexualitätsprogramm besonders positiv wahrgenommen werden (das Cannabisprogramm gab es damals noch nicht).
→ Ergebnisse: siehe www.feelok.ch/v1/start/inhalte/info/ergebnisse_beobachter.htm
- feelok wurde spontan von 430 Jugendlichen via Internet beurteilt. Diese (nicht repräsentativen) Ergebnisse zeigen eine positive, manchmal sogar eine sehr positive Einstellung für das Programm. Z.B. etwa 74% der Jugendlichen beurteilt die Inhalte von feelok als nützlich oder sehr nützlich, 10% als ziemlich nützlich und 16% als nicht nützlich.
→ Ergebnisse: siehe www.feelok.ch/v1/start/inhalte/info/ergebnisse_online.htm
- feelok und seine Anwendung in den Schulen wird auch von den Lehrpersonen in Form von kurzen Berichten beurteilt. Diese Informationen sind zudem interessant für weitere Lehrpersonen, die auch mit den eigenen Klassen feelok verwenden möchten.
→ Die kurzen Berichte: siehe www.feelok.ch/v1/start/inhalte/info/erfahrungLehrpersonen.htm
- Gespannt warten wir auf die Ergebnisse der *Wirksamkeitsstudie*, die von der SFA geleitet wird. Die Datenerhebung hat in September 2003 stattgefunden. Geplant

waren die Ergebnisse bis Ende 2003. Jedoch hat die Projektleitung der SFA uns gebeten, noch ein bisschen Geduld zu haben. Ein genauerer Zeitplan wurde uns leider nicht bekannt gegeben.

Evaluation (ab 2004)

Zurzeit schreiben wir an die Jacobs-Stiftung ein Gesuch, um die wissenschaftliche Arbeit und Evaluation von feelok fortzusetzen. Falls das Gesuch akzeptiert wird, werden wir untersuchen, wie die einzelnen Programnteile von feelok auf die BesucherInnen wirken, die Typologie unserer BesucherInnen werden wir besser erfassen können, und wir werden die Beweggründe der Besuche untersuchen usw.

Diese wissenschaftliche Studie ist nicht nur für feelok von grossem Interesse, sondern auch für andere Projekte auf nationaler und internationaler Ebene, die Internet als Medium für die Prävention und für die Gesundheitsförderung verwenden möchten. Falls die Jacobs-Stiftung das Projekt unterstützt, wird feelok die notwendigen Ressourcen erhalten, um die Arbeit ab Jahr 2005 fortzusetzen.

Mehr Informationen?

In feelok finden Sie fast alle relevanten Informationen, die das Projekt und das Programm betreffen. Wählen Sie die Adresse www.feelok.ch und klicken Sie unter „Extra“ auf „Info über feelok“. Falls Sie mehr Informationen brauchen, können Sie mit der Projektleitung von feelok direkt Kontakt aufnehmen (info@feelok.ch).

Das Organigramm von feelok – Version 2 – Stand: Ende 2003

