



Zentrum für Psychosoziale Medizin
Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und
Psychotherapie



Forschungsbasierte Weiterentwicklung des Selbsthilfeportals Breaking-Meth für verschiedene Nutzergruppen mit Methamphetaminproblematik

Sachbericht

vorgelegt von:

Sascha Milin
Ingo Schäfer

Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS)
der Universität Hamburg
c/o Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Martinistraße 52
20246 Hamburg
Tel.: 040 / 7410 59290
Fax: 040 / 7410 58920
Email: i.schaefer@uke.de

Hamburg, im August 2019

1. Titel und Verantwortliche

Projekttitle: Forschungsbasierte Weiterentwicklung des Selbsthilfeportals
Breaking-Meth für verschiedene Nutzergruppen mit
Methamphetaminproblematik

Förderkennzeichen: ZMV11-2516DSM209

Leitung: Prof. Dr. med. Ingo Schäfer, MPH
Stellvertreter: Sascha Milin, MA

Projektmitarbeitende: Wibke-Tabea Radke
Anna Sophia Beusmann
Timothy Smith
Marco Müller
Robin Kruse
Johannes Clemenz
Ulrike Köhn
Anne Smith
Charlotte Kleinau
Christian Gummert
Derya Karakuş
Damla Ökmen
Leonik Mertens
Nele Mönkedieck

Kontaktdaten: Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS)
der Universität Hamburg
c/o Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Martinstraße 52
20246 Hamburg
Tel.: 040 / 7410 59290
Fax: 040 / 7410 58920
Email: i.schaefer@uke.de

Laufzeit 01.05.2016 – 30.04.2019

Fördersumme 208.410 €

2 Inhaltsverzeichnis

3 Zusammenfassung	5
4 Einleitung	6
4.1 Ausgangslage des Projektes	6
4.2 Ziele des Projektes	8
4.3 Projektstruktur	8
5 Erhebungs- und Auswertungsmethodik	10
5.1 Wissenschaftliche Begleitung	10
5.1.1 <i>Untersuchungsbereiche.....</i>	<i>10</i>
5.1.1.1 <i>Etablierung einer online-basierten Selbsthilfe im suchtbezogenen Hilfesystem.....</i>	<i>10</i>
5.1.1.2 <i>Bedarfe und Besonderheiten der adressierten Zielgruppen.....</i>	<i>10</i>
5.1.2 <i>Datenquellen.....</i>	<i>11</i>
5.1.2.1 <i>Befragungen von Teilnehmenden</i>	<i>11</i>
5.1.2.2 <i>Berichte des Projektpartners Drug Scouts</i>	<i>11</i>
5.1.2.3 <i>Befragungen von Fachkräften</i>	<i>12</i>
5.1.3 <i>Weiterentwicklung des Angebotes</i>	<i>12</i>
6 Durchführung, Arbeits- und Zeitplan.....	13
6.1 Analyse der Arbeiten und Abweichungen von der Planung	13
6.2 Zielerreichung.....	15
7 Ergebnisse	16
7.1 Entwicklung der Portalsnutzung	16
7.2 Bekanntmachung und Begleitmaterial	17
7.3 Der Selbsthilfe-Ratgeber Quitting Crystal Meth.....	22
7.4 Weiterentwicklung des Portals	24
7.5 Anschlussforschung und Weiterbetrieb	29
8 Diskussion der Ergebnisse, Gesamtbeurteilung.....	30
9 Gender Mainstreaming Aspekte.....	31
10 Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse	31
11 Verwertung der Projektergebnisse (Nachhaltigkeit / Transferpotential).....	32
12 Publikationsverzeichnis.....	33
Quellenverzeichnis	34

Tabellenverzeichnis

Tab. 1: Kommunikationsbereiche im Breaking-Meth Portal (Stand Juli 2016)	7
Tab. 2: Zielgruppen des Selbsthilfeportals Breaking-Meth	8

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Arbeitsschritte hin zur Neuprogrammierung (Relaunch) der Online-Plattform.....	14
Abb. 2: Gestaltung von Broschüren, Flyern und Postern	18
Abb. 3: Begleitmaterial Abstinenz-Jahresplan und Elemente zur Rückfallprophylaxe	20
Abb. 4: Begleitmaterial zur Konsumreflexion	21
Abb. 5: Der E-Reader zur deutschsprachigen Version von Quitting Crystal Meth	23
Abb. 6: Abstimmung von Design-Ideen mit den Teilnehmenden	25
Abb. 7: Neue grafische Gestaltung des Portals	26
Abb. 8: Grundlegende virtuelle Kommunikationsbereiche.....	27

3 Zusammenfassung

Ziel des Modellprojektes und Forschungsvorhabens war es, das im März 2015 im Rahmen eines Vorgängerprojektes geschaffene onlinebasierte Angebot Breaking-Meth (Angeleitete Suchtselbsthilfe für Menschen mit Methamphetamin-Problematik) weiterzuentwickeln. Das Angebot sollte im Hinblick auf Zielgruppen wie Konsumierende mit beginnendem Problemverständnis, bereits Therapieerfahrene sowie ehemals Konsumierende optimiert werden. Mittels einer formativen Evaluation sollten hierzu während des Projektverlaufes Erkenntnisse gewonnen werden, die in Adaptionen und Weiterentwicklungen einfließen. Angestrebt wurde zudem die Entwicklung einer nachhaltigen Strategie, um einen Weiterbetrieb nach Abschluss des Förderzeitraums sicherzustellen.

Im Projektverlauf wurden Teilnehmende des Portals und Fachkräfte der Suchthilfe einbezogen und zu verschiedenen Themen befragt. So wurde das Gesamtkonzept des Angebotes erweitert und angepasst. Dies bezog sich auf technische Abläufe, auf Moderationskonzepte sowie auf zugehörige Begleitmaterialien und Unterlagen zur Bekanntmachung. Bis zum Ende der Projektlaufzeit konnte die Anzahl der registrierten Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf insgesamt 771 erhöht werden.

Die Gruppe der ehemals Konsumierenden erwies sich als besonders gut zugänglich für Befragungen und für eine aktive Mitarbeit an der Weiterentwicklung. Für diese abstinenzorientierten Nutzerinnen und Nutzer wurden Konzepte überarbeitet und Begleitmaterialien entwickelt. Für Teilnehmende mit beginnendem Problemverständnis sowie für Therapieerfahrene wurden im Projektverlauf verschiedene Ansätze zur Konsumreflexion erprobt.

Das Portal wurde im Jahr 2018 komplett neu konzipiert. Hierbei konnten die nutzergenerierten Inhalte der zurückliegenden Jahre übernommen werden, gleichzeitig wurde das Portal auf einen technisch und gestalterisch aktuellen Stand gebracht. Zum Abschluss des Projektes konnte ein Weiterbetrieb bis April 2022 im Rahmen einer Anschlussforschung durch die Selbsthilfeförderung des AOK-Bundesverbandes erreicht werden.

4 Einleitung

4.1 Ausgangslage des Projektes

Methamphetamin-Konsumierende stellen in verschiedenen Bundesländern das Hilfesystem vor beträchtliche Probleme. Eindeutige Erkenntnisse zur Prävalenz von Methamphetamin-bezogenen Störungen in der deutschen Gesamtbevölkerung liegen derzeit nicht vor. Im Bereich der stationären Suchtkrankenhilfe liegen Stimulanzien (inkl. Methamphetamin) bezüglich der Hauptdiagnose hinter Alkohol (66,5%) und Cannabis (9,2%) mit 6,6% mittlerweile insgesamt auf Rang 3 bzw. auf Rang 2 bei den illegalen Drogen [1]. Besonders verbreitet ist Methamphetamin in südlichen und östlichen Teilen Deutschlands, jedoch deutet sich eine zunehmende überregionale Problematik an [2]. So hat „Crystal-Meth“ in Regionen des südlichen Brandenburgs stark an Bedeutung gewonnen. Auch für Berlin wird mittlerweile von Suchthilfeeinrichtungen auf eine erhöhte Verbreitung der Substanz in bestimmten Szenen hingewiesen.

Selbsthilfeaktivitäten haben neben Angeboten der Therapie und der Beratung im Bereich der illegalen Drogen zunehmend an Bedeutung gewonnen. Zu online-basierten Angeboten der allgemeinen gesundheitsbezogenen Selbsthilfe wurden u.a. durch die vom BMG geförderten Untersuchungen der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) besondere Vorteile, allgemeine Qualitätskriterien und Empfehlungen ermittelt und verbreitet [3]. Im Suchtbereich ist hierbei auf nationaler und internationaler Ebene der Forschungsstand noch fragmentarisch. Es wird jedoch auf einen besonderen Nutzen für Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen und/oder anderen psychischen Störungen hingewiesen. Besondere Chancen werden in der leichten Verfügbarkeit und Niedrigschwelligkeit [4], verbesserten Kommunikationsmöglichkeiten [5], der Motivation zur Inanspruchnahme des Hilfesystems [6], der Überwindung von Isolation [7], einem produktiven sozialen Austausch [8, 9], einer Förderung und Wiedererlangung von interpersonellen Kompetenzen [10, 11] sowie in einem verbesserten Verständnis für die eigene (Sucht-)Erkrankung [12] gesehen. Zudem sollte potenziellen Grenzen und Herausforderungen mit speziellen Strategien begegnet werden. Dazu zählte die Vermeidung sog. Trigger-Effekte (das Hervorrufen von Suchtdruck oder Symptomen von Begleitstörungen durch bestimmte Nutzerbeiträge) [13], eine mögliche Labilisierung durch emotional aufgeladene, sog. „Flaming“-Inhalte [14], die Verfestigung einer Opferidentität [15], eine unerwünschte exzessive Internetnutzung [16], soziale Isolation [13] oder eine Verstärkung von anderen negativen Verhaltensweisen [17].

In der vom BMG geförderten Studie zu Personengruppen mit missbräuchlichem Stimulanzienkonsum [18] berichtete ein substantieller Anteil der befragten Personen von der Nutzung relevanter Onlineportale (z.B. der „Drug Scouts“ oder des Projektes „Mindzone“).

Diese Portale präsentieren Informationen in für die Zielgruppe angemessener Form, ohne jedoch die Charakteristika einer (virtuellen) Selbsthilfegruppe aufzuweisen, etwa eine Kommunikation in Echtzeit. Ortsgebundene Selbsthilfegruppen wurden ebenfalls häufig von Studienteilnehmern benannt und als hilfreich bewertet. Allerdings wurde beklagt, dass solche Gruppen entweder nicht verfügbar oder nicht auf Methamphetamin-Konsumierende abgestimmt seien, was gerade von dieser Betroffenenengruppe als besonders frustrierend erlebt wurde und zu einer Ablehnung des Angebotes geführt hatte. Ermöglicht durch eine Förderung des BMG wurde vor dem Hintergrund dieser Gegebenheiten das Selbsthilfeportal Breaking-Meth durch das ZIS konzipiert und gemeinsam mit dem szenenahen Präventionsprojekt Drug Scout der SZL Suchtzentrum Leipzig gGmbH betrieben und erprobt (Laufzeit 01.10.2014 – 30.04.2016, Förderzeichen ZMVI5-2514DSM219). Es konnte am 25. März 2015 in Betrieb genommen werden. Neben einem frei zugänglichen und stetig aktualisierten Informationsbereich verfügte Breaking-Meth über einen anmeldepflichtigen Bereich mit virtuellen Kommunikationsräumen. In diesem ersten Pilotbetrieb wurde eine thematisch organisierte Struktur von virtuellen Kommunikationsbereichen anhand von Befragungen der Teilnehmenden konzipiert und weiterentwickelt.

Tab. 1: Kommunikationsbereiche im Breaking-Meth Portal (Stand Juli 2016)

- Möglichkeiten der Freizeitgestaltung („Erleben – Treffen – Sport“)
- Unterstützung bei Rückfälligkeit
- Austausch unter bereits längere Zeit Abstinente („Clean und das bleibt so“)
- Nutzung im Anschluss an eine stationäre Entgiftung/Suchttherapie („Raus aus der Klinik“)
- Sexuelle Konsummotive als Rückfallgründe und angemessene Bewältigungsstrategien („Sex“)

Das Portal wurde von 315 registrierten Mitgliedern regelmäßig genutzt (Stand Juli 2016). Während des Forschungsbetriebs wurden u.a. spezifische Bedarfe der Teilnehmenden identifiziert. Häufige Kommunikationsinhalte sind Erfahrungen und Hindernisse beim Zugang zu Hilfsangeboten und bei der Weitervermittlung innerhalb des Hilfesystems. Zudem zeigte sich ein Bedarf nach Erfahrungsaustausch zu körperlichen und psychischen Konsumfolgen und zu Umgangsweisen mit Suchtdruck und Rückfällen.

Die Drug Scouts, deren Tätigkeit in diesem ersten Zeitraum noch über Fördermittel des BMG finanziert wurde, konnten zum Abschluss dieser Phase eine Weiterförderung durch die AOK PLUS¹ erreichen. Da im ersten Förderzeitraum zunächst die grundlegenden Ausbaurbeiten des Portals stattfinden konnten und nun mit Blick auf einen nachhaltigen zukünftigen Betrieb wesentliche Weiterentwicklungen sinnvoll erschienen, stimmte das BMG der Förderung des hier dargestellten vertiefenden Anschlussprojektes zu.

¹ AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen

4.2 Ziele des Projektes

Das übergeordnete Ziel des weiterführenden Projektes bestand in der Optimierung des Portals für Konsumierende mit beginnendem Problemverständnis, für bereits Therapieerfahrene sowie für ehemals Konsumierende. Um diese Gruppen zu erreichen und die Passgenauigkeit und Attraktivität zu verbessern sollten in mehreren Phasen durch Befragungen und Beobachtung des Nutzungsverhaltens Erkenntnisse gewonnen und hierauf basierend Adaptionen vorgenommen werden. Neben Teilnehmenden im Portal sollten auch Fachkräfte des Suchthilfesystems befragt werden.

Tab. 2: Zielgruppen des Selbsthilfeportals Breaking-Meth

- Konsumierende mit beginnender Problemwahrnehmung ohne Kontakt zum Hilfesystem
- Menschen in ambulanter suchtspezifischer Behandlung und Beratung
- Menschen nach einer postakuten stationären Therapie (Rückfallprophylaxe)

Am Ende des Förderzeitraums sollte eine konzeptionell sowie technisch aktualisierte Selbsthilfeplattform stehen, die im Rahmen von verschiedenen Szenarien den Anforderungen für einen langfristigen Weiterbetrieb gerecht wird. Während des Projektverlaufs sollte hierzu Kontakt zu Akteuren des Suchthilfesystems und der Selbsthilfeförderung gehalten werden, um Anforderungen, Möglichkeiten und Bedarfe für einen Betrieb nach der Projektlaufzeit zu ermitteln.

4.3 Projektstruktur

Im Unterschied zum Vorgängerprojekt war das ZIS alleiniger Fördermittelempfänger, da die Drug Scouts nun für die Moderation des Portals von der AOK PLUS unterstützt wurden. Somit lag die konzeptionelle und technische Weiterentwicklung sowie die wissenschaftliche Begleitung formal beim ZIS, bei weiterhin enger Abstimmung mit den Drug Scouts. Benötigte externe Dienstleistungen im Rahmen der Programmierung und der grafischen Gestaltung wurden als Aufträge durch das ZIS vergeben.

Während der Überarbeitungsphasen als auch bei den Befragungen über das Portal waren die Drug Scouts umfassend einbezogen. Dies ergab sich auch aus der grundsätzlichen Ausrichtung, wonach diese als szenekundiger Akteur mit Nähe zu den Teilnehmenden in besonderer Weise die Betroffeneninteressen vertreten sollten. Zudem berichteten die Drug Scouts Beobachtungen zu den verschiedenen Gruppen von Teilnehmenden in zusammengefasster Form an die Gesamtleitung, da die direkte Entnahme von qualitativen

Daten aus den Gesprächsverläufen zwischen den Betroffenen untereinander bewusst ausgeschlossen wurde².

Maßnahmen der Bekanntmachung, der Entwicklung von Webtexten und Informationsmaterialien, der Vernetzung mit weiteren Institutionen sowie der Bearbeitung von Anfragen aus dem Hilfesystem wurden hauptsächlich vom ZIS geleistet, es fand hier jedoch ein Austausch mit den Drug Scouts statt. Die direkte Bekanntmachung des Angebotes bei Einsätzen der aufsuchenden Sozialarbeit im Nachtleben und die Abstimmung mit weiteren szenen-nahen Akteuren wurde von den hier gut vernetzten Drug Scouts gewährleistet.

² Dieser Verzicht auf die direkte Auswertung von Texten der Teilnehmenden bezog sich nicht auf als solche kenntlich gemachte elektronische Befragungsformulare.

5 Erhebungs- und Auswertungsmethodik

5.1 Wissenschaftliche Begleitung

5.1.1 Untersuchungsbereiche

5.1.1.1 Etablierung einer online-basierten Selbsthilfe im suchtbefragten Hilfesystem

Das zentrale Ziel des Projektes war die zielgruppenspezifische Weiterentwicklung des Angebotes als unterstützende virtuelle Community für Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik. Dabei wurde durch eine Optimierung von Bekanntmachungsstrategien und des Betriebskonzeptes eine Erhöhung der Teilnehmendenzahlen angestrebt. Es wurde angestrebt, die Anzahl der Nutzerinnen und Nutzer von den im ersten Förderzeitraum erreichten 315 Teilnehmenden um mindestens 400 weitere Teilnehmende zu steigern. Die Erhöhung der Teilnehmendenzahlen sollte in etwa gleicher Weise für die drei definierten Zielgruppen stattfinden.

5.1.1.2 Bedarfe und Besonderheiten der adressierten Zielgruppen

Konsumierende mit beginnendem Problemverständnis, bereits Therapieerfahrene sowie ehemals Konsumierende sollen als unterschiedliche Zielgruppen für das Angebot differenziert betrachtet werden, um passende Weiterentwicklungen durchzuführen. Insbesondere sollten hierbei folgende Themenbereiche für jede Gruppe bearbeitet werden:

- geeignete Bekanntmachungsstrategien
- Potentiale von Akteuren der Suchtprävention und Suchthilfe für die Hinführung zum Portal
- Motivierende und sinnvoll abgestimmte Moderationskonzepte
- Technische Möglichkeiten und gestalterische Umsetzung
- Zusätzliche Begleitmaterialien zum Onlinebetrieb

5.1.2 Datenquellen

5.1.2.1 Befragungen von Teilnehmenden

Direkte Befragungen von Teilnehmenden erfolgten über Fragen mit Freitextfeldern. Diese standen jeweils im Zusammenhang mit verschiedenen geplanten Adaptionen im Projektverlauf. Zum Einsatz kamen hierfür sogenannte „Formulare“, die rasch und unkompliziert zu spezifischen Fragestellungen geschaltet werden konnten und dann als Menüpunkte sowie über einen eingeblendeten Banner für die Teilnehmenden sichtbar wurden. Im wesentlichen kamen diese Befragungen bei den folgenden Themenbereichen zum Einsatz:

- Vorschläge und Wünsche zur Ausgestaltung der Kommunikationsbereiche („Virtuelle Räume“).
- Bewertung von verlinkten Begleit- und Bekanntmachungsmaterialien
- Fragen zum Moderationskonzept

Während der Neuprogrammierung des Portals im Jahre 2018 wurden die während dieser Betriebsphase aktiven Nutzinnen und Nutzer eingeladen, online an der grafischen Neugestaltung des Portals mitzuwirken. Erhoben wurden hierbei

- Vorschläge zu einem Entwurf für ein Design-Briefing sowie
- Bewertungen der Entwürfe von professionellen Designern für neue Bildelemente.

5.1.2.2 Berichte des Projektpartners Drug Scouts

Für Informationen zur Kommunikation innerhalb des Portals waren die Berichte der moderierenden Drug Scouts essentiell, die in regelmäßigen Abständen sowie im Zusammenhang mit geplanten Adaptionen erfasst wurden. Insbesondere konnten hierbei in kondensierter Form Inhalte aus der Kommunikation der Teilnehmerinnen und Teilnehmer untereinander sowie mit den Drug Scouts erfasst werden, ohne dass nutzergenerierte Inhalte direkt von Mitarbeitenden des ZIS eingesehen werden mussten. Die verschriftlichten Berichte gaben die folgenden wesentlichen Aspekte wieder:

- Aktivität der Teilnehmenden allgemein sowie spezifisch innerhalb der virtuellen Kommunikationsräume
- Interaktion der Teilnehmenden untereinander
- Akzeptanz von umgesetzten technischen und konzeptionellen Neuerungen

5.1.2.3 Befragungen von Fachkräften

Im Projektverlauf wurden Interviewgespräche mit 19 Fachkräften der Suchthilfe geführt. Hiervon fallen 8 Personen auf den Bereich der Prävention und der aufsuchenden Sozialarbeit, weitere 8 auf niedrigschwellige Angebote sowie eine Person auf die stationäre Suchtbehandlung. Die Gespräche wurden zu folgenden Themenbereichen geführt:

- Erfahrungen mit den bereitgestellten Bekanntmachungsmaterialien und Möglichkeiten der zielgruppenspezifischen Optimierung
- Bewertungen von Ideen und Entwürfen für Begleitmaterialien
- Wünsche und Vorschläge für einen langfristigen Weiterbetrieb des Angebotes

5.1.3 Weiterentwicklung des Angebotes

Während der Projektlaufzeit wurde die konzeptionelle und technische Weiterentwicklung basierend auf den Erkenntnissen der Begleitforschung durchgeführt. Die technische Umsetzung wurde so angelegt, dass während des Betriebs als Modellprojekt möglichst umfassende Möglichkeiten zu forschungsbasierten Adaptionen bestehen. Neben den technischen Aspekten lag ein Schwerpunkt auf Bekanntmachungs- und Begleitmaterialien. Übergeordnetes Ziel war es, zum Projektende eine nachhaltige Ressource zu schaffen, die für eine spätere Verstetigung geeignet ist. Im Ergebniskapitel dieses Bericht werden die wesentlichen Neuerungen dargestellt, die gestützt durch empirische Befunde umgesetzt wurden.

6 Durchführung, Arbeits- und Zeitplan

6.1 Analyse der Arbeiten und Abweichungen von der Planung

Bis zum Mai 2018 verlief das Projekt im Wesentlichen entlang des vorgesehenen Arbeitsplans. Geringfügige finanzielle Mehrbedarfe bei einzelnen Ansätzen konnten durch niedrigere Ausgaben an anderer Stelle gedeckt werden. Das Gesamtprojekt war von Beginn an so angelegt, dass die Ressourcen zu einem überwiegenden Teil für die Realisierung der Adaptionen und für Erweiterungen eingeplant waren, was sich besonders bei sehr arbeitsintensiven Tätigkeiten wie der Übersetzung und sprachlichen Anpassung eines US-amerikanischen Selbsthilfebuches durch Mitarbeitende am ZIS in Zusammenarbeit mit den Drug Scouts bemerkbar machte. Auch die durch Auftragnehmerinnen und Auftragnehmer erfolgten Programmier- und Gestaltungsarbeiten und die zugehörige Planung und Supervision durch Mitarbeitende am ZIS waren erwartungsgemäß sehr arbeitsintensiv. Die Begleitforschung hatte maßgeblich einen formativen Charakter und sollte konkret Ideen für die Weiterentwicklung schaffen und den Erfolg und die Akzeptanz von vorgenommenen Änderungen und Neuentwicklungen überprüfen und gewährleisten. Hierbei wurden Teilnehmenden-Feedbacks eingeholt sowie Beobachtungen und Berichte der moderierenden Drug Scouts analysiert. Interviewgespräche mit Fachkräften aus den Bereichen Prävention und niedrigschwellige Hilfe (jeweils 8) wurden ausgewertet. Zu den hierauf basierenden überarbeiteten und neuen Elementen zählen insbesondere

- Arbeitsmaterialien zur Konsumreflexion³ mit Bezug zum Portal, vgl. Kap. 7.2 (Konsumierende mit beginnendem Problemverständnis) (alle Zielgruppen)
- eine Faltbroschüre (6-Seiter) als Begleitmaterial mit einem Abstinenz-Kalender und mit unterstützenden Texten für die Rückfallprophylaxe, vgl. Kap. 7.2 (Therapieerfahrene, Beratungsklientinnen und -klienten) sowie
- die Erstellung eines E-Readers zu der für Deutschland adaptierten Version des US-amerikanischen Selbsthilfe-Ratgebers von Joseph Sharp (<http://quittingcrystalmeth.breaking-meth.de/>), vgl. Kap. 7.3 (alle Zielgruppen).

Im Mai 2018 kam es in einem Abstimmungsprozess mit dem BMG zu umfänglichen Änderungen und hinzukommenden Aufgaben für den weiteren Verlauf: Bei der technischen

³ Die inhaltliche Ausgestaltung dieser Arbeitshilfe wurde zum überwiegenden Teil durch den Projektpartner Drug Scouts geleistet.

Prüfung vor dem Hintergrund von Verstetigungs-Szenarien waren veraltete Software-Komponenten identifiziert worden, die sich aufgrund der durchgeführten Adaptionen nicht mehr mittels der regelmäßig durchgeführten Sicherheitsupdates auf den neuesten Stand bringen ließen. Im Hinblick auf die geplante Verstetigung hätte sich eine aufwändige Instandsetzung dieser im Jahr 2014 auf pragmatische Weise als Modellprojekt für den Forschungsbetrieb entwickelten technischen Umsetzung nicht mehr gelohnt. Es fand in enger Abstimmung mit dem BMG eine Situationsanalyse und die Prüfung von geeigneten Lösungswegen statt. Daraufhin wurde entschieden, eine Neuprogrammierung („Relaunch“) durchzuführen. Ermöglicht wurde dies durch die sehr engagierte und rasche Unterstützung des BMG und des BVA, die zur Lösung dieser Problematik eine Aufstockung der Fördermittel ermöglichen konnten. So wurde eine Vorgehensweise festgelegt, bei der zunächst die rasche Herstellung einer vorläufigen Austauschmöglichkeit für bereits registrierte aktive Teilnehmer und Teilnehmerinnen im Vordergrund stand. Im Anschluss erfolgte die systematische Entnahme und Aufbereitung von Nutzerbeiträgen sowie von weiteren benötigten Daten (von insgesamt 698 Teilnehmenden) aus der alten Installation. Das Portal wurde grundlegend neu programmiert, auf Basis von technischen Standards wie sie bei größeren Projekten und Teams zum Einsatz kommen und die zu einer besonders nachhaltigen Umsetzung führen. Einen Überblick über die entwickelte Strategie bis zum Relaunch liefert Abbildung 1.

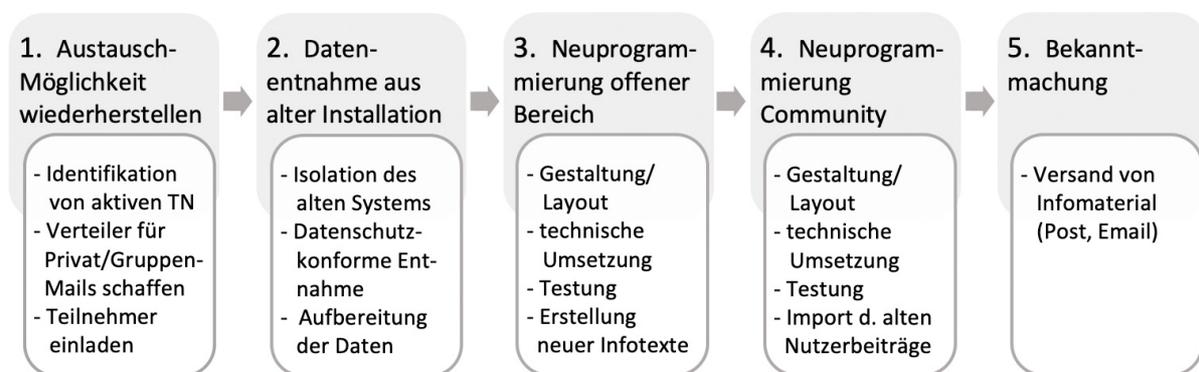


Abb. 1: Arbeitsschritte hin zur Neuprogrammierung (Relaunch) der Online-Plattform

Während der Neuprogrammierung konnte das Portal von Mai bis September 2018 lediglich als Informationsseite genutzt werden, eine Information zum Stand der Neuprogrammierung erfolgte über die Verlinkung zu einer Seite auf der Webpräsenz der Drug Scouts. Über diese Seite wurden auch neue Materialien zum Download bereitgestellt. Danach war ein Austausch für die registrierten Teilnehmerinnen und Teilnehmer wieder möglich. Die vollständige Wiederherstellung aller Community-Funktionen, die Möglichkeit der Registrierung für neue Mitgliederinnen und Mitglieder und die endgültige grafische Neugestaltung zogen sich aufgrund des hohen Arbeitsaufwands bis in den März 2019 hin.

6.2 Zielerreichung

Die Neuprogrammierung im Jahr 2018 war sehr herausfordernd, konnte letztlich aber die Nachhaltigkeit des Projektes durch die Aktualisierung der Software immens steigern. Die Kalkulation der zusätzlich benötigten Ressourcen hat sich als realistisch erwiesen. Zudem ergaben sich während der Neuprogrammierung Möglichkeiten, eine partizipatorische Zusammenarbeit mit den Teilnehmenden anzustossen. Insbesondere fand dies durch den direkten Einbezug von Teilnehmenden in die umfassende neue grafische Gestaltung statt (Kap. 7.4).

Die übergeordneten Projektziele, die in der zielgruppenspezifischen Weiterentwicklung und Ausgestaltung des Angebotes lagen, wurden erreicht. Auch konnte die Gesamtzahl der erreichten Teilnehmenden wie geplant erhöht werden. Aufgrund der umfassenden Neuprogrammierung in 2018 ergab sich ein geänderter Projektablauf. Hierdurch konnte aus technischen Gründen eine zusätzlich zu den qualitativen Befragungen von Teilnehmenden für das Projektende vorgesehene Befragung aller Teilnehmenden auch mit quantitativen Elementen (geschlossenen Fragen) nicht mehr durchgeführt werden. Auch auf eine geplante Analyse zu Nutzungscharakteristika anhand von technisch auszulesenden Kennzahlen musste bedingt durch die Neuprogrammierung verzichtet werden.

Im Hinblick auf die drei im Vorfeld festgelegten Zielgruppen lässt sich sagen, dass insgesamt die Gruppe der ehemals Konsumierenden durch die Begleitforschung am besten verstanden und bei der Weiterentwicklung am Konsequensten berücksichtigt werden konnte. Zu den weiteren zwei Gruppen, den Konsumierenden in Beratung und Behandlung sowie zu Personen mit beginnendem Problemverständnis ließen sich zwar über die Berichte der Drug Scouts und anhand der Gespräche mit Fachkräften ebenfalls Hinweise ableiten, jedoch blieben die Erkenntnisse zu diesen beiden Gruppen hinter den Erwartungen zurück. Für zukünftige Forschungen mit noch konsumierenden Betroffenen sollte die besondere Schwierigkeit der Motivierung zur Beteiligung an Befragungen bei diesen Gruppen noch stärker Berücksichtigung finden.

7 Ergebnisse

7.1 Entwicklung der Portalsnutzung

Über den Projektverlauf konnte die Zahl der Teilnehmenden stetig gesteigert werden. Dieser Anstieg verlief in der Gesamtheit linear, was u.a. darauf zurückgeführt wird, dass während der Laufzeit - mit wenigen größeren Unterbrechungen - Bekanntmachungsmaßnahmen wie die postalische Aussendung von Flyern, Postern und anderen Materialien an Einrichtungen der Suchthilfe durchgeführt wurden. Im Januar 2016, zum Zeitpunkt der Beantragung des dargestellten Projektes, waren 250 Teilnehmende im Portal registriert. Im Juli 2016 lag die Zahl der Teilnehmenden bei 315. Über die zwei Jahre konnte die Teilnahme weiter gesteigert werden auf 609 (März 2017) und 911 (März 2018). Von Mai 2018 bis März 2019 fand die Neuprogrammierung des Portals statt. In diesem Zeitraum wurde zunächst eine weitere Nutzung für die bereits registrierten Teilnehmenden über eine vorläufige technische Lösung ermöglicht, ein Registrieren von neuen Nutzerinnen und Nutzern war während dieser Zeit nicht möglich. Bei der technischen Übertragung von Nutzerinnen und Nutzern in die neue Programmierung wurden Nutzerkonten nur dann angelegt, wenn die Teilnehmerin oder der Teilnehmer noch aktiv waren und hierfür über den E-Mail-Kontakt die Einwilligung gegeben wurde. Hierdurch fiel eine größere Zahl von früheren Teilnehmenden v.a. aus den Jahren 2016 und 2017 heraus, die zahlenmäßig nun nicht mehr berücksichtigt werden. Aktuell wird das Portal von 771 Personen genutzt.

Erkenntnisse zur Aktivität innerhalb des geschlossenen Mitgliederbereiches liefern vor allem die Berichte der moderierenden Drug Scouts. So lässt sich beobachten, dass eine größere Zahl von Nutzerinnen und Nutzern zunächst über einen Zeitraum von bis zu einem Jahr registriert ist und sporadisch oder auch regelmäßig Beiträge liest, bis erstmalig ein eigener Beitrag, häufig in Form von einer kurzen Vorstellung erfolgt. Dies trifft tendentiell eher auf jüngere und noch konsumierende Teilnehmende zu als auf die meist älteren bereits Abstinente. Eine weitere zentrale Beobachtung war, dass sich über den Projektverlauf hinweg eine Kerngruppe von seit längerer Zeit aktiven Teilnehmenden herausgebildet hatte, teils Abstinente und teils solche mit langjähriger Therapieerfahrung, die sehr aktiv teilnehmen und insbesondere bei der Begrüßung von neuen Teilnehmenden eine wichtige Rolle einnehmen. In zunehmendem Maße liess sich während der Projektlaufzeit über unterschiedliche Teilnehmendengruppen hinweg ein reger Austausch feststellen, der sich bspw. in der Kommunikation mit neuen Mitgliederinnen und Mitgliedern durch bereits Aktive, dem Ausdruck von Empathie, dem Austausch von Tipps und Ratschlägen sowie der gegenseitigen Motivation zur Inanspruchnahme von Hilfe äußert.

7.2 Bekanntmachung und Begleitmaterial

Zu Projektbeginn im Jahr 2016 wurden zunächst 200 Sortimente mit den bereits bestehenden Bekanntmachungsmaterialien an Einrichtungen der Suchthilfe und der Suchtprävention postalisch versendet. Es handelte sich hierbei um Adressaten, die im Vorgängerprojekt bereits recherchiert worden waren, zu einem großen Teil auch um konkrete Ansprechpersonen, die auf Fachtagen oder über telefonische oder per E-Mail gestellte Anfragen um Informationen und Bekanntmachungsmaterialien gebeten hatten.

Vom Dezember 2016 bis März 2017 wurden Gespräche mit Fachkräften geführt, die sich auf die grundsätzliche Eignung dieser Materialien bezogen. So wurde gefragt, ob Flyer und Karten aktiv ausgegeben wurden, wie die Akzeptanz bei der Klientel eingeschätzt wird und ob Informationen darüber gewonnen werden konnten, ob sich Klientinnen und Klienten auch angemeldet hatten. Die grundsätzliche Eignung der Bekanntmachungsmaterialien wurde von allen befragten Fachkräften gesehen. Mehr als die Hälfte der befragten Fachkräfte berichtete, dass das in der Einrichtung ausgelegte oder von den Beraterinnen und Beratern ausgegebene Materialien (Flyer und Aufkleber) vollständig von Beratungsklientinnen und Klienten mitgenommen wurden. Diesen Fachkräften wurden mehr Materialien in vereinbarter Stückzahl zugesendet. Als positiv wurde von mehreren Befragten benannt, dass die Materialien durch das entsprechende Logo auf die Moderation des Portals durch einen scene-nahen Akteur (die Drug Scouts in Leipzig) verweisen und wahrscheinlich auch deshalb nicht als „belehrend“ empfunden werden. Nur zwei der Fachkräfte berichteten, häufiger bei Klientinnen und Klienten nachzufragen, ob diese das Portal nun für sich ausprobiert und sich auch registriert hatten. Beide Fachkräfte berichteten, dass sich ein eher kleinerer Teil der befragten Klientel tatsächlich aufgrund der Flyer auch angemeldet hatte, wohingegen dies bei dem größeren Teil nicht geschehen war. Genaue Gründe hierfür konnten nicht genannt werden. Es wurde vermutet, dass dies auf die Besonderheit vieler Methamphetamin-Konsumierenden zurückzuführen sei, einmal gefasste Pläne nicht durchzuführen oder schlicht wieder zu vergessen. Wiederholt wurde im Zusammenhang mit Fragen nach der Bekanntmachung über Suchtberatungsstellen von Fachkräften überlegt, ob man das Angebot um zusätzliche Komponenten erweitern könnte, etwa um ein System zur Erinnerung an Termine bei der Beratungsstelle oder um bestimmte Tools aus dem Bereich der onlinebasierten Interventionen.

Aus dem Bereich der scene-nahen Präventionsprojekte im Nachtleben wurde berichtet, dass Materialien wie Flyer und Aufkleber an den Informationsständen häufig mitgenommen werden und auch Anlässe zu Gesprächen darstellen, allerdings deutlich häufiger von Freundinnen und Freunden der Betroffenen als von den Betroffenen selbst.

Insgesamt wurden während des Projektverlaufes ca. 800 Sortimente postalisch versendet. Materialien wurden auch im Rahmen der aufsuchenden Sozialarbeit vor allem auf Freizeitveranstaltungen verteilt. So wurden ca. 100.000 Flyer, 10.000 Aufkleber, 3.200 Poster und 800 Informationbroschüren verbreitet.

**„Breaking Meth“ – online-basierte Selbsthilfe
als Rückfallprophylaxe**

Seit langer Zeit hat Selbsthilfe bei Drogen
den Behandlungserfolge abzusichern. Bei j
d
n
te
ne
in
ie
ge
st
ist
er
er
Sc



... ist ein virtuelles und anonymes Selbsthilfe-Angebot für ehemalige Crystal-User_innen und Menschen, die ihren Crystal-Konsum reduzieren oder beenden wollen.
Hast Du Interesse? Dann schau vorbei auf ...
<https://Breaking-Meth.de>

Breaking-Meth.de wurde vom Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS) der Universität Hamburg entwickelt und wird durch die Drug Scouts aus Leipzig betrieben und moderiert.



... ist ein virtuelles und anonymes Selbsthilfe-Angebot für ehemalige Crystal-User_innen und Menschen, die ihren Crystal-Konsum reduzieren oder beenden wollen.

**HAST DU INTERESSE?
DANN SCHAU VORBEI AUF:**

<https://Breaking-Meth.de>

Breaking-Meth.de wurde vom Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS) der Universität Hamburg entwickelt und wird durch die Drug Scouts aus Leipzig betrieben und moderiert.

werden etwa Beiträge von Nutzern, die Suchtdruck auslösen können, mittels einer speziellen Funktion in der Kommunikation ausgeblendet.

Außerdem steuern Moderatoren regelmäßig aktivierenden Input bei. Eine stetige Evaluation sowie Überarbeitung der Plattform sorgt für hohe Attraktivität und bestmögliche Datensicherheit.

» Die einfache Wahrheit: Es ist l
Unterstützung hast. Es i
Und es ist verdammt noch mal fast unmöglich, wenn
das Umfeld Deinen Konsum fördert, anstatt Dich
beim Aufhören zu unterstützen. «

(Joseph Sharp, Quitting Crystal Meth)

Abb. 2: Gestaltung von Broschüren, Flyern und Postern

Begleitmaterialien wurden im Projektverlauf auf Basis von weiteren Anregungen durch Fachkräfte entwickelt. In die Ideenfindung flossen hierbei vor allen Vorschläge von Fachkräften ein, die Materialien so zu gestalten, dass sie von Beratungsstellen direkt an Betroffene ausgehen und die Bearbeitung im Rahmen der Beratung gemeinsam besprochen werden kann. So entstand die Broschüre *Dein Jahresplan der Breaking-Meth Clean-Community* (Abb. 3). Hierbei wurden erste Skizzen per Mail an Fachkräfte versendet und über Online-Formulare den Nutzerinnen und Nutzern des Portals vorgestellt und anhand von Hinweisen zum inhaltlichen Aufbau sowie zur Gestaltung und zum Format mehrfach überarbeitet. Es wurden auch Elemente aus dem neu entwickelten E-Reader zum Selbsthilfebuch des Autors Joseph Sharp aufgenommen, der als wesentliche Neuerung in diesem Förderzeitraum hinzugekommen war (vgl. Kap. 7.3). Primär ist dieses Material zur Ausgabe durch Suchtberatungsstellen konzipiert und zielt auf diejenigen Betroffenen ab, bei denen sich ein Entschluss zur Erreichung von Abstinenz abzeichnet. Es wurde in Form einer Faltbroschüre (6-Seiter) konzipiert und beinhaltet einen Abstinenz-Kalender über einen Zeitraum von einem Jahr, der an das Konzept des Selbsthilfebuches von Joseph Sharp angelehnt ist. Eine besondere Beachtung fand das Thema der Rückfallprophylaxe und des Managements von Rückfällen in Form von hierfür entworfenen Textelementen.

Für die Gruppe der Nutzerinnen und Nutzer mit beginnendem Problemverständnis wurden Materialien zur Reflexion des eigenen Konsums entwickelt. Die Entwicklung der Arbeitsblätter *Wo stehe ich mit meinem Konsum* und *Was wäre, wenn ich meinen Konsum verändern würde?* (Abb. 4) wurden von den Drug Scouts durchgeführt, die durch ihre eigene Arbeit mit Crystal-Konsumierenden über besondere Qualifikationen in diesem Bereich verfügen.


BREAKING METH CLEAN



**Dein Jahresplan
der Breaking-Meth Clean-Community.**

Erhalten von:
 Erhalten am:

Breaking-Meth.de/CLEAN
 quittingcrystalmeth.de




Im Falle eines Rückfalls werde ich **sofort Hilfe suchen bei:**

Typische Ausreden und Rechtfertigungen, die zu Rückfällen führen:

- Es ist nur dieses eine Mal.
- Nur noch ein Mal für wichtige Erledigungen und um mein Chaos mal zu ordnen
- Ich bin jetzt 3 Monate clean, höchste Zeit für eine kleine Belohnung.
- Wenn das Leben weiter so mies läuft wie jetzt, kann ich auch wieder anfangen zu konsumieren.
- Ich kann ruhig mit einem alten Freund abhängen. Wenn er vor mir konsumiert, werde ich stark sein und nichts nehmen.
- Mein Sexpartner kann ruhig konsumieren, ich bin stark genug zu widerstehen.
- Es ist nur das eine Mal, es wird mir nichts ausmachen.
- Eine kleine Line um fit zu werden, ist nicht dasselbe, wie das Zeug zu rauchen oder zu spritzen.
- Niemand wird es erfahren, wieso nicht nochmal konsumieren? Nur das eine Mal.

Ergänze deine eigenen:



Meine Unterstützung

Bei extremem Suchtdruck, drohendem Rückfall oder bei Selbstmordgedanken finde ich Unterstützung bei:


Meine Gründe für ein cleanes Leben:

Abb. 3: Begleitmaterial Abstinenz-Jahresplan und Elemente zur Rückfallprophylaxe

Wo stehe ich mit meinem Konsum?

Dieses Arbeitsblatt hilft Dir zu herauszufinden, welche guten und schlechten Seiten Dein Konsum für Dich hat. Das wird Dir verdeutlichen, ob mit Deinem Konsum eher positive oder mehr negative Folgen verbunden sind.

<p style="text-align: center; background-color: #e0e0e0; border-radius: 5px; margin-bottom: 10px;">Was sind positive Seiten meines Crystal-Konsums?</p> <div style="border: 1px solid #ccc; border-radius: 20px; padding: 10px; min-height: 200px;"> <p style="font-size: small;">z.B. – hohe Leistungsfähigkeit – ausgiebiges Feiern</p> </div>	<p style="text-align: center; background-color: #e0e0e0; border-radius: 5px; margin-bottom: 10px;">Was sind negative Seiten meines Crystal-Konsums?</p> <div style="border: 1px solid #ccc; border-radius: 20px; padding: 10px; min-height: 200px;"> <p style="font-size: small;">z.B. – wenig Geld zur Verfügung – Probleme mit Familie und Beruf</p> </div>
---	--

WAS WÄRE, WENN ICH MEINEN KONSUM VERÄNDERN WÜRD?

Auf diesem Arbeitsblatt kannst Du neben den positiven und negativen Seiten Deines Konsums aufschreiben, welche Vor- und Nachteile es hätte nicht mehr zu konsumieren. Dies kann Dir bei einer Entscheidung für oder gegen eine Fortsetzung Deines Konsums helfen.

<p style="text-align: center; background-color: #e0e0e0; border-radius: 5px; margin-bottom: 10px;">Was sind positive Seiten meines Crystal-Konsums?</p> <div style="border: 1px solid #ccc; border-radius: 20px; padding: 10px; min-height: 100px;"> <p style="font-size: small;">„Ich bin leistungsfähiger“</p> </div>	<p style="text-align: center; background-color: #e0e0e0; border-radius: 5px; margin-bottom: 10px;">Was sind negative Seiten meines Crystal-Konsums?</p> <div style="border: 1px solid #ccc; border-radius: 20px; padding: 10px; min-height: 100px;"> <p style="font-size: small;">„Mein*e Partner*in will sich von mir trennen.“</p> </div>
<p style="text-align: center; background-color: #e0e0e0; border-radius: 5px; margin-bottom: 10px;">Wo sehe ich Vorteile, wenn ich weniger oder gar nichts mehr konsumiere?</p> <div style="border: 1px solid #ccc; border-radius: 20px; padding: 10px; min-height: 100px;"> <p style="font-size: small;">„Ich werde meinen Job sicher behalten.“</p> </div>	<p style="text-align: center; background-color: #e0e0e0; border-radius: 5px; margin-bottom: 10px;">Wo sehe ich Nachteile, wenn ich weniger oder gar nichts mehr konsumiere?</p> <div style="border: 1px solid #ccc; border-radius: 20px; padding: 10px; min-height: 100px;"> <p style="font-size: small;">„Ich muss meine Tiefs substanzfrei durchleben“</p> </div>

Abb. 4: Begleitmaterial zur Konsumreflexion

7.3 Der Selbsthilfe-Ratgeber Quitting Crystal Meth

Durch Rückmeldungen der Mitgliederinnen und Mitglieder sowie anhand von Beobachtungen der Drug Scouts zu den vorherrschenden Themen im Portal wurde deutlich, dass mehr Anleitung und Hilfestellung für die Aufgabe des Konsums gewünscht wurde. Seit Ende 2016 konnte mit Genehmigung des US-amerikanischen Buchautors Joseph Sharp eine deutsche Übersetzung seines Selbsthilfe-Ratgebers Quitting Crystal Meth begonnen und online gestellt werden. Für die Umsetzung wurde ein E-Reader entwickelt, der den derzeit aktuellen Stand des Webdesigns berücksichtigt. Im Hinblick auf Nachhaltigkeit wurde darauf Wert gelegt, dass die technische Umsetzung auch für zukünftige Erweiterungen von Breaking-Meth sowie für zukünftige Überarbeitungen des Gesamtportals geeignet ist und dass zu einem späteren Zeitpunkt auch noch weitere Bücher bereitgestellt werden können. Die Übersetzung erwies sich als recht anspruchsvoll. An vielen Stellen wurden Anpassungen an deutsche Begebenheiten vorgenommen. So wurden Beschreibungen und Ratschläge, die sich auf das amerikanische Suchthilfesystem, die dortige Selbsthilfe-Landschaft und andere kulturspezifische Besonderheiten bezogen, entsprechend angepasst oder mit Erläuterungen versehen. Dabei konnte der überzeugende Duktus des Autors erhalten und gleichzeitig durch sorgfältige Anpassungen an deutsche Verhältnisse eine für die adressierten Zielgruppen attraktive und verständliche Ressource geschaffen werden (Abb. 5).

Seitens der Drug Scouts wurden sehr positive Rückmeldungen der Nutzerinnen und Nutzer zu dem Selbsthilfebuch in elektronischer Form registriert. Auch befragte Fachkräfte äußerten sich sehr positiv zur Integration dieses Ratgebers in das Angebot.

Quitting Crystal Meth ist so aufgebaut, dass der Weg hin zu einem langfristig abstinenten Leben in verschiedene Phasen aufgeteilt wird, von einer Phase der Vorbereitung bis hin zum ersten konsumfreien Jahr. Dabei wird in jedem Kapitel in grafisch hervorgehobenen Abschnitten für die einzelnen Phasen zusammengefasst, mit welchen Herausforderungen zu rechnen ist („Was Du erwarten musst“). Danach werden jeweils entsprechende Ratschläge gegeben („Was Du tun kannst“). Der Autor hebt ausführlich den besonderen Wert von Selbsthilfe hervor und ermutigt dazu, von Anfang an den Kontakt zu ebenfalls abstinenten Betroffenen zu suchen und langfristig aufrecht zu erhalten. Er schildert außerdem seinen eigenen Weg in die Abstinenz, der nicht immer gradlinig verlaufen war. Weiterhin widmet er ein eigenes Kapitel dem Umgang mit Rückfällen.

Die deutsche Version des Ratgebers ist für Computer und mobile Endgeräte optimiert und abrufbar unter quittingcrystalmeth.breaking-meth.de.



Abb. 5: Der E-Reader zur deutschsprachigen Version von Quitting Crystal Meth

7.4 Weiterentwicklung des Portals

Eine wesentliche Neuerung, die während des Förderzeitraumes umgesetzt wurde, besteht in der umfänglichen gestalterischen Weiterentwicklung im Rahmen einer Neuprogrammierung des Portals. Die ursprünglich im Vorgängerprojekt (Projektbeginn in 2014) sehr neutral angelegte grafische Ausführung wurde auf einen aktuelleren Stand gebracht. Hierbei wurde angestrebt, inhaltliche Konzepte, die sich im Projektverlauf herauskristallisiert hatten, in ansprechender grafischer Form umzusetzen und entsprechende Motive auf der Startseite zu plazieren. Hierzu wurden über ein Design-Portal verschiedene Vorschläge von professionellen Illustratoren eingeholt. Teilnehmende des Portals wurden bei der Erstellung der Auftragsbeschreibung und bei der Bewertung der eingehenden Illustrationen einbezogen, was u.a. durch die Möglichkeit realisiert wurde, zu den Design-Vorschlägen elektronisch Bewertungen vorzunehmen (0-5 „Sterne“ zu vergeben) und diese zu kommentieren (Abb. 6). Auch Fachkräfte wurden zur Teilnahme an diesem Bewertungssystem eingeladen. Schliesslich wurden fünf Motive ausgewählt. Die neue grafische Ausrichtungen und die Anpassung des Layouts an Computer sowie an mobile Endgeräte zeigt Abbildung 7.

Mittels der Neuprogrammierung wurde das Portal auch bezüglich der Nutzerfreundlichkeit aktualisiert und verbessert. Bei der technischen Entwicklung wurde besonders auf Nachhaltigkeit und Sicherheit geachtet. Es konnten die in den vergangenen Jahren durchgeführten Erweiterungen und Anpassungen der Funktionen übernommen und durch aktuellere technische Verfahren realisiert werden. Dadurch ist gewährleistet, dass eine stetige Aktualisierung der verwendeten Software-Module durch Updates auf absehbare Zeit sichergestellt ist. Eine wesentliche Neuerung innerhalb der geschlossenen Community-Bereiche besteht darin, dass nun in Echtzeit in einer Seitenleiste dargestellt wird, wer gerade online ist. So können andere Teilnehmende, die kürzlich online waren, direkt über persönliche Nachrichten kontaktiert werden.

#22

Bewertung: ★ ★ ★ ☆ ☆

Write a comment

#21

Bewertung: ★ ★ ★ ★ ★

Write a comment

#34

Bewertung: ★ ★ ☆ ☆ ☆

Write a comment

#15

Bewertung: ★ ★ ☆ ☆ ☆

Write a comment

Abb. 6: Abstimmung von Design-Ideen mit den Teilnehmenden

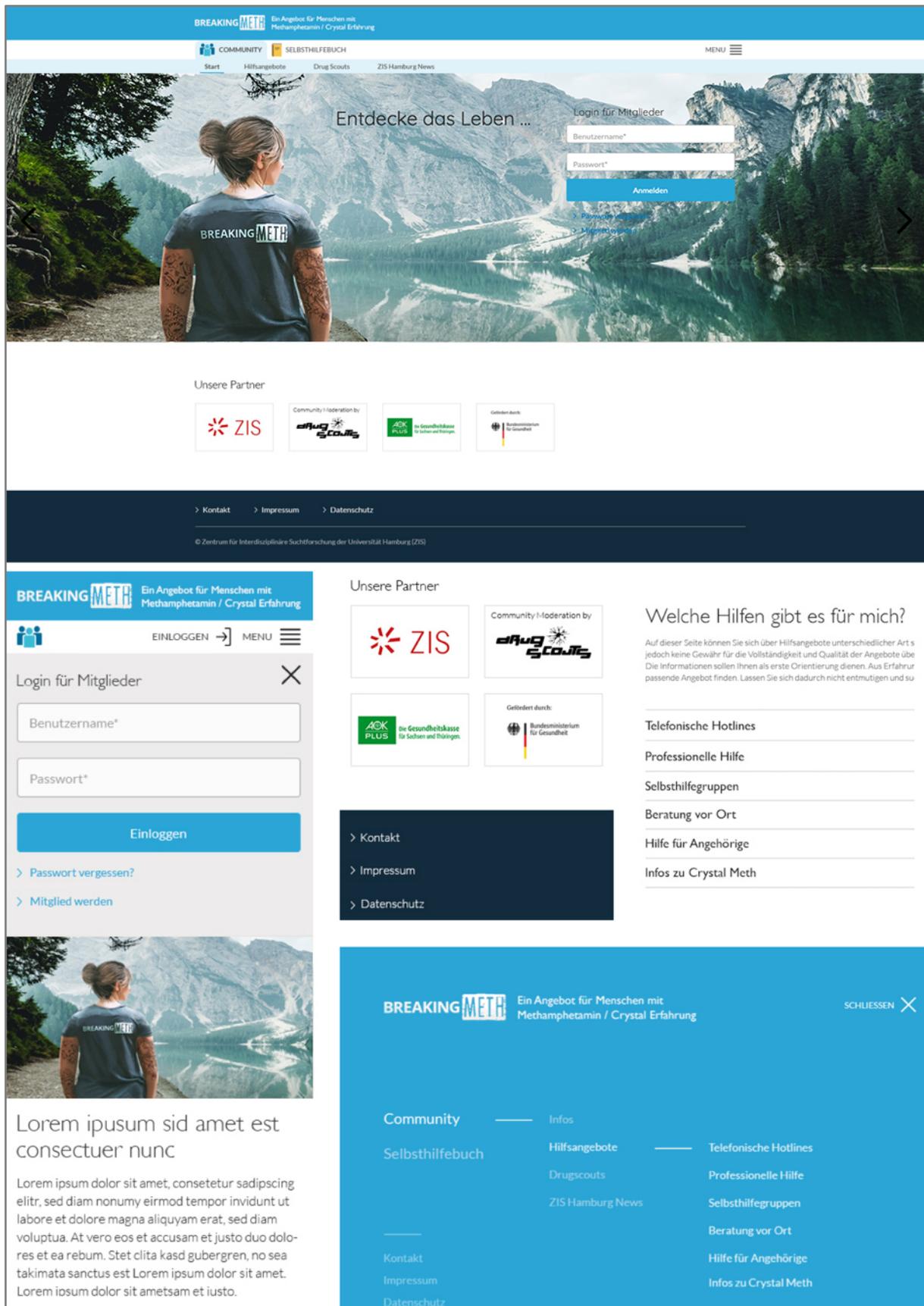


Abb. 7: Neue grafische Gestaltung des Portals

Das Moderationskonzept sowie die Einstellungen von technischen Funktionen wurden während des Förderzeitraums wiederholt mit den Drug Scouts diskutiert und für unterschiedliche Zielgruppen angepasst. Hierbei konnte auf die Möglichkeit zurückgegriffen werden, virtuelle Diskussionsräume anzulegen (Abb. 8) und jeweils verschiedene Zugangsvoraussetzungen vorzugeben, die Teilnehmende bei der Nutzung des jeweiligen Raums berücksichtigen sollen.



Abb. 8: Grundlegende virtuelle Kommunikationsbereiche

Für die Zielgruppe der bereits abstinenten Nutzerinnen und Nutzer, die das Portal zur gegenseitigen Unterstützung nutzen, konnten insgesamt die meisten Adaptionen vorgenommen werden. Hier hat sich eine Kerngruppe mit relativ stabiler Teilnahme herausgebildet und diese Teilnehmenden lieferten häufig Rückmeldungen und eigene Vorschläge zum Betrieb des abstinenorientierten Kommunikationsbereiches. Es wurden verschiedene Strategien erprobt, um einen optimalen Nutzen für die hier Aktiven zu schaffen. Der Versuch, über spezifische Forenregeln und programmierte Erinnerungsfunktionen auf eine wöchentliche oder zu bestimmten Zeitfenstern gemeinsame Beteiligung hinzuwirken – analog zu ortsgebundenen Gruppen – fand nur bei wenigen der in diesem Raum Aktiven

Resonanz. Stattdessen beteiligt sich der größere Teil der hier Freigeschalteten eher „nach Bedarf“ – etwa bei Suchtdruck, aber auch um längere Zeiträume der eigenen Abstinenz zu verkünden – oder in Reaktion auf die Beiträge von anderen Mitgliederinnen und Mitgliedern.

Betroffene in Beratung oder Behandlung nutzen das Portal zum Austausch, zur Bearbeitung von Krisen unterschiedlicher Art sowie zum Ausdruck von Ambivalenzen in Bezug auf ihre Abstinenzmotivation. Sie stellen insgesamt eine aktive Gruppe dar, die auch häufig mit Mitgliederinnen und Mitgliedern in Kontakt tritt, die bislang noch keinen Kontakt zur Hilfe hatten. Mit besonderem Blick auf diese Gruppe wurden verschiedene Funktionen geprüft, die eine erhöhte Aktivierung von Mitgliederinnen und Mitgliedern bewirken sollen, insbesondere in Form von verstärkten automatisierten Benachrichtigungen bei neuen Beiträgen.

Konsumierende mit beginnendem Problemverständnis und ohne Kontakt zum Hilfesystem finden sich vorrangig im Kommunikationsbereich „Eingangshalle“ und stellen einen wesentlichen Teil der Community dar. Gemäß den regelmäßigen Berichten der moderierenden Drug Scouts handelt es sich hierbei häufig um Mitgliederinnen und Mitglieder, die schon über einen längeren Zeitraum hinweg angemeldet waren, bis sie sich erstmals aktiv im Portal geäußert haben. Es wurde beobachtet, dass bei erstmaligen Beiträgen von Betroffenen aus dieser Gruppe nun relativ rasch eine bestärkende und empathische Rückmeldung von anderen Registrierten erfolgt, was in der Anfangszeit noch nicht in dieser Form gegeben war.

7.5 Anschlussforschung und Weiterbetrieb

Seit dem 01.05.2019 wird der Weiterbetrieb des Portals über die Selbsthilfeförderung des AOK Bundesverbandes ermöglicht. Diese Förderung erfolgt über einen Zeitraum von 36 Monaten (bis zum 30.04.2022) und soll zu Empfehlungen für den Aufbau von entsprechenden Plattformen im Selbsthilfebereich führen. Für Breaking-Meth bedeutet dies eine Verstetigung für zunächst weitere 3 Jahre, sodass das Portal in der nun aktualisierten Form weiterbetrieben und weiterentwickelt werden kann.

Der Fokus bei dieser neuen Forschungsförderung durch den Bundesverband der AOK liegt auf nachhaltigen Vernetzungsstrategien bei online-basierter Selbsthilfe im Bereich von Sucht und (anderen) psychischen Störungen. Hierzu sollen Standards vorgestellt werden, die auch auf andere Zielgruppen im Suchtbereich übertragbar sind. Ein neues Projektziel sind hierbei auch Wirkfaktoren der online-basierten Selbsthilfe, z.B. die Regelmäßigkeit der Teilnahme.

Ein weiteres Ziel ist es, zukünftig verstärkt Elemente in das Portal zu integrieren, die auf eine bessere Anbindung von Klientinnen und Klienten an Beratungsstellen abzielen und darauf, wie das Portal zukünftig als Hilfsmittel komplementär zum persönlichen Beratungsgespräch genutzt werden kann. Es wird derzeit geprüft, welche Voraussetzungen hierfür geschaffen werden müssten

8 Diskussion der Ergebnisse, Gesamtbeurteilung

Die Ziele des Projektes bestanden in einer zielgruppenspezifischen Weiterentwicklung des Breaking-Meth Portals, das in einem Vorgängerprojekt erstellt und gemeinsam mit dem Kooperationspartner Drug Scout betrieben wird. Eine Herausforderung war es hierbei, die bekannten positiven Effekte von Selbsthilfe in Form eines Online-Portals speziell für Zielgruppen von Menschen mit Methamphetamin-Erfahrung zu erproben und zugänglich zu machen.

Durch den Einbezug der Teilnehmenden sowie von Fachkräften aus dem Bereich der Suchthilfe und der Prävention konnten im Projektverlauf eine Reihe von Neuerungen und Adaptionen umgesetzt werden. Zu den wesentlichen Neuerungen gehört die Integration eines für Deutschland adaptierten Selbsthilfe-Ratgebers, der in elektronischer Form verfügbar ist und bei den Teilnehmenden großen Anklang findet. Es wurden Begleitmaterialien entwickelt, die sich an Betroffene mit Abstinenzwunsch richten und auf das Portal verweisen und die von Suchtberatungsstellen an Klientinnen und Klienten weitergegeben werden können. Insgesamt haben die Erfahrungen gezeigt, dass unterschiedliche Gruppen von Menschen mit Methamphetamin-Erfahrung durch ein Online-Selbsthilfeportal erreichbar sind. Zugleich wurde jedoch deutlich, dass es sich insgesamt um Betroffene handelt, bei denen es sehr anspruchsvoll ist, eine regelmäßige Teilnahme zu erreichen. Am besten können nach heutigem Stand bereits abstinente Nutzerinnen und Nutzer erreicht werden, die das Portal zur gegenseitigen Unterstützung bei der Aufrechterhaltung ihrer Abstinenz und auch zur Bearbeitung von Rückfällen im Austausch mit anderen Betroffenen nutzen.

Das Portal konnte zum Ende der Förderung durch das BMG wesentlich überarbeitet und aktualisiert werden. Vertiefende Fragen, die sich in diesem Förderzeitraum ergeben haben, können mithilfe der Anschlussförderung durch den AOK-Bundesverband weiter bearbeitet werden, zugleich ist ein Weiterbetrieb bis in das Jahr 2022 sichergestellt.

9 Gender Mainstreaming Aspekte

Wie bereits aus verschiedenen Vorarbeiten des ZIS sowie aus internationalen Befunden bekannt ist, spielen bei der Abhängigkeit von Methamphetamin verschiedene Gruppen weiblicher Konsumentinnen eine Rolle, die einer besonderen Berücksichtigung bedürfen (z.B. junge Mütter und Konsumentinnen mit Missbrauchserfahrungen). Ebenso existieren spezielle männliche Gruppen, etwa Angehörige der schwulen Club-Kultur sowie Subgruppen mit besonderen Männlichkeitsbildern. Bei der Planung und Durchführung des Projektes wurden diese Erkenntnisse ausdrücklich berücksichtigt. So wurde beispielsweise ein Kommunikationsbereich geschaffen, der sich vorrangig an Männer richtet, die Sex mit Männern haben. Themen wie sexuelle Traumatisierung und deren geschlechterspezifische Betrachtung sowie das Thema des problematischen Substanzkonsums in bestimmten Szenen des schwulen Nachtlebens („Chemsex“) wurden in der Moderation, bei der Auswahl der befragten Fachkräfte und bei der Konzeption der virtuellen Kommunikationsbereiche konsequent berücksichtigt.

10 Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse

Während des Förderzeitraums fanden umfassende Bekanntmachungsmaßnahmen statt, mit dem Ziel, möglichst viele Betroffene zu erreichen. Neben der Information von Fachkräften über Newsletterverteiler wurden postalisch ca. 800 Sortimente an Institutionen versendet. Es wurden insgesamt ca. 100.000 Flyer, 10.000 Aufkleber, 3.200 Poster sowie 800 Informationbroschüren verbreitet.

Um dem Interesse der Öffentlichkeit an diesem Projekt gerecht zu werden, wurde eine große Anzahl von Presseanfragen bearbeitet und Hintergrundgespräche mit Journalistinnen und Journalisten geführt.

11 Verwertung der Projektergebnisse (Nachhaltigkeit / Transferpotential)

Die im Projekt durchgeführten Maßnahmen der Weiterentwicklung konnten neben der Anpassung an verschiedene Gruppen von Betroffenen das bereits in einem Vorgängerprojekt begonnene Portal wesentlich optimieren. Durch eine grundlegende Neuprogrammierung konnte Breaking-Meth zudem technisch und gestalterisch auf den neusten Stand gebracht werden, wodurch ein langfristiger Weiterbetrieb mit Unterstützung der Selbsthilfeförderung durch den AOK Bundesverband geschaffen werden konnte.

Es konnten weiterhin Erkenntnisse zur Implementierung und zum Betrieb von virtuellen Selbsthilfe-Portalen vertieft werden. So kann etwa empfohlen werden, auch bei ähnlich gelagerten Projekten bei anderen Süchten eine Kooperation mit scene-nahen Akteuren in Erwägung zu ziehen. Hier konnten über alle Projektphasen hinweg positive Erfahrungen gemacht werden. Ähnlich positive Befunde wurden mit der Implementierung eines Selbsthilfe-Ratgebers gemacht, der von einem selbst Betroffenen geschrieben wurde. Dieser Ratgeber ist über die Online-Präsenz des Portals langfristig verfügbar und frei zugänglich.

12 Publikationsverzeichnis

Wittmann, N. & Milin, S. 2016: Rückfallprophylaxe. In: S3-Leitlinie Methamphetamin-bezogene Störungen. Die Drogenbeauftragte der Bundesrepublik, Bundesministerium für Gesundheit (BMG), Bundesärztekammer (BÄK) & Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) (Hrsg.). 1 Aufl. Berlin: Springer Berlin, S. 140-148

Radke, W-T. 2016: Zugang zum Hilfesystem bei Menschen mit Methamphetamin-bezogenen Störungen aus Sicht der Betroffenen. Eine qualitative Studie mit Teilnehmern eines Online-Selbsthilfeportals. Bachelorarbeit, Julius-Maximilians-Universität Würzburg, Fakultät für Humanwissenschaften, Fachbereich Psychologie

Milin, S., Radke, W-T. & Schäfer, I.: Herausforderungen für das Hilfesystem durch Methamphetamin. Eine Studie zu Zugangsbarrieren, Besonderheiten und Chancen aus Sicht von Betroffenen. In: Sucht. 62, S1, S. 145

Milin, S. (2016): Breaking-Meth – ein virtuelles Selbsthilfe-Angebot. Fachtagung Crystal Meth, NPS und Familie: Handlungsfelder und Wegweiser für Forschung und Praxis. Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen: URL: http://www.bas-muenchen.de/fileadmin/documents/pdf/Nachlese/2016/BAS_Tagung_CM_NPS_KV_Milin_Breaking_Meth_160224.pdf

Degkwitz, P., Schäfer, I. & Milin, S.: Breaking-Meth.de – ein virtuelles Selbsthilfenangebot. Deutsch-Tschechisches Symposium zur Prävention und Behandlung einer Methamphetamabhängigkeit. Berlin, 01.12.2016

Quellenverzeichnis

1. DSHS, Suchthilfe in Deutschland 2017. Jahresbericht der Deutschen Suchthilfestatistik (DSHS). 2018, München.
2. S3-Leitlinie, S3-Leitlinie Methamphetamin-bezogene Störungen. 2016: URL: <http://www.aezq.de/mdb/edocs/pdf/literatur/s3-ll-methamphetamin-bezogene-stoerungen-lang.pdf>.
3. Walther, M. und J. Hundertmark-Mayser, Virtuell ist auch real – Selbsthilfe im Internet. Formen, Wirkungsweise und Chancen. Eine fachliche Erörterung. Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS). 2011, Berlin.
4. Eichenberg, C. und D. Malberg, Gesundheitsinformationen im Internet-Zur Notwendigkeit der Qualitätsevaluation und -sicherung. *Psychotherapie im Dialog*, 2011. 12(2): p. 128-132.
5. Suler, J., The Online Disinhibition Effect. *CyberPsychology & Behavior*, 2004. 7(3): p. 321-326.
6. Blume, A., et al., Evaluation eines Online-Diskussionsforums für an Depression Erkrankte und Angehörige – eine Untersuchung zu Motiven und Auswirkungen der Teilnahme. *Neuropsychiatrie* 2009. 23(1): p. 42-51.
7. Podoll, K., et al., Selbsthilfe im Internet. Chancen und Risiken der Kommunikation in elektronischen Netzwerken. *Nervenarzt*, 2002. 73: p. 85-89.
8. Foster, C. und L. Roffe, An exploration of the internet as a self-management resource. *Jornal of Research of Nursing*, 2009. 14(1): p. 13-24.
9. Buchanan, H. und N.S. Coulson, Accessing dental anxiety online support groups: An exploratory qualitative study of motives and experiences. *Patient education and Counselling*, 2007. 66: p. 263-269.
10. Malik, S.H. und N.S. Coulson, Coping with infertility online: An examination of self-help mechanisms in an online infertility support group. *Patient Education and Councelling*, 2010. 81: p. 315-318.
11. Haker, H., C. Lauber, und W. Rössler, Internet forums: a self-help approach for individuals with schizophrenia? *Acta Psychiatr Scand.*, 2005. 112: p. 474-477.
12. Houston, T.K., L.A. Cooper, und D.E. Ford, Internet support groups for depression: a 1-year prospective cohort study. *Am J of Psychiatry*, 2002. 159: p. 2062-2068.
13. Knaevelsrud, C., A. Liedl, und N. Stammel, Posttraumatische Belastungsstörungen: Herausforderungen in der Therapie der PTBS. 2012, Weinheim: Beltz.
14. Finn, J. und M. Lavitt, Computer-Based Self-Help Groups for Sexual Abuse Survivors. *Social Work with Groups*, 1994. 17(1/2): p. 21-46.
15. Leiberich, P., et al., Selbsthilfe und Beratung im Internet. Mündige Benutzer können die Arzt-Patienten-Beziehung neu gestalten. *Med Klin*, 2004. 99(5): p. 263-268.
16. Eichenberg, C. und D. Malberg, Internet und sexuelle Gewalt: Zwischen Hilfsangeboten und virtuellen Übergriffen. *ZPPN Zeitschrift für Psychotraumatologie, Psychotherapiewissenschaft, Psychologische Medizin*, 2011. 9(1): p. 21-35.
17. Rauchfuß, K. und K. Knierim, Selbstgefährdung im Internet und Web 2.0. *Psychotherapie im Dialog*, 2011. 12(2): p. 137-142.
18. Milin, S., et al., Amphetamin und Methamphetamin - Personengruppen mit missbräuchlichem Konsum und Ansatzpunkte für präventive Maßnahmen. Studienbericht. 2014, Hamburg: Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS) der Universität Hamburg.