



Zentrum für Psychosoziale Medizin

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie



## **Online-Selbsthilfe für Methamphetamin-Konsumierende**

### **Entwicklung und Evaluation des zielgruppenspezifischen Angebotes Breaking-Meth.de**

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 Juli 2016

## 1. Titel und Verantwortliche

Projekttitel:	Online-Selbsthilfe für Methamphetamin-Konsumierende. Entwicklung und Evaluation eines zielgruppenspezifischen Angebotes
Förderkennzeichen:	ZMVI5-2514DSM219
Leitung:	Priv.-Doz. Dr. med. Ingo Schäfer, MPH <sup>1,2</sup> Stellvertreter: Sascha Milin, MA <sup>1,2</sup>
Projektmitarbeiter:	Charlotte Kleinau, M.Sc. <sup>1</sup> Marie Schwartz, M.Sc. <sup>1</sup> Wibke-Tabea Radke <sup>1</sup> Anna Sophia Beusmann <sup>1</sup> Judith Krüger <sup>1</sup> Holger Herzog <sup>3</sup> Daniel Graubaum <sup>3</sup> Daniel Völkel <sup>3</sup> Katrin Schröder <sup>3</sup> Antje Kettner <sup>3</sup>
Kontaktdaten:	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
Laufzeit	01.10.2014 – 30.04.2016
Fördersumme	107.744 €

<sup>1</sup> Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS), Universität Hamburg, Hamburg

<sup>2</sup> Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Hamburg

<sup>3</sup> SZL Suchtzentrum gGmbH / Projekt Drug Scouts, Leipzig

## 2. Inhaltsverzeichnis

<b>3. Zusammenfassung</b> .....	<b>5</b>
<b>4. Einleitung</b> .....	<b>6</b>
4.1 Ausgangslage des Projektes.....	6
4.2 Ziele des Projektes.....	7
4.3 Projektstruktur .....	8
<b>5. Erhebungs- und Auswertungsmethodik</b> .....	<b>9</b>
5.1 Initiale Entwicklungsphase .....	9
5.2 Wissenschaftliche Begleitung und Evaluation.....	11
5.2.1 <i>Untersuchungsbereiche</i> .....	11
5.2.1.1 <i>Etablierung einer online-basierten Selbsthilfe im suchtbezogenen Hilfesystem</i> .....	11
5.2.1.2 <i>Passgenauigkeit für die spezifische Zielgruppe</i> .....	11
5.2.2 <i>Datenquellen</i> .....	12
5.2.2.1 <i>Automatisierte Datenerfassung von Seitenbesuchen</i> .....	12
5.2.2.2 <i>Automatisierte Datenerfassung bei registrierten Mitgliedern des Portals</i> .....	12
5.2.2.3 <i>Onlinebefragungen und zusammenfassende Berichte der Drug Scouts</i> .....	13
5.2.2.4 <i>Durchführung einer Online-Fokusgruppe zu Einschätzungen zum Hilfesystem</i> .....	13
<b>6. Durchführung, Arbeits- und Zeitplan</b> .....	<b>14</b>
6.1 Analyse der Arbeiten und Abweichungen von der Planung.....	14
6.2 Zielerreichung .....	15
6.3 Erfahrungen im Projektverlauf.....	15
<b>7. Ergebnisse</b> .....	<b>16</b>
7.1 Darstellung des Projektes .....	16
7.1.1 <i>Mitgliederbereich mit virtuellen Kommunikationsräumen</i> .....	16
7.1.2 <i>Die Frage der Woche</i> .....	19
7.1.3 <i>Live Chats</i> .....	20
7.1.4 <i>Bekanntmachungsmaterialien</i> .....	21
7.2 Evaluationsergebnisse .....	24
7.2.1 <i>Etablierung des Angebotes im suchtbezogenen Hilfesystem</i> .....	24
7.2.1.1 <i>Nutzung und Bekanntmachung des Angebotes</i> .....	24
7.2.1.2 <i>Anleitung und Aktivierung der Mitglieder</i> .....	27
7.2.1.3 <i>Auftreten von Problemen beim Portalbetrieb in Echtzeit</i> .....	29
7.2.2 <i>Passgenauigkeit des Angebotes</i> .....	30
7.2.2.1 <i>Akzeptanz und Erfolg der Moderation</i> .....	30
7.2.2.2 <i>Kommunikative Bedürfnisse der Mitglieder</i> .....	33
7.2.2.3 <i>Aktuelle Lebensprobleme</i> .....	35
7.2.2.4 <i>Erkenntnisse zu Behandlungserfahrungen</i> .....	36
7.2.2.5 <i>Transparenz und Einbezug von NutzerInnen in die Entwicklung</i> .....	38
<b>8. Diskussion der Ergebnisse, Gesamtbeurteilung</b> .....	<b>39</b>
<b>9. Gender Mainstreaming Aspekte</b> .....	<b>40</b>

<b>10. Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse .....</b>	<b>40</b>
<b>11. Verwertung der Projektergebnisse (Nachhaltigkeit / Transferpotential) .....</b>	<b>41</b>
<b>12. Publikationsverzeichnis .....</b>	<b>42</b>
<b>Quellenverzeichnis.....</b>	<b>42</b>

## **Tabellenverzeichnis**

Tab. 1: Fragen der Woche (Auswahl) .....	19
Tab. 2: Bisherige Live Chats .....	20
Tab. 3: Erwartungen an die Portalnutzung.....	34
Tab. 4: Berichtete aktuelle Lebensprobleme .....	35

## **Abbildungsverzeichnis**

Abb. 1: Virtuelle Kommunikationsräume im Mitgliederbereich .....	16
Abb. 2: Mobilgeräte, grafische Avatare und Trigger-Warnungen.....	17
Abb. 3: Kontaktformular für ExpertInnen und Presse.....	18
Abb. 4: Pressebild zum Live Chat mit Dr. Härtel-Petri .....	20
Abb. 5: Aktueller Flyer (Rückseite).....	21
Abb. 6: Breaking-Meth Poster im Format A3.....	22
Abb. 7: Innenseite einer 4-seitigen Broschüre zum Portal.....	23
Abb. 8: Seitenzugriffe nach Uhrzeit während der Projektlaufzeit.....	24
Abb. 9: Endgeräte der NutzerInnen .....	25
Abb. 10: Seitenbesuche über Verlinkungen .....	26
Abb. 11: Aktive Mitglieder (online zu mind. 3 Zeitpunkten) .....	29
Abb. 12: Kopfleiste der Webseite der Drug Scouts .....	31
Abb. 13: Ein Beitrag in einer Online-Fokusgruppe .....	37
Abb. 14: Zielgruppen als Gegenstand der Anschlussforschung .....	39

### **3. Zusammenfassung**

Selbsthilfeaktivitäten gewinnen im Bereich der illegalen Drogen zunehmend an Bedeutung. Aufgrund von aktuellen Befunden zu Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik erscheint es für diese Gruppe besonders wichtig, im Bereich der Selbsthilfe komplementär zu ortsgebundenen Formaten ein spezifisches online-basiertes Angebot bereitzustellen.

Ziel des Modellprojektes und Forschungsvorhabens war es, in enger Kooperation mit einem szenenahen Projekt der SZL Suchtzentrum Leipzig gGmbH (Drug Scouts) ein Online-Selbsthilfeportal zu konzipieren, dieses wissenschaftlich zu begleiten und forschungsbasiert weiterzuentwickeln. Ein fester Projektbestandteil waren Maßnahmen zur Etablierung des Portals innerhalb der bestehenden Strukturen des suchtbefugten Hilfesystems.

Das Onlineportal Breaking-Meth.de konnte als experten-angeleitete Selbsthilfe am 25. März 2015 in Betrieb genommen werden. Über einen frei zugänglichen und stetig aktualisierten Informationsbereich werden für SeitenbesucherInnen u.a. Informationen zu bundesweit und regional bestehenden Hilfsangeboten bereitgestellt. Im anmeldepflichtigen Bereich können Mitglieder in mehreren virtuellen Räumen kommunizieren. Die Struktur der Kommunikationsräume, die Form der Moderation sowie zusätzliche technische und konzeptionelle Elemente wurden auf Basis von Evaluationsmaßnahmen unter Einbezug von Wünschen und Anregungen der Nutzer während des Betriebs weiterentwickelt. Insgesamt können bislang ca. 38.000 Zugriffe auf den Informationsbereich der Webseite verzeichnet werden. Das Portal wird aktuell von 315 registrierten Mitgliedern regelmäßig genutzt (Stand Juli 2016). Nach Beendigung des Modellbetriebs konnte die weitere Moderation durch die Drug Scouts durch eine finanzielle Unterstützung der AOK PLUS<sup>4</sup> sichergestellt werden.

Ergebnisse der Evaluation betreffen u.a. besondere Bedarfe der Mitglieder. 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. Unter den Mitgliedern ließen sich drei zentrale Gruppen identifizieren, (1) Nicht-Abstinente mit beginnendem Problemverständnis, (2) bereits längerfristig Therapieerfahrene sowie (3) Mitglieder unmittelbar im Anschluss an eine stationäre Suchttherapie. Um das Portal noch spezifischer auf diese Zielgruppen hin zu optimieren wird aktuell ein vertiefendes Forschungsvorhaben (Förderung durch das BMG) durchgeführt.

<sup>4</sup> AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen

## 4. Einleitung

### 4.1 Ausgangslage des Projektes

Inzwischen stellen Methamphetamin-Konsumierende in verschiedenen Bundesländern das Hilfesystem vor beträchtliche Probleme und der Ausbau von spezifischen Hilfsangeboten für diese Zielgruppe wird dringend gefordert [1, 2]. Auch Selbsthilfeaktivitäten können dabei einen wichtigen Beitrag leisten, die neben Angeboten der Therapie und der Beratung im Bereich der illegalen Drogen zunehmend an Bedeutung gewinnen.

Bestehende Selbsthilfegruppen sind im Suchtbereich auf Bundesebene in Verbänden organisiert, vereinigt unter dem Dach der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS). Fragen zur Verbesserung des Übergangs von der professionellen ambulanten und stationären Suchthilfe zu Selbsthilfegruppen sind Gegenstand eines mit Bundesmitteln geförderten Projektes („Chancen nahtlos nutzen – konkret!“) [3]. 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 [4].

Für online-basierte Selbsthilfe im Suchtbereich bedürfen diese Erkenntnisse und Empfehlungen einer Weiterentwicklung und spezifischen Bewertung. National und international ist hier der Forschungsstand noch fragmentarisch. Es existieren bereits plausible und begründete Erkenntnisse und Hinweise auf einen besonderen Nutzen für Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen und/oder anderen psychischen Störungen. Besondere Chancen werden in der leichten Verfügbarkeit und Niedrigschwelligkeit [5], besseren Kommunikationsmöglichkeiten [6], der Motivation zur Inanspruchnahme des Hilfesystems [7], der Überwindung von Isolation [8], einem produktiven sozialen Austausch [9, 10], einer Förderung und Wiedererlangung von interpersonellen Kompetenzen [11, 12] sowie in einem verbesserten Verständnis für die eigene (Sucht-)Erkrankung [13] gesehen.

In der vom BMG geförderten Studie zu Personengruppen mit missbräuchlichem Stimulanzienkonsum [14] berichtete ein substanzieller 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.

Eigene Vorarbeiten hatten gezeigt, dass neben alkoholspezifischen Online-Selbsthilfeangeboten derzeit eine gewisse Zahl von suchtmittel-übergreifenden Online-Foren aktiv sind und dass diese zumindest in bestimmten Forenbereichen eine Ausrichtung auf eine gegenseitige Unterstützung zur Aufrechterhaltung von Abstinenz aufweisen. Die vorgefundenen Angebote waren allerdings von unterschiedlicher Qualität, erfüllten nicht in allen Fällen die etwa durch die NAKOS beschriebenen Mindestanforderungen, und keines der Angebote war speziell auf Methamphetamin-Konsumierende ausgelegt. Zudem wurden viele augenscheinlich von (technischen) Laien eingerichtete Portale vorgefunden, die nicht (mehr) funktionierten. Grundsätzliche Mindestanforderungen schienen bei einigen Portalen nie erfüllt gewesen zu sein. So fehlten etwa Nutzungsbedingungen, Hinweise auf den Betreiber, den Umgang mit Daten bzw. ein Impressum.

Vor dem Hintergrund dieser Gegebenheiten erschien es sinnvoll, ein spezifisches Selbsthilfeangebot zu initiieren, welches von professionellen Akteuren moderiert wird („experten-angeleitete Selbsthilfe“). In der Entwicklungsphase sowie bei der Durchführung der verschiedenen Schritte der Evaluation und Adaption sollten dabei Maßnahmen berücksichtigt werden, die gemäß dem aktuellen Kenntnisstand als besondere Chancen gesehen werden (Niedrigschwelligkeit, Überwindung von Isolation, Wiedererlangung von interpersonellen Kompetenzen, Motivation zur Inanspruchnahme des Hilfesystems). 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) [15], eine mögliche Labilisierung durch emotional aufgeladene, sog. „Flaming“-Inhalte [16], die Verfestigung einer Opferidentität [17], eine unerwünschte exzessive Internetnutzung [18], soziale Isolation [15] oder eine Verstärkung von anderen negativen Verhaltensweisen [19].

## **4.2 Ziele des Projektes**

Ziel des Modellprojektes und Forschungsvorhabens war es, für unterschiedliche Zielgruppen von Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik zeitnah ein experten-angeleitetes Selbsthilfeangebot zur Verfügung zu stellen und dieses unter wissenschaftlicher Begleitung im Projektverlauf weiterzuentwickeln und zu optimieren. Die Maßnahmen sollten unter der Maßgabe erfolgen, dass eine langfristige Etablierung des Angebotes innerhalb der bestehenden Strukturen des suchtbefragten Hilfesystems möglich ist. Als Kernstück des Angebotes sollte - neben allgemein einsehbarer Informationen und Verlinkungen zu bestehenden Informations- und Hilfsangeboten - ein anmeldepflichtiger Bereich mit virtuellen Kommunikationsräumen geschaffen werden um für

Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen jeweils geeignete Kommunikationsbereiche zu schaffen. Es wurde angestrebt, dass mindestens 200 TeilnehmerInnen erreicht werden, die eine kontinuierliche Nutzungscharakteristik aufweisen. Weiterhin sollten Möglichkeiten erprobt werden, um geeignete Mitglieder für den Einbezug in Moderationsaufgaben zu gewinnen, wofür ein eigenes Schulungskonzept geschaffen werden sollte.

Bei der Entwicklung und Optimierung sollten aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zu Möglichkeiten, Chancen und besonderen Herausforderungen der Selbsthilfe im Internet sowie aktuelle Befunde zu Charakteristika von Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik einbezogen werden. Zudem sollte auf bereits bestehende Strukturen, Vorarbeiten und Erfahrungen des ZIS sowie der Drug Scouts in der Online-Kommunikation aufgebaut werden.

### **4.3 Projektstruktur**

Das Bundesmodellprojekt und das begleitende Forschungsvorhaben wurde in Kooperation zwischen dem ZIS und den Drug Scouts durchgeführt. Finanziert wurde das Gesamtprojekt durch eine Zuwendung des BMG, die Leistungen der Drug Scouts wurden über eine Weiterleitung von Fördermitteln ermöglicht.

Dem Projekt Drug Scouts bzw. der SZL Suchtzentrum Leipzig gGmbH oblag die Verantwortlichkeit für den Betrieb des Portals in Echtzeit im Sinne des Telekommunikationsgesetzes. Als Datenschutzbeauftragter fungierte der Geschäftsführer der SZL Suchtzentrum Leipzig gGmbH.

Die Verantwortlichkeit für die technische und konzeptionelle Entwicklung des Portals sowie für die Durchführung der Evaluationsmaßnahmen lag beim ZIS, wobei sowohl während der Entwicklungsphase als auch bei den forschungsbasierten Überarbeitungen umfassend die Ideen, Erfahrungen und Wünsche der Drug Scouts Berücksichtigung fanden. Benötigte externe Dienstleistungen im Rahmen der Programmierung und der grafischen Gestaltung wurden über eine Vergabe von Aufträgen durch das ZIS abgewickelt.

Maßnahmen der Bekanntmachung, der Entwicklung von Webtexten und Informationsmaterialien, der Vernetzung mit weiteren Institutionen sowie der Bearbeitung von Anfragen aus dem Hilfesystem wurden von den Projektpartnern ZIS und Drug Scouts gemeinsam bzw. in Arbeitsteilung durchgeführt. So wurde die Kommunikation des Angebotes bei Einsätzen der aufsuchenden Sozialarbeit im Nachtleben und über vernetzte szenenahe Projekte durch die Drug Scouts geleistet und koordiniert, das ZIS übernahm vorrangig die Bekanntmachung im suchtmmedizinischen Bereich.

## 5. Erhebungs- und Auswertungsmethodik

### 5.1 Initiale Entwicklungsphase

In den ersten vier Projektmonaten wurde die konzeptionelle und technische Entwicklung des Portals durchgeführt (zur inhaltlichen Darstellung der Plattform s. Kap. 7). Handlungsleitend sollte hierbei die Schaffung einer nachhaltigen und für eine spätere Verstetigung geeigneten Ressource sein. Die technische Umsetzung wurde so angelegt, dass während des Betriebs als Modellprojekt möglichst umfassende Möglichkeiten zu forschungsbasierten Adaptionen bestehen. Gemeinsam mit dem Projektpartner Drug Scouts wurden vertiefende Recherchen durchgeführt zu

- internationalen Erfahrungen mit unterschiedlichen Ansätzen der Selbsthilfe bei Methamphetamin-bezogenen Störungen,
- internationalen und nationalen Angeboten sowie wissenschaftlichen Befunden zu online-basierter Selbsthilfe und zu Webbasierten Interventionen (WBI),
- rechtlichen Grundlagen, ethischen Fragestellungen, Technik, Datenschutz und Datensicherheit sowie zu
- Möglichkeiten und Erfordernissen der Bekanntmachung und der Schaffung von Attraktivität für die Zielgruppen.

Es wurde ein Anforderungskatalog entwickelt, entlang dessen die Entwicklung bis hin zur vorgesehenen Inbetriebnahme des Portals verlaufen sollte. Hierzu waren mehrere Überarbeitungsschritte eingeplant, da verschiedene Anforderungen potentiell im Widerspruch stehen können oder aufgrund der gegebenen zeitlichen und finanziellen Ressourcen eine Priorisierung vorgenommen werden musste. So verspricht etwa eine umfassende technische Protokollierung von Nutzerdaten wertvolle wissenschaftliche Erkenntnisse und direkt umsetzbare Hinweise für eine Optimierung des Angebotes im Sinne der NutzerInnen, kann jedoch im Widerspruch stehen zu ethischen Überlegungen, zu geltenden Rechtsnormen und dem Gebot nach Sparsamkeit und Zurückhaltung bei der Sammlung von Daten, wie sie das Bundesdatenschutzgesetz [20] anmahnt. Es wurden vier Tätigkeitsfelder definiert, die in stetigem Austausch bearbeitet wurden:

1. Die Entwicklung des Betriebskonzeptes wurde vom ZIS in Zusammenarbeit mit den Drug Scouts durchgeführt. Hierzu wurde eine erste Struktur der virtuellen Räume des Portals skizziert, geeignete Nutzungsbedingungen diskutiert und beschlossen sowie ein erstes Moderationsprotokoll entwickelt. Die im Portal sichtbaren Texte, insbesondere zu Informationsangeboten und Verlinkungen zu anderen Hilfsangeboten wurden vorrangig

von den Drug Scouts erarbeitet. Verfahrensweisen zur Gewährleistung des Datenschutzes und der Datensicherheit wurden gemeinsam von den Kooperationspartnern unter Einbezug des für die Programmierung zuständigen Auftragnehmers erarbeitet. Eine rechtliche Prüfung der Verfahren wurde von der SZL Suchtzentrum Leipzig gGmbH geleistet.

2. Die Webprogrammierung und Gestaltung erfolgte durch einen Auftragnehmer (Dockmedia, Hamburg) mit ausgewiesener Expertise in der Umsetzung von interaktiven Web-Projekten, der bereits im Jahr 2013 im Rahmen einer anderen vom BMG geförderten Studie vom ZIS beauftragt wurde („MethStudie“). Supervidiert wurde die Programmierung durch die Projektleitung des ZIS. Weiter kamen u.a. studentische Hilfskräfte bei der Testung auf unterschiedlichen Smartphones und anderen Endgeräten unterstützend zum Einsatz.
3. Die geplanten Evaluationsmaßnahmen wurden vom ZIS in Kooperation mit den Drug Scouts und dem für die Programmierung zuständigen Auftragnehmer festgelegt. Insbesondere die zusammenfassende Dokumentation der Moderation und des Geschehens im Portal sollte von den Drug Scouts geleistet werden, da eine Analyse von einzelnen Diskussionsbeiträgen der Mitglieder durch das ZIS aus ethischen Gründen explizit ausgeschlossen wurde. Um das Auslesen von wesentliche Kennzahlen während des Betriebs durch das ZIS während des Betriebs zu ermöglichen, wurde ein Statistik-Modul entwickelt, welches Kennzahlen errechnen und aggregieren konnte, sodass hierfür kein Zugriff auf Datensätze mit Nicknames, Email- oder IP-Adressen (Bestimmbarkeit von Personen) erforderlich war.
4. Maßnahmen zur initialen Bekanntmachung wurden vom ZIS in Kooperation mit den Drug Scouts festgelegt und umgesetzt. So wurde der Portalname Breaking-Meth.de in Anspielung auf die US-Fernsehserie „Breaking Bad“ ausgewählt, erste Flyer für den Einsatz im Nachtleben entwickelt und über die Netzwerke der Drug Scouts verbreitet. Die Drug Scouts sowie das ZIS stellten das Projekt vor dem Launch auf ihren Internetpräsenzen vor, erstellten Pressemitteilungen und machten im Rahmen von Medienauftritten das Projekt bekannt.

## **5.2 Wissenschaftliche Begleitung und Evaluation**

### 5.2.1 Untersuchungsbereiche

#### *5.2.1.1 Etablierung einer online-basierten Selbsthilfe im suchtbezogenen Hilfesystem*

Das zentrale Ziel des Projektes war der Aufbau einer unterstützenden virtuellen Community für Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik. Dabei wurde eine Mindestzahl von erreichten Mitgliedern angestrebt (N=200). Ausdrücklich gewünscht war hierbei, dass Menschen mit eigenen Konsumerfahrungen sowohl mit als auch ohne Vorerfahrung mit dem suchtbezogenen Hilfesystem in Kommunikation treten. Ein Einbezug in die Moderation sowie in die konzeptionelle Weiterentwicklung durch geeignete Mitglieder mit bereits längerer Mitgliedsdauer sollte ebenfalls erprobt werden. Die darauf bezogenen Untersuchungsfragen betrafen die folgenden Bereiche:

- Führen die vorgesehenen Maßnahmen zur Bekanntmachung und Nutzung des Angebotes?
- Wird eine angemessene Anleitung und Aktivierung der Mitglieder erreicht?
- Kommt es zu problematischen Situationen und wie wird mit diesen umgegangen?

#### *5.2.1.2 Passgenauigkeit für die spezifische Zielgruppe*

Aufgrund der Ausgangslage des Projektes wurde das Angebot so gestaltet, dass es für unterschiedliche Gruppen von Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik geeignet sein sollte. Zum einen betrifft dies die zu erwartende starke Heterogenität der Betroffenen hinsichtlich unterschiedlicher Konsumbiographien, Lebensumstände und vorrangiger Motive für den Konsum. Weiterhin wurde eine besondere Niedrigschwelligkeit als wichtig erachtet. Neben bereits abstinenten Betroffenen mit Unterstützungsbedarf im Sinne einer Rückfallprophylaxe sollten auch Menschen erreicht werden, die eine beginnende Problemwahrnehmung aufweisen und zunächst eine Konsumreduktion anstreben. Hierfür sollten unterschiedliche virtuelle Räume bereitgestellt werden. Weiterhin sollten technische und konzeptionelle Maßnahmen implementiert werden, die abstinente, rückfallgefährdete oder durch andere Umstände vulnerable Mitglieder - etwa bei vorliegenden psychischen Traumata - vor problematischen Beiträgen schützen. Die darauf bezogenen Untersuchungsfragen betrafen die folgenden Bereiche:

- Wird eine Akzeptanz der Moderation und des Betriebskonzeptes erreicht?
- Gelingt eine Orientierung der Portalstruktur an die Bedürfnisse der Mitglieder?
- Besteht ausreichende Transparenz und ein zielführender Einbezug von Mitgliedern in Maßnahmen der Optimierung des Angebotes?

## 5.2.2 Datenquellen

### *5.2.2.1 Automatisierte Datenerfassung von Seitenbesuchen*

Zum Monitoring der Seitenaufrufe wurde eine Programmierung entwickelt, die ausgewählte sogenannte Applikations- und Protokolldaten speichert. Eine erste zentrale Ebene betraf dabei den allen interessierten SeitenbesucherInnen frei zugänglichen Bereich, der u.a. Informationen zu Hilfsangeboten und zum Verhalten im Notfall bereitstellt. Aus Datenschutzgründen wurde die automatische Protokollierung immer dann deaktiviert, wenn Seitenaufrufe durch registrierte Mitglieder erfolgten. Folgende automatisch erhobenen Daten wurden protokolliert und in die Evaluation einbezogen:

- Häufigkeit der Aufrufe der Seite „NOTFALL, Hilfe und Information“?
- Zu welchen Uhrzeiten wurde die Seite aufgerufen?
- Gerätetyp beim Besuch der Seite (PC oder Tablet/Smartphone)?
- Über welche Webseite wurde das Portal gefunden?

### *5.2.2.2 Automatisierte Datenerfassung bei registrierten Mitgliedern des Portals*

Wie bei allen Systemen, die nutzergenerierte Inhalte verwalten, müssen beim Verfassen von Beiträgen und Kommentaren aus technischen Gründen die Texte, die dazugehörige Uhrzeit, das Datum sowie weitere Protokolldaten in einer Datenbank gespeichert werden. Auf einige dieser Daten können die Drug Scouts über eine hierfür entwickelte Schnittstelle während des Betriebs zugreifen und diese filtern, um z.B. zu sehen, wie viele und welche Beiträge ein bestimmtes Mitglied innerhalb einer bestimmten Zeitspanne verfasst hat. Zum Zweck der Evaluation wurde aus Gründen des Datenschutzes auf diese technische Möglichkeit nicht zurückgegriffen, sondern ausschließlich auf die folgenden, automatisch aggregierten Daten:

- Anzahl der registrierten Mitglieder, die sich an mind. 3 Zeitpunkten eingeloggt haben.
- Anzahl der registrierten Mitglieder, die zu einem gegebenen Zeitpunkt online sind.
- Anzahl der Mitglieder, die mittels technischer Maßnahmen gesperrt wurden.
- Art und Anzahl von automatisierten Warnmeldungen zu potentiell missbräuchlicher Nutzung des Portals sowie zu sicherheitsrelevanten Geschehnissen.

### ***5.2.2.3 Onlinebefragungen und zusammenfassende Berichte der Drug Scouts***

Während des Betriebs wurden eine Reihe von Mitgliederbefragungen mittels offener und geschlossener Fragen durchgeführt. Zum Einsatz kamen hierfür vorangelegte Online-Formulare im anmeldepflichtigen Bereich, die auf freiwilliger Basis von Mitgliedern ausgefüllt und elektronisch abgesendet werden konnten. Zusätzlich kam eine adaptierte Befragungssoftware zum Einsatz, die in die Programmierung des Portals integriert wurde. Die Analyse von nutzergenerierten Inhalten innerhalb der geschützten Kommunikationsbereiche durch das ZIS wurde aus ethischen Gründen ausgeschlossen. Um relevante Erkenntnisse zum Geschehen im Portal, zu den Wünschen, Bedarfen und Anregungen der Mitglieder sowie zu Aspekten der Moderation zu gewinnen, wurden monatliche Statusgespräche mit den Drug Scouts durchgeführt und dokumentiert. Im Einzelnen wurden folgende Daten erfasst und in die Evaluation einbezogen:

- Über Online-Formulare übermittelte Vorschläge und Wünsche zur Ausgestaltung der Kommunikationsbereiche („Virtuelle Räume“).
- Befragungsdaten zu Alter, Geschlecht, Erwartungen an das Portal, Bewertung von bestehenden Aspekten des Angebotes, aktuell relevanten Lebensproblemen sowie zur Zufriedenheit und zu Wünschen bezüglich des Moderationskonzeptes.
- Eindrücke, Beobachtungen und Erfahrungen der Drug Scouts zu Kommunikationsverläufen, Rückmeldungen der Mitglieder und zu Aspekten der Moderation.

### ***5.2.2.4 Durchführung einer Online-Fokusgruppe zu Einschätzungen zum Hilfesystem***

Im Projektverlauf wurde deutlich, dass Hindernisse und Vorbehalte bezüglich der Inanspruchnahme des suchtbezogenen Hilfesystems eine besondere Rolle in der Kommunikation spielten. Aus diesem Grund konnte mit Unterstützung einer Examenskandidatin (Studiengang Psychologie) eine Gruppe von Mitgliedern für die Teilnahme an einer Online-Fokusgruppe [21] zum Thema „Zugang zum Hilfesystem bei Menschen mit Methamphetamin-bezogenen Störungen aus Sicht von Betroffenen“ durchgeführt werden. Die Durchführung dieser Befragung mit Online-Fokusgruppen wurde ermöglicht durch eine Aufstockung der Fördermittel durch das BMG.

## **6. Durchführung, Arbeits- und Zeitplan**

### **6.1 Analyse der Arbeiten und Abweichungen von der Planung**

Die im Rahmen des Gesamtprojektes vorgesehenen Arbeitsschritte seitens des ZIS sowie der Drug Scouts konnten im Projektverlauf durchgeführt und abgeschlossen werden.

Während der initialen Entwicklungsphase ergaben sich aufgrund des innovativen Charakters des Projektes vielfach unerwartete Entwicklungen, die kreative Lösungen und ein starkes Engagement seitens der Projektpartner während dieser Phase erforderten. Dem Projekt kam die besondere Einsatzbereitschaft und Flexibilität des für Programmierung zuständigen Auftragnehmers zugute, der es in der initialen Entwicklung sowie während des gesamten Betriebs begleitete. So konnten technische Adaptionen auch bei unerwarteter Komplexität unter Beachtung der in diesem Bereich besonders hohen Anforderungen an Datenschutz und Datensicherheit sorgfältig umgesetzt werden. Um die Nachhaltigkeit zu sichern (umfangreiche Weiterentwicklungsmöglichkeiten nach Projektende) erfolgte eine andere technische Umsetzung als anfänglich geplant. Die Programmierung war hierdurch aufwendiger und die Inbetriebnahme des Portals verschob sich auf den 25.03.2015.

Die darauffolgenden Phasen der Bekanntmachung, des Betriebs, des Monitorings, der formativen und der abschließenden Evaluation konnten plangemäß durchgeführt werden. Da es zu keinen wesentlichen Störungen des Betriebs durch technische Probleme oder eine missbräuchliche Nutzung des Portals gekommen war, konnten die weiteren Projektphasen so zu den vorgesehenen Zeiten abgeschlossen werden.

Im Rahmen der Maßnahmen zur Förderung des Weiterbetriebs konnte die AOK PLUS für eine längerfristige Förderung der moderierenden Drug Scouts gewonnen werden. Es zeigte sich, dass ein weiterführendes Forschungsvorhaben für eine langfristige Verstetigung im Hinblick auf neu ermittelte Nutzergruppen sinnvoll war, nämlich (1) nicht Abstinente mit beginnendem Problemverständnis, (2) bereits längerfristig Therapieerfahrende sowie (3) Mitglieder im Anschluss an eine stationäre Suchttherapie. Um das Portal noch spezifischer auf diese Zielgruppen hin zu optimieren, wurde in Konsultationen mit dem BMG und mit verschiedenen an der Entwicklung der S3-Leitlinie Methamphetamin-bezogene Störungen [22] beteiligten ExpertInnen ein vertiefendes Forschungsvorhaben konzipiert, welches aktuell vom BMG gefördert wird.

## **6.2 Zielerreichung**

Die angestrebten Ziele wurden während des Projektverlaufes erreicht. So wurde wie geplant die Entwicklung und Implementierung eines online-basierten Selbsthilfeangebotes für Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik erfolgreich durchgeführt und die angestrebte Zahl von Mitgliedern mit aktiver Portalnutzung (N=200) im Februar 2016 erreicht. Wesentliche bedarfsgerechte Adaptionen wurden durchgeführt, sowie abschließende Befunde und Empfehlungen für den Weiterbetrieb auf einem Klausurtreffen am 30.03.2016 mit dem Kooperationspartner Drug Scouts diskutiert und beschlossen.

Als weiteres Teilziel war die Hinwirkung auf eine Verstetigung des Angebotes und einen nachhaltigen Weiterbetrieb benannt worden. Eine Förderung der Moderatorentätigkeit der Drug Scouts wird seit Mai 2016 durch die AOK PLUS geleistet. Eine weitere Optimierung des Portals im Hinblick auf neu erkannte Fragestellungen erfolgt seit Mai 2016 durch eine Zuwendung des BMG.

## **6.3 Erfahrungen im Projektverlauf**

Die Erfahrungen des Gesamtprojektes stellten sich insgesamt sehr positiv dar. Dies lässt sich u.a. auf die gute Zusammenarbeit mit dem Projektpartner Drug Scouts zurückführen. Wie erwartet wurde die Moderation durch die Drug Scouts als szenenahem Akteur von den Betroffenen gut angenommen. Als richtige Entscheidung erwies sich auch, dass bei der initialen Programmierung Möglichkeiten geschaffen wurden, um schrittweise aktivierende Elemente wie häufigere automatisierte E-Mail-Benachrichtigungen und Newsletter einzusetzen sowie eine Umsetzung zu wählen, die vielfältige Erweiterungen zur Steigerung der Attraktivität zulässt. Die umfangreichen technischen Möglichkeiten zur Eindämmung und Beseitigung von Störungen wurden bislang kaum benötigt. Diese könnten sich jedoch zukünftig als notwendig erweisen, um Mitglieder angemessen zu schützen und einen rechtskonformen Betrieb zu gewährleisten.

Die Entwicklung der Mitgliederzahl und die Aktivität im Portal verlief anfänglich langsamer als erwartet. Dies führte zu Kritik seitens der Mitglieder in den ersten Betriebsmonaten. Sowohl das ZIS als auch die Drug Scouts hatten aufgrund von Vorerfahrungen mit einer anfänglich größeren Zahl von Anmeldungen, einem eher hohen Moderationsaufwand sowie mit missbräuchlicher Nutzung gerechnet. Um die Mitgliederzahl, die Aktivität im Portal und die Attraktivität zu steigern, waren schließlich wesentlich mehr aktivierende Maßnahmen erforderlich als angenommen. Somit zeigte sich, dass bei dieser Gruppe von Betroffenen eine stärkere Anlehnung an aktuelle Empfehlungen aus dem Bereich der Webbasierten Interventionen (WBI; [23]) sinnvoll ist, um eine ausreichende Aktivierung zu erreichen.

## 7. Ergebnisse

### 7.1 Darstellung des Projektes

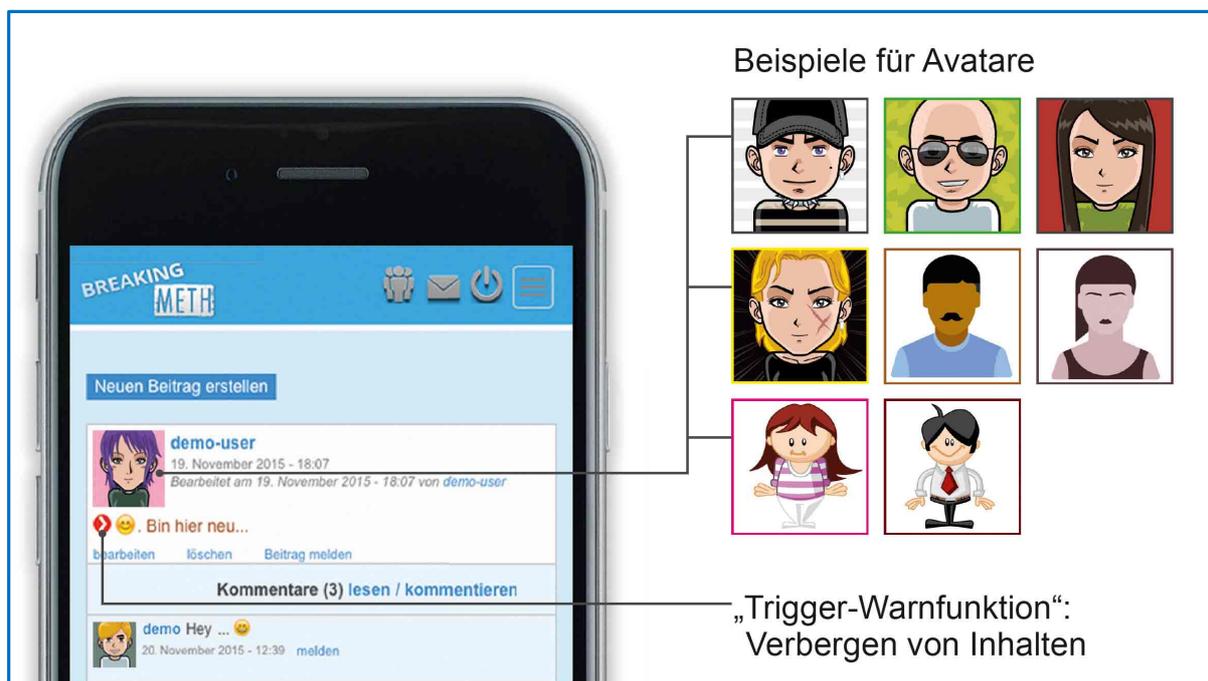
#### 7.1.1 Mitgliederbereich mit virtuellen Kommunikationsräumen

Die Möglichkeit, unterschiedliche Kommunikationsbereiche zu schaffen und weiterzuentwickeln, war ein zentrales Ziel der Maßnahmen während der gesamten Projektphase. Die entstandene Struktur (Abb. 1) ermöglicht es neuen Mitgliedern, sich zunächst in der „Eingangshalle“ auszutauschen und vorzustellen. Weitere Bereiche richten sich speziell an bereits abstinente Mitglieder und ermöglichen eine thematisch orientierte Kommunikation anhand von ermittelten Bedarfen. Der Zugang zu einem speziellen Kommunikationsbereich („Sex“) erfordert dabei eine Prüfung und Freischaltung durch die Drug Scouts, welche über ein Online-Formular beantragt werden kann. Die Rechte für das Veröffentlichen von Beiträgen können individuell für jeden Raum aktiviert werden. Zusätzlich können für einzelne Räume automatisierte Benachrichtigungen an ausgewählte Mitglieder zugeschaltet werden, sobald ein neuer Beitrag veröffentlicht wird.



**Abb. 1:** Virtuelle Kommunikationsräume im Mitgliederbereich

Das Portal wurde für die Nutzung über alle gängigen Browser und Endgeräte hin optimiert. Ein Hochladen von eigenen Profilbildern (Avataren) durch Mitglieder wurde aus rechtlichen Gründen nicht vorgesehen. Stattdessen steht eine Galerie von 320 vorgegebenen Avatarbildern zur Verfügung. Über sogenannte „Emojis“, die zunehmend die bereits seit der Anfangszeit der Online-Foren genutzten „Emoticons“ und „Smilies“ ersetzen, wurde eine zeitgemäße Form des Ausdrucks von Emotionen in der Onlinekommunikation bereitgestellt. Für das Verbergen von potentiell Suchtdruck auslösenden Inhalten und anderen für besonders vulnerable Mitglieder problematischen Inhalten (z.B. der Schilderung von Gewalterfahrungen) wurde eine Trigger-Warnfunktion implementiert, die sowohl von VerfasserInnen der Inhalte als auch von den moderierenden Drug Scouts zugeschaltet werden kann. Durch ein rotes Symbol, die Reduktion des Beitrags auf dessen ersten Worte sowie durch die Einfärbung der Texte in Rot wird auf den problematischen Charakter des verborgenen Beitrags hingewiesen. Durch Klicken auf das Symbol können Mitglieder diese Beiträge sichtbar stellen und lesen. Abbildung 2 zeigt eine Auswahl der Avatarbilder, die Trigger-Warnfunktion sowie den Innenraum des Mitgliederbereiches, wie er über ein Smartphone angezeigt wird.



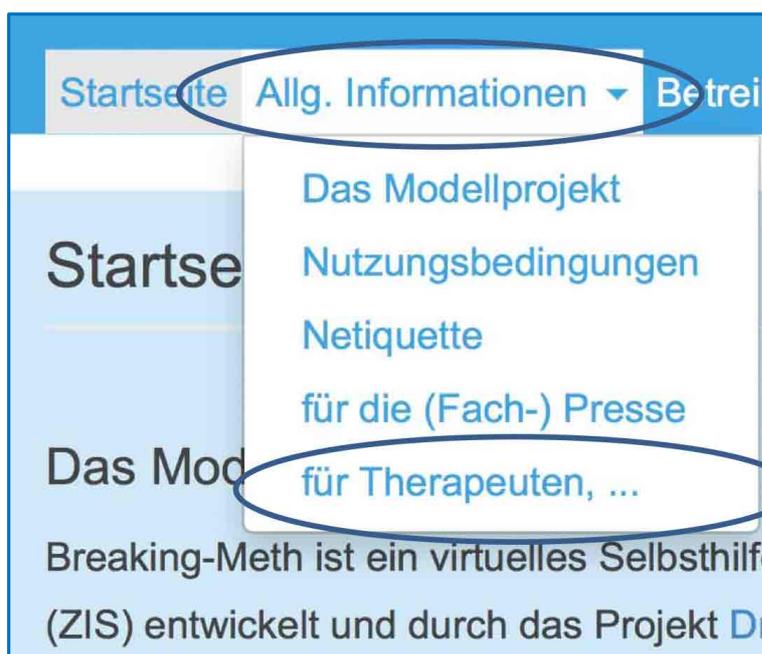
**Abb. 2:** Mobilgeräte, grafische Avatare und Trigger-Warnungen

Nicht registrierte Nutzer haben keinen Zugriff auf die Kommunikationsbereiche des Portals. Es steht jedoch ein für alle Seitenbesucher einsehbarer Bereich zu Informations- und Hilfsangeboten zur Verfügung. Hier wird etwa anhand von Beispielen dargestellt, wie eine stationäre Suchttherapie für Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik aussehen

kann. Über Verlinkungen wird auf bundesweite und regionale Angebote hingewiesen. Darüber hinaus wurde zu anderen Webseiten von Fachstellen verlinkt, über die weitere regionale Angebote recherchiert werden können. Die Informationsseite ist über die Startseite <https://breaking-meth.de> aufrufbar und wie folgt strukturiert:

1. Hilfe im Notfall
2. Telefon-Hotlines (bundesweit und regional)
3. Chat-Beratung
4. Online-Foren
5. Hilfs-, Beratungs- und Therapieangebote, Rechercheseiten nach Bundesland
  - a. Beratungseinrichtungen
  - b. Elternberatung
  - c. Suchtmedizinische Schwerpunktpraxen
  - d. Ambulante und stationäre Suchttherapie
6. Selbsthilfegruppen
7. Drogenaufklärung und Schadensminimierung

Über die Startseite des Portals können sich Interessierte zur Projektstruktur, den Nutzungsbedingungen und Verhaltensregeln für registrierte Mitglieder („Netiquette“) informieren. Eine Anmeldung und die damit verbundene Möglichkeit der Einsichtnahme in die Portalkommunikation ist für VertreterInnen der (Fach-) Presse sowie für TherapeutInnen und BeraterInnen nicht erlaubt. Es werden über die frei zugängliche Startseite für die genannten Berufsgruppen Online-Kontaktformulare zur Verfügung gestellt (Abb. 3), über die Anfragen übermittelt und Informationsmaterialien angefordert werden können.



**Abb. 3:** Kontaktformular für ExpertInnen und Presse

## 7.1.2 Die Frage der Woche

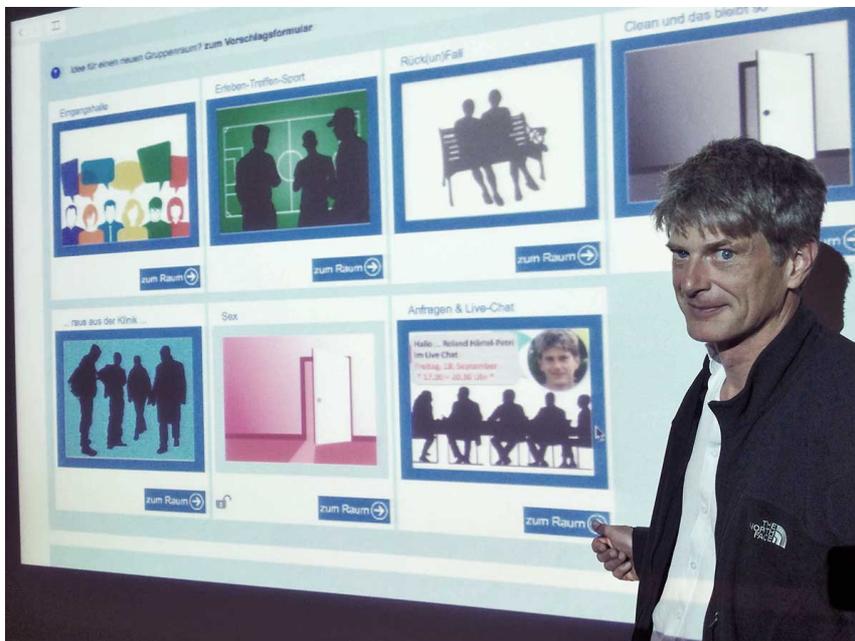
Die Idee zu einer regelmäßigen Frage der Woche ist aufgrund von Erfahrungen während des Projektverlaufes entstanden. Vorrangiges Ziel war es, hierdurch den angemeldeten Mitgliedern, die bislang noch keine persönlichen Vorstellungsbeiträge verfasst hatten, einen besonders niedrighschwelligem Einstieg zu ermöglichen. So konnten durch vorgegebene Fragen Kommunikationsanlässe geschaffen werden, um sich mit kurzen Kommentaren einzubringen, ohne sich vorstellen oder persönlich offenbaren zu müssen. Zusätzlich konnte hierdurch aktivierender Input durch die ModeratorInnen erfolgen und Erfahrungen zu den kommunikativen Bedürfnissen der eher zurückhaltenden PortalnutzerInnen erlangt werden. Jede Frage der Woche wurde durch den Versand eines Newsletters angekündigt, der auf Wunsch wieder abbestellt werden konnte. Es kamen sowohl Fragen zum Einsatz, die Meinungen erfragten ohne dass hierbei eigene persönliche lebensgeschichtliche Aspekte benannt werden mussten, als auch Fragen, die sich auf individuell Erlebtes bezogen. Generell wurden die Fragen eher sprachlich und thematisch einfach gestaltet, so dass diese auch sehr kurz beantwortet werden konnten. Die erste Frage der Woche wurde am 22.05.2015 von den Drug Scouts im Kommunikationsbereich Eingangshalle erstellt. Seitdem werden Fragen der Woche wöchentlich erstellt, wobei hier auch Fragen zum Einsatz kamen, die Mitglieder selbst den Drug Scouts vorgeschlagen hatten. Eine Auswahl von Fragen der Woche - sprachlich verkürzt - wird in Tabelle 1 dargestellt.

**Tab. 1: Fragen der Woche (Auswahl)**

- Was hilft beim Ablenken und clean bleiben?
- Wie alt wart Ihr beim Erstkonsum?
- Unter welchen Umständen das erste Mal konsumiert?
- Wie findet Ihr die Fernsehserie Breaking Bad?
- Habt Ihr positive Veränderungen nach Konsumbeendigung festgestellt? Welche?
- Welche Drogen habt Ihr vor Crystal konsumiert?
- Wie empfindet Ihr den Umgang mit Crystal durch die Gesellschaft?
- Wurdet Ihr schon mal auf Folgen des Konsums angesprochen?
- Der ausschlaggebende Punkt um aufzuhören?
- Schon mal jemanden zum Konsum überredet?
- Hat / hatte das Wetter (z.B. „graue Tage“) einen Einfluss auf den Drang zu konsumieren?
- Bei wem findet ihr Rückhalt beim clean werden oder clean bleiben?

### 7.1.3 Live Chats

Ebenfalls während des Projektverlaufes kam die Idee auf, ExpertInnen dafür zu gewinnen, sich zu angekündigten Terminen den Fragen von Mitgliedern zu stellen. Dies war dem Bedarf an verstärktem aktivierendem Input geschuldet, sowie den Wünschen von Mitgliedern nach anonymem und niedrigschwelligem Kontakt zu ExpertInnen. Für einen ersten Live Chat wurde der Bayreuther Psychiater Dr. Roland Härtel-Petri - ehemals leitender Oberarzt der klinischen Suchtmedizin des Bezirkskrankenhauses Bayreuth - gewonnen (vgl. Abb. 4). Ebenso wie alle Experten der späteren Live Chats verzichtete er auf eine Aufwandsentschädigung und bot seinen Einsatz auch zu späten Uhrzeiten an (teilweise bis 23.00 Uhr).



**Abb. 4:** Pressebild zum Live Chat mit Dr. Härtel-Petri

Alle Live Chats wurden durch die Drug Scouts sowie seitens des ZIS durch die Projektleitung und einen technisch versierten Mitarbeiter begleitet. Einen Überblick über die weiteren bislang durchgeführten Live Chats vermittelt Tabelle 2.

#### **Tab. 2:** Bisherige Live Chats

- Dr. Roland Härtel-Petri (Psychiater und Psychotherapeut, Bayreuth)
- Peter Batura (Psychologin und Psychotherapeutin, Traumatherapie, Leipzig)
- Sascha Milin (Medizinethnologin, Mitentwicklerin des Portals, Hamburg)
- Dr. Stephan Schürer (Kardiologin, Klinik für Kardiologie am Herzzentrum Leipzig)
- Marcus Pfliegensdörfer (Sozialarbeiter und Sexualberater bei der Aidshilfe Köln)

## 7.1.4 Bekanntmachungsmaterialien

Bereits zu Beginn der Entwicklungsphase wurden Maßnahmen durchgeführt, um die Entwicklung eines zukünftigen Online-Selbsthilfeportals für Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik im Hilfesystem zu kommunizieren, insbesondere bei wissenschaftlichen Kongressen, regionalen Fachtagen sowie über die Netzwerke des ZIS und der Drug Scouts. Unmittelbar nach Festlegung auf den Namen Breaking-Meth.de und den Kauf der Internet-Domain wurde eine Ankündigungsseite online gestellt, über die Interessierte direkt mit dem ZIS und den Drug Scouts Kontakt aufnehmen konnten. Zusätzlich wurde eine Verlinkung auf die Seite [www.methstudie.de](http://www.methstudie.de) eingerichtet, über welche ein Newsletter abonniert werden kann. Nach Inbetriebnahme des Portals wurden zeitnah Flyer entwickelt und über die Netzwerke der Projektpartner verteilt. Vernetzte Akteure wurden zudem kontaktiert mit der Bitte, das Angebot über ihre Internet-Auftritte und Email-Verteiler bekannt zu machen. Im weiteren Projektverlauf wurde der erste Flyer grafisch noch einmal überarbeitet (Abb. 5). Es wurden insgesamt über 100.000 Flyer verteilt und über den Postweg an weitere Akteure aus den Bereichen Prävention, aufsuchende Sozialarbeit, Suchtberatung sowie Suchttherapie versandt. Zusätzlich wurden Aufkleber versandt, die sich optisch am Design des Flyers orientierten.



**Abb. 5:** Aktueller Flyer (Rückseite)

Um die Bekanntmachung in Beratungs- und Therapieeinrichtungen zu erleichtern wurde ein Poster im Format A3 entwickelt (Abb. 6). Zu Aspekten des Designs wurden mehrere ExpertInnen aus dem Bereich der Prävention und der Suchtberatung befragt und deren Hinweise einbezogen.

**BREAKING  
METH**

... 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.

Gefördert durch:  
Bundesministerium für Gesundheit  
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

ZIS  
DRUG SCOUTS

Abb. 6: Breaking-Meth Poster im Format A3

Um das Angebot nachhaltig im Hilfesystem bekannt zu machen, wurde zudem eine aufwendig gestaltete Broschüre aus fester Pappe (4-Seiter, Format DIN A4, Abb. 7) entwickelt. Bei der Konzeption wurden neben GrafikerInnen auch MedizinerInnen sowie eine Werbetexterin einbezogen, um die entscheidenden Informationen in klarer und knapper Form auf die Lesegewohnheiten der therapeutischen Zielgruppe hin abzustimmen.

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

Seit langer Zeit hat Selbsthilfe bei Drogenabhängigkeit einen festen Stellenwert, um den Behandlungserfolg abzusichern. Bei jüngeren Patienten und bei Methamphetamin gestaltet sich ein nahtloser Übergang in die Selbsthilfe jedoch besonders schwierig. Ortsgebundene Gruppen – besonders im ländlichen Raum – werden von ehemaligen Methamphetamin-Konsumenten nur selten genutzt. Lange Anfahrtswege und die Angst, aus der Anonymität herauszutreten, können enorme Hürden darstellen.

Deshalb hat das Zentrum für interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS) in Kooperation mit dem Präventionsprojekt „Drug Scouts“ die von Experten angeleitete, virtuelle Selbsthilfegruppe „**Breaking-Meth**“ ins Leben gerufen. Eine Nutzung steht allen Betroffenen offen, ist anonym möglich und selbstverständlich kostenfrei.

Die ansprechend gestaltete Plattform ist im Internet unter [Breaking-Meth.de](http://Breaking-Meth.de) erreichbar. Dabei wurde besonderer Wert auf den Schutz der Mitglieder gelegt. So 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 leichter aufzuhören, wenn Du Unterstützung hast. Es ist schwieriger, wenn Du allein bist. 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)

BREAKING  
METH

Abb. 7: Innenseite einer 4-seitigen Broschüre zum Portal

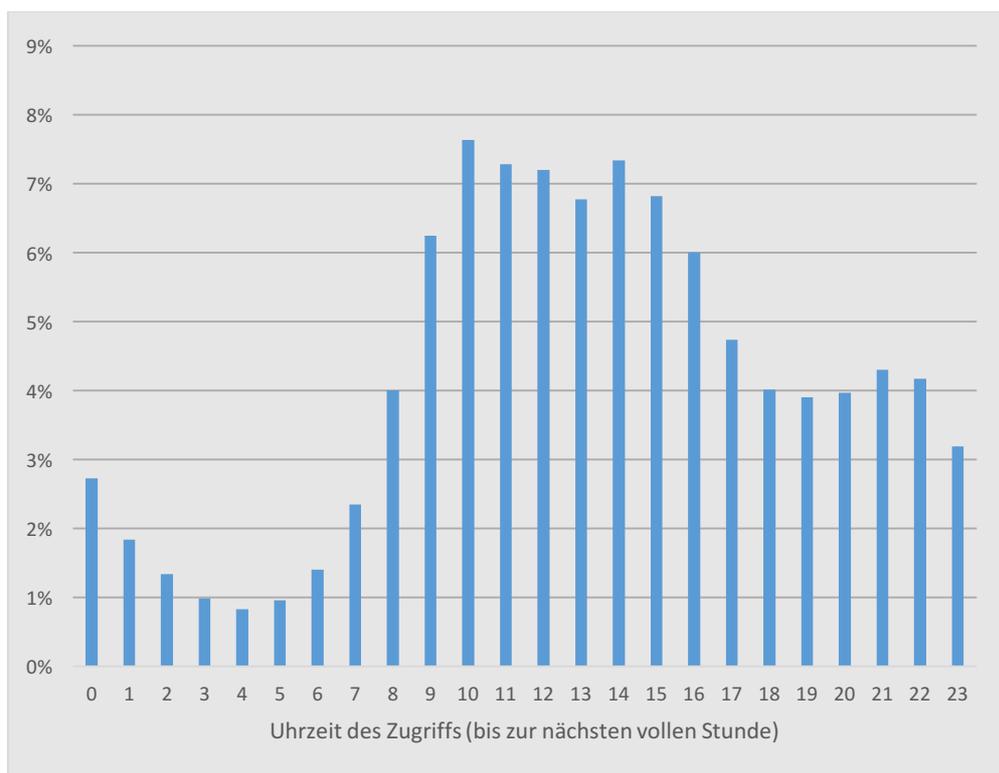
## 7.2 Evaluationsergebnisse

### 7.2.1 Etablierung des Angebotes im suchtbezogenen Hilfesystem

#### 7.2.1.1 Nutzung und Bekanntmachung des Angebotes

Die Zählung von Zugriffen auf die frei zugängliche Seite „NOTFALL, Hilfe und Information“ ergab, dass sie insgesamt mind. 38.000 Mal aufgerufen wurde (Stand 27. Juli 2016)<sup>5</sup>. Herausgefiltert wurden hierbei mittels technischer Maßnahmen Zugriffe durch das ZIS, die moderierenden Drug Scouts sowie die Programmierer. Ein besonders hohes Aufkommen von Zugriffen wurde zu bestimmten Zeitpunkten beobachtet und u.a. auf neue Verlinkungen auf das Portal in Artikeln der Online-Presse zurückgeführt, beispielsweise unmittelbar nach dem Erscheinen eines Beitrags über „Drogenkonsum im Job [...]“<sup>6</sup> des Online-Magazins „bento“ der SPIEGEL ONLINE GmbH.

Eine Untersuchung der Uhrzeiten, zu denen Zugriffe auf die Informationsseite stattgefunden hatten, zeigt eine Häufung vom Vormittag bis zum späten Nachmittag. Darüber hinaus wird die Seite auch am Abend häufig genutzt, mit einem Rückgang nach 24.00 Uhr (Abb. 8).

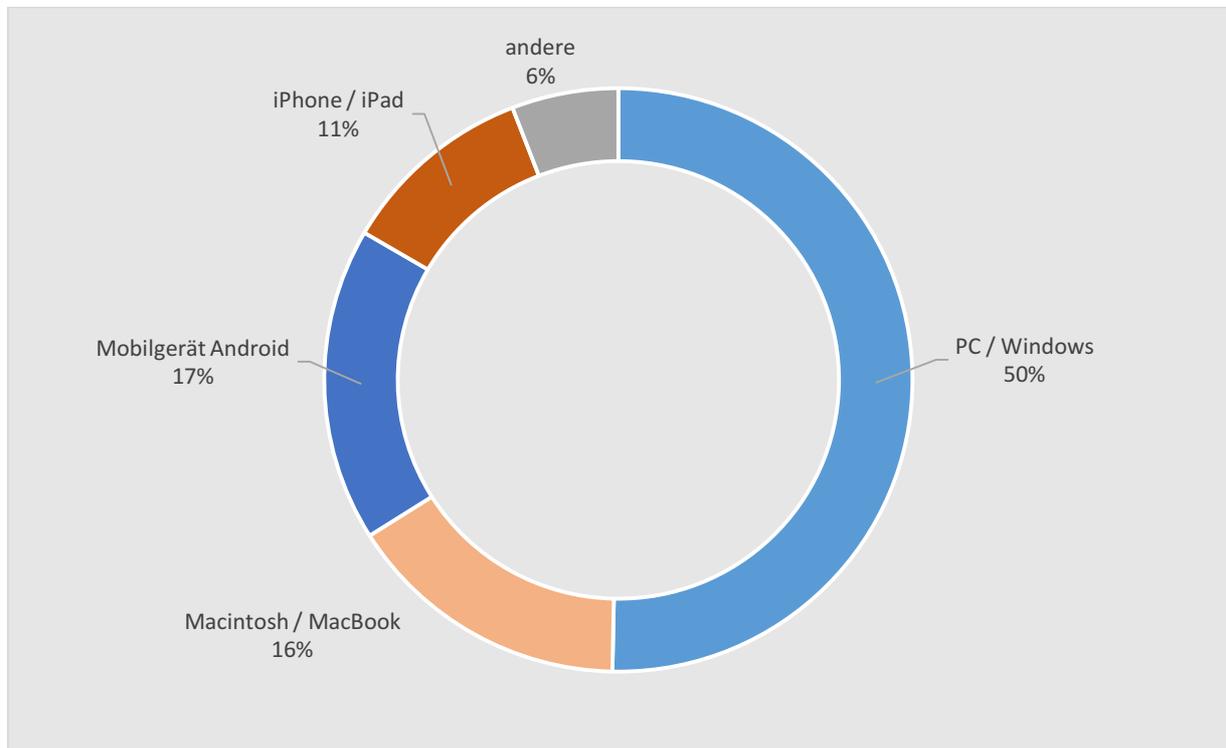


**Abb. 8:** Seitenzugriffe nach Uhrzeit während der Projektlaufzeit

<sup>5</sup> Da im Februar 2016 aufgrund von umfangreichen technischen Überarbeitungen diese Zugriffe über einen Zeitraum von 3 Wochen nicht protokolliert wurden, ist von einer höheren Anzahl auszugehen.

<sup>6</sup> <http://www.bento.de/gefuehle/drogen-am-arbeitsplatz-schneller-arbeiten-laenger-durchhalten-kreativer-sein-197212/>

In Bezug auf die genutzten Endgeräte zeigt sich, dass ca. 28% der Zugriffe über Mobilgeräte wie Smartphones oder Tablet-PCs erfolgten. Relevant für vorgenommene Adaptionen während des Betriebs sowie für zukünftige technische Weiterentwicklungen ist der Befund, dass sowohl Android- als auch iOS-basierte Geräte von Besuchern dieses Angebotes häufig genutzt werden (Abb. 9).

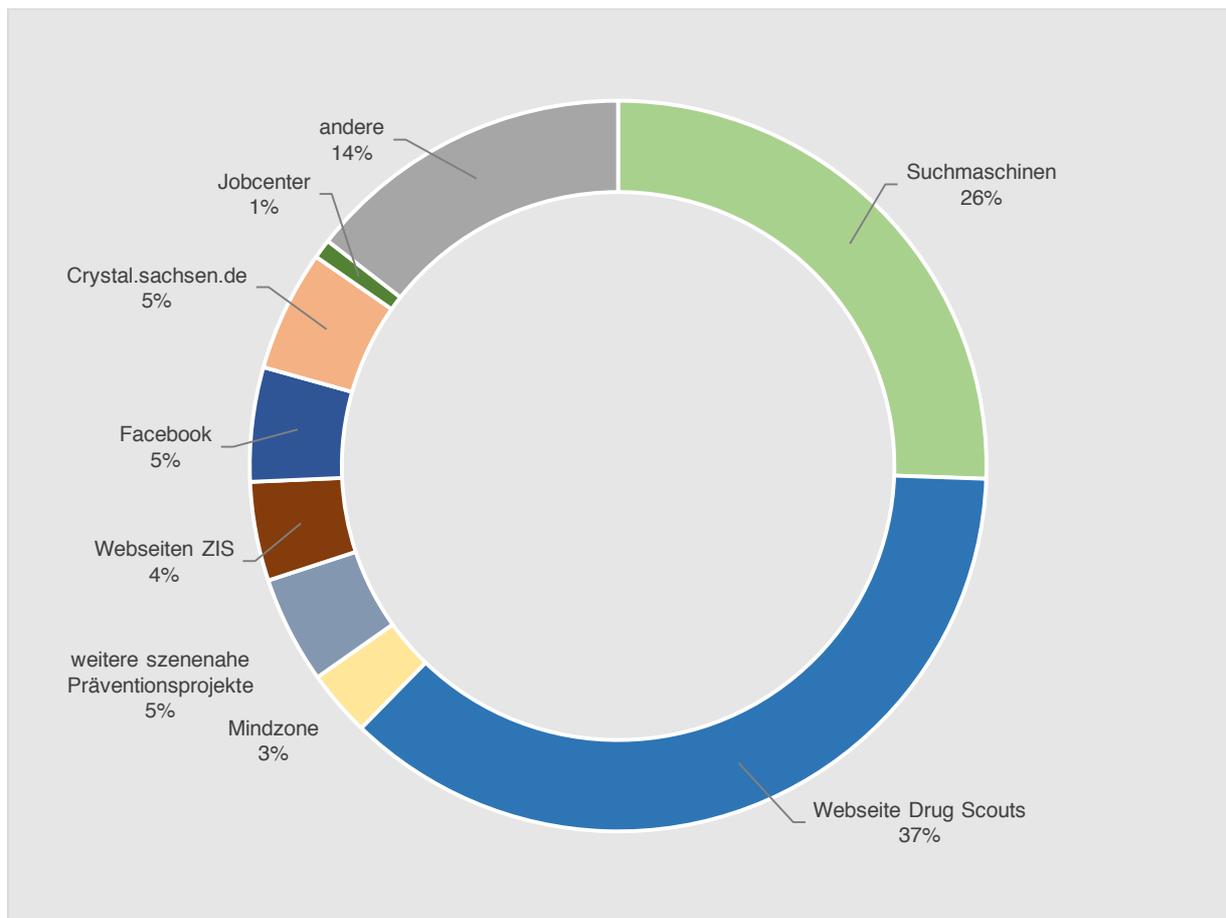


**Abb. 9:** Endgeräte der NutzerInnen

Im Rahmen der abschließenden Evaluation konnten alle Besuche der Startseite des Portals daraufhin untersucht werden, über welche Verlinkung NutzerInnen auf die Seite gekommen waren (Abb. 10). Dies ließ sich bei etwa 14.000 Seitenzugriffen nachvollziehen. Häufig wurde das Angebot über Suchmaschinen aufgefunden, zumeist über Google. Welche Suchbegriffe hier eingegeben wurden, lässt sich nur in wenigen Fällen feststellen. Die Übermittlung der Suchbegriffe wird von aktuellen Browsern meist durch die Standardeinstellungen unterdrückt.

Verlinkungen über szenenahe Präventionsprojekte führten zusammengefasst die meisten NutzerInnen auf die Startseite des Portals. Den größten Anteil nahm hierbei die Webseite der Drug Scouts ein, auf deren Startseite das Portal prominent dargestellt und beworben wird. Zu 3% wurde das Portal über eine Verlinkung des Münchner Projektes Mindzone besucht. Weitere 5% der Zugänge erfolgten über eine Vielzahl von anderen deutschen szenenahen bzw. Partyprojekten, mit jeweils einem Anteil von unter 1%.

Auffällig häufig wurde ein Zugriff auf das Angebot über eine Verlinkung der Seite [Crystal.sachsen.de](http://Crystal.sachsen.de) des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales und Verbraucherschutz registriert. Die mit 14% unter „andere“ zusammengefassten Zugänge erfolgten über eine Vielzahl von unterschiedlichen regionalen Fachstellen, Verbänden und einzelnen Beratungsstellen. Davon waren mit jeweils knapp unter 1% die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) sowie die Deutsche Gesellschaft für Suchtmedizin am häufigsten vertreten.



**Abb. 10:** Seitenbesuche über Verlinkungen

### *7.2.1.2 Anleitung und Aktivierung der Mitglieder*

Die Nutzung der Kommunikationsbereiche durch registrierte Nutzer blieb anfänglich hinter den Erwartungen beider Projektpartner zurück. Daraufhin fanden in der Anfangsphase häufigere Projekttreffen statt, um mögliche Ursachen auszumachen und um schrittweise angemessene Maßnahmen zu ergreifen. In dieser Zeit wurden auch andere AkteurInnen aus den Netzwerken der Projektpartner konsultiert. Bei einem Workshop auf den Hamburger Suchttherapietagen am 29.05.2015 wurde die bislang relativ geringe Aktivität mit ExpertInnen diskutiert, die selbst Online-Foren zu anderen Suchtmitteln betreuen.

Nach den Vorerfahrungen der Drug Scouts und der weiteren einbezogenen ExpertInnen erschien es plausibel, dass bei neuen Angeboten initial eine längere Zeit vergeht, innerhalb derer Mitglieder zunächst nur „mitlesen“ und sich sporadisch einloggen, bevor genügend Vertrauen entsteht, um sich selbst einzubringen. Andererseits wurde durch das Portal eine hohe Erwartungshaltung an das schnelle Entstehen einer unterstützenden Community erzeugt. Mehrere registrierte Mitglieder bekundeten in der Kommunikation mit den Drug Scouts daraufhin ihre Enttäuschung darüber, dass in den Kommunikationsbereichen wenig geschah und auf ihre Beiträge kaum oder gar keine Antworten von anderen Mitgliedern folgten. Die Mitglieder forderten deshalb selbst verstärkte Maßnahmen zur schnelleren Schaffung einer Community ein und unterbreiteten entsprechende Vorschläge, die auch Berücksichtigung fanden.

Schrittweise wurden Maßnahmen ergriffen, um die Community mehr zu aktivieren. Diese betrafen zunächst die Zuschaltung von automatisierten Email-Benachrichtigungen, eine aktivere Moderation etwa durch Begrüßungsmails und Kommentare durch die Drug Scouts bei Beiträgen von neuen Mitgliedern. Weitere Maßnahmen waren die Einführung der regelmäßigen Frage der Woche (vgl. Kap. 7.1.2) sowie der Live Chats (vgl. Kap. 7.1.3).

Hinsichtlich der Frage der Woche wurde beobachtet, dass Mitglieder über die vorgegebenen Kommunikationsanlässe teilweise erstmals eigene Inhalte verfassten und sich dann später auch vermehrt in andere Kommunikationen einbrachten. In einer Mitgliederbefragung (N=29) bekundeten 18 Mitglieder ihre Zufriedenheit mit dem bisherigen Verlauf der Frage der Woche.

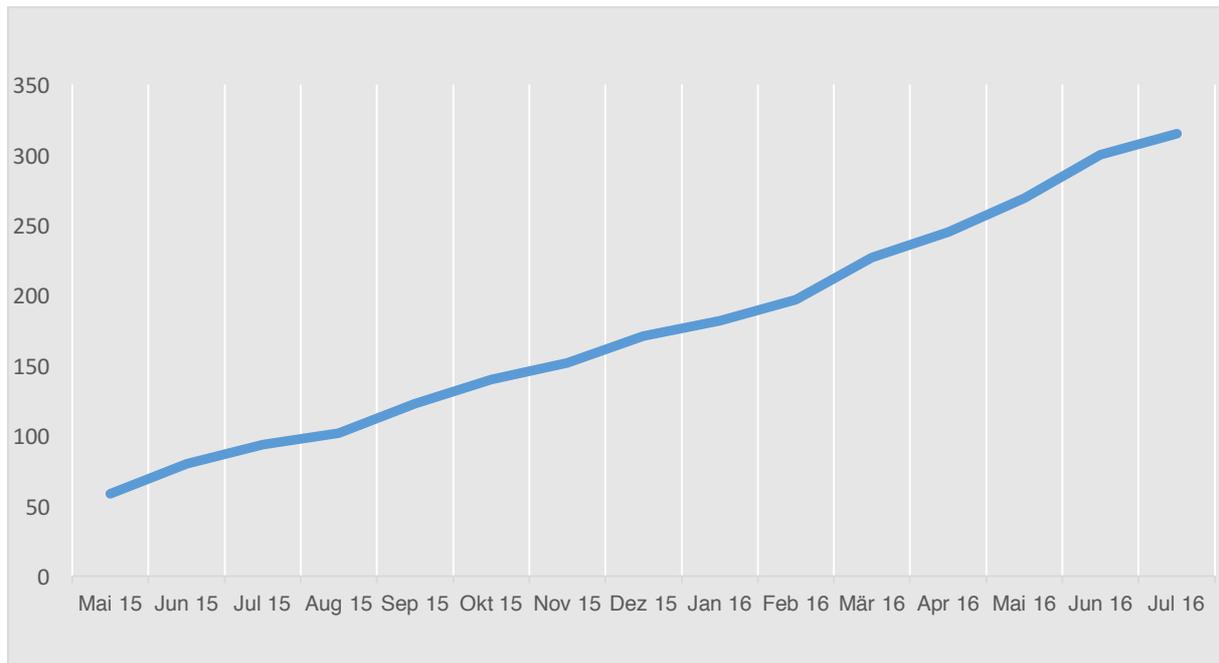
Bei den Live Chats wurde zunächst erwartet, dass eine Vielzahl von Mitgliedern während des Chats eigene Fragen stellen würde. Bei den ersten beiden Live Chats zeigte sich stattdessen, dass nur wenige Mitglieder Beiträge verfassten. Während des Live Chats mit Dr. Härtel-Petri ließ sich feststellen, dass während des Chats 45 bis 50 Mitglieder den Chat online verfolgten, jedoch nur einzelne Mitglieder sich mit eigenen Beiträgen beteiligten. Im Nachgang bekundeten mehrere Mitglieder per Kommentar bzw. Email, dass sie sich weitere Live Chats wünschten. Anhand dieser Beobachtungen wurde das Konzept der Live Chats überdacht. Bei weiteren Live Chats brachten sich die Drug Scouts mehr moderierend

ein. Dabei stellten sie u.a. Fragen an den jeweiligen Experten, die vorher von Mitgliedern in anderen Beiträgen gestellt wurden bzw. die über Email-Korrespondenz an sie herangetragen wurden. Zufriedenheit mit den Live Chats bekundeten in einer Mitgliederbefragung ebenfalls 18 der 29 TeilnehmerInnen der Befragung. In den Freitextfeldern der Online-Befragung fanden sich Hinweise auf Kritik und zukünftige Erwartungen die TeilnehmerInnen. Benannt wurde insbesondere, dass noch mehr MedizinerInnen angefragt werden sollten, die Chats nicht häufig genug stattfinden würden, dass keine spezifischen Informationen über Medikamente und Dosierungen gegeben und dass die Uhrzeiten nicht passen würden. Die meisten dieser Kritikpunkte konnten nicht aufgegriffen werden, u.a. aufgrund des Ressourcenbedarfes der für eine wesentlich häufigere Durchführung von Life Chats benötigt würde und von medizinethischen sowie rechtlichen Aspekten, wenn in einem für eine große Zahl von Menschen einsehbaren Bereich auf individuelle Mitglieder bezogene Ratschläge zu ärztlich verordneten Medikamenten oder gar Dosierungen gegeben würden. Im inzwischen angelaufenen ergänzenden Forschungsprojekt werden weitere Optimierungen der Live Chats durchgeführt und wissenschaftlich begleitet.

Im Februar 2016 führten die gesammelten Ideen und Wünsche, die sich bis dahin noch nicht durch vorangelegte technische Möglichkeiten hatten umsetzen lassen, zu einer umfangreichen Erweiterung der Programmierung. Neben verschiedenen Anpassungen zur Verbesserung der Nutzerfreundlichkeit wurde eine Funktion erstellt, die spezifische Email-Benachrichtigungen generiert, sobald neue Kommentare zu einem selbst kommentierten Beitrag eingehen. Eine solche Funktion ist in vielen sozialen Netzwerken üblich. Die Projektpartner hatten sich jedoch anfänglich explizit gegen diese Praxis entschieden, da eine massive Versendung von Emails - insbesondere wenn viele und unangemessene Kommentare erstellt werden – schnell zu einer Belästigung und Überfrachtung von Mitgliedern führen könnte. Deshalb wurden bei der nachträglichen Implementierung dieser „Follow“-Funktion sehr spezifische Anforderungen gestellt. So kann die Benachrichtigung für jeden einzelnen Beitrag vom jeweiligen Mitglied ein- und ausgeschaltet werden und es bestehen umfangreiche technische Möglichkeiten um etwa bei Störungen durch unangemessene Beiträge schnell eingreifen zu können. Email-Benachrichtigungen bei jedem neuen Beitrag in einem bestimmten Kommunikationsraum können durch den Administrator für ausgewählte Mitglieder zugeschaltet werden.

Die Anzahl der registrierten Mitglieder, die sich regelmäßig einloggen sowie deren Aktivität hat sich während der Projektlaufzeit stetig erhöht. Abbildung 11 stellt die Entwicklung anhand derjenigen registrierten Mitglieder dar, die sich zu mind. drei Zeitpunkten eingeloggt haben. Die Mehrzahl der Mitglieder loggt sich dabei wesentlich häufiger ein. In einer Mitgliederbefragung (N=29) bekundeten 13 Befragte, dass sie selbst derzeit keine,

oder nur wenige Beiträge verfassen, sich aber regelmäßig einloggen und vom Lesen der Beiträge profitieren.



**Abb. 11:** Aktive Mitglieder (online zu mind. 3 Zeitpunkten)

### *7.2.1.3 Auftreten von Problemen beim Portalbetrieb in Echtzeit*

Eine Analyse der automatisierten Protokollierung von auffälligen Seitenzugriffen unter Einbezug von IT-ExpertInnen ergab, dass die Webseite während des Projektverlaufes zeitweise bis zu 5 Mal pro Tag von sogenannten Robots „besucht“ wird. Neben Suchmaschinen, die auf diesem Wege Webseiten auf neue Inhalte hin untersuchen, handelte es sich hierbei um automatisierte Zugriffe aus dem Nicht-Europäischen Ausland, worüber massenhaft und unsystematisch versucht wird, bekannte Sicherheitslücken gängiger Content-Management-Systeme (CMS) aufzuspüren. Ein Ziel solcher Angriffe ist es beispielsweise, Zugriff auf den Mail-Server zur Versendung von unerwünschten Werbemails (Spam) zu erlangen oder den Server für Hackangriffe auf andere Webseiten zu missbrauchen. Keiner dieser Zugriffe musste bei der bestehenden technischen Umsetzung und regelmäßigen Wartung als kritisch eingestuft werden. Es wurden keine technischen Geschehnisse detektiert, die eine potentielle Gefahr für den Portalbetrieb oder die Sicherheit der Nutzerdaten dargestellt hätten.

Das Auftreten von Störungen durch missbräuchliche Nutzung, Registrierung von NutzerInnen deren Anmeldung nicht zugelassen ist sowie von massiven Verstößen gegen die Netiquette und die Nutzungsbedingungen blieb weitgehend aus. Insgesamt mussten während der bisherigen Betriebsphase lediglich zwei Mitglieder wegen wiederholter

Verstöße gesperrt werden. Sieben TherapeutInnen bzw. MitarbeiterInnen von Beratungsstellen hatten sich als Mitglieder registriert, obwohl während des Registrierungsprozesses über eine Checkbox zu versichern ist, dass man „kein Therapeut oder Presse-/ Behördenmitarbeiter“ ist und dass eine „Registrierung nur für Betroffene“ zulässig ist. Die NutzerInnen wurden gesperrt und von den Drug Scouts kontaktiert. Sie versicherten meist zeitnah und glaubhaft, dass ihr Verstoß gegen die Nutzungsbedingungen unbeabsichtigt geschehen war und der Hinweis sowie die entsprechende Checkbox übersehen oder falsch gedeutet wurde. Ihnen wurden - wie auch allen anderen interessierten AkteurInnen aus dem Hilfesystem die das Kontaktformular genutzt hatten - Informationsmaterialien zugänglich gemacht.

Vereinzelte Probleme mit bestimmten Mitgliederbeiträgen konnten in Kommunikation mit den Drug Scouts problemlos und einvernehmlich geklärt werden. Dies bezog sich z.B. auf einzelne abwertende Formulierungen, die dann in Abstimmung mit dem jeweiligen Mitglied entfernt wurden. In manchen Fällen wurden, ebenfalls in Abstimmung mit dem jeweiligen Mitglied, nachträglich Trigger-Warnungen eingeschaltet oder Beiträge in andere virtuelle Räume verschoben. In einem Einzelfall wurde durch das nächtliche Verfassen von 30 Beiträgen und Kommentaren von einem neu angemeldeten Mitglied ein technischer Sicherheitsmechanismus ausgelöst. Hierdurch wurden automatisiert dem Mitglied die Schreibrechte entzogen und für alle Neuansmeldungen eine kurzfristige Schreibsperre aktiviert. Die Inhalte wurden am folgenden Tag von den Drug Scouts gesichtet. Eine Beendigung der Mitgliedschaft wurde einvernehmlich beschlossen und vorgenommen. Dem Nutzer wurden Informationen und Kontaktdaten zu anderen für ihn möglicherweise geeigneten Angeboten übermittelt.

In einem Einzelfall führte die sehr dramatische Schilderung eines rückfällig gewordenen sehr jungen weiblichen Mitgliedes zu einer sofortigen Konsultation der Projektpartner. In der Folge gelang es den Drug Scouts über einen längeren Zeitraum Kontakt zu dem betreffenden Mitglied zu halten, woraufhin sich die Situation entschärfte. Zusätzlich wurden ausgewählte, bereits seit längerer Zeit angemeldete abstinenten Mitglieder angeschrieben und gebeten je nach Möglichkeit durch geeignete Empfehlungen zu unterstützen. Hierzu wurden für diese Mitglieder automatisierte Benachrichtigungen bei neuen Geschehnissen innerhalb dieser Kommunikation zugeschaltet.

## 7.2.2 Passgenauigkeit des Angebotes

### *7.2.2.1 Akzeptanz und Erfolg der Moderation*

Die Moderation durch die Drug Scouts als szenenahem Projekt hat sich als wesentlicher Faktor für die erfolgreiche Implementierung des Selbsthilfeangebotes erwiesen. Dies zeigte

sich beispielsweise in der intensiven Kommunikation zwischen den Mitgliedern und den Drug Scouts zu Aspekten der Moderation sowie bei den stets unproblematisch verlaufenden Kontakten, wenn seitens der Drug Scouts auf problematische Inhalte hingewiesen wurde. Auch in der häufigen Email-Korrespondenz zwischen dem ZIS und Portalmitgliedern, die sich mit Fragen, Anliegen und Ideen an die Projektleitung gewendet hatten, wurde dies deutlich. Die Drug Scouts, die sich mit dem Slogan „Information statt Vorurteile!“ darstellen und dieses Motto ihrem Handeln in der aufsuchenden Sozialarbeit mit Jugendlichen zugrunde legen (vgl. den Webauftritt der Drug Scouts, Abb. 12), wurden von mehreren Mitgliedern positiv hervorgehoben. Dies betraf auch die Auswahl der Themen für die Fragen der Woche.



**Abb. 12:** Kopfleiste der Webseite der Drug Scouts

Im Rahmen einer elektronischen Befragung (N=29) mit geschlossenen Frageblöcken und vorgegebenen Antwortmöglichkeiten sowie mit Freitextfeldern gaben 20 Mitglieder an, „ziemlich“ oder „sehr“ zufrieden mit der Moderation zu sein. Die 9 Mitglieder, die hier „gar nicht“ oder „etwas“ angaben, erläuterten relativ übereinstimmend in einem Freitext, dass sie sich mehr konkrete Tipps und Hinweise für einzelne Mitglieder in Form von Kommentaren wünschen würden, bis hin zu der Erwartung, dass für jedes einzelne Mitglied eine individuelle Beratung und Betreuung im Rahmen des Portalbetriebs stattfinden müsse.

Bereits frühere Hinweise deuteten darauf hin, dass sich ein wahrscheinlich relevant großer Anteil ein intensiveres, auch inhaltliches Einbringen der Drug Scouts in die Kommunikation zwischen den Mitgliedern wünschte, als dies anfänglich vorgesehen war. Diesem Wunsch konnte bis zu einem gewissen Grad während des Projektverlaufs Rechnung getragen werden, insbesondere durch die nun regelhaft vorgenommene Begrüßung und erste Beurteilung der voraussichtlich im Vordergrund stehenden Probleme des jeweiligen Mitglieds. Eine intensive und ausführliche Einzelberatung der Mitglieder kann jedoch im Rahmen der Online-Selbsthilfe mit den gegebenen Projektzielen und zeitlichen sowie finanziellen Ressourcen nicht erfolgen. Es erscheint auch grundsätzlich nicht sinnvoll, die Selbsthilfe in einer „virtuellen Gruppe“ mit virtuellen Einzelberatungen zu vermischen.

Während des Projektverlaufes wurden mehrfach Überlegungen zur Rolle der Drug Scouts in der Moderation und zu den Moderationsregeln angestellt, die zu den folgenden, aktuell geltenden Grundsätzen für die Moderation führten:

- Regelmäßige Kommentierung von Beiträgen neuer Mitglieder durch die Drug Scouts, falls diese (1) eine konkrete Frage oder ein akutes Anliegen beinhalten und (2) nicht zeitnah und angemessen von Portalmitgliedern kommentiert werden.
- Verstärkte individuelle Unterstützung in der Portalkommunikation in Form von Hinweisen zu angemessenen und leicht zugänglichen Ressourcen (z.B. Hotlines, regionale Suchseiten, zur Frage passende und für die Zielgruppe angemessene online abrufbare Informationen).
- In kritischen Einzelfällen soll eine kurzfristige und nicht im Mitgliederbereich einsehbare Beratung über Email-Kommunikation angestrebt werden. Hierbei sollen nach Möglichkeit zusätzlich geeignete abstinenten Mitglieder für die Kommunikation im Portal einbezogen werden, die sich bereit erklärt haben, bei Moderationsaufgaben im Bedarfsfall zu unterstützen.
- Bei kritischen Fällen, die sich potentiell nicht mit den Ressourcen und Möglichkeiten der Drug Scouts erfolgreich lösen lassen, erfolgt eine unmittelbare Konsultation mit der Projektleitung des ZIS, um gemeinsam eine passende Lösung zu finden.

Beobachtungen zu den Verläufen im Bereich „Eingangshalle“ zeigen auf, dass sich hier eine lebhaftere und sinnvolle Kommunikation entwickelt hat. Im Projektverlauf hat sich gezeigt, dass sich ein größerer Anteil von noch Konsumierenden mit beginnender Problemwahrnehmung und starker Ambivalenz angemeldet hatte als ursprünglich erwartet. Die Fragen und Anliegen dieser Mitglieder werden zunehmend schnell durch die Community in sinnvoller Weise kommentiert und bearbeitet. Sowohl die Kommentare aus der Community als auch die zusätzlichen Anmerkungen der Drug Scouts konnten zeigen, dass hier ein reger und als positiv zu erachtender Erfahrungsaustausch stattfindet und insbesondere Konsumierende ohne Kontakt zum Hilfesystem hiervon profitieren.

Die Moderation innerhalb der für Abstinente angelegten Kommunikationsbereiche wird ebenfalls als erfolgreich bewertet. Positiv kann dabei festgehalten werden, dass seitens dieser Gruppe keine negativen Einflüsse durch die noch konsumierenden Mitglieder benannt wurden, die Beiträge in den anderen Bereichen veröffentlichen. Einer Nutzerbefragung (N=29) zufolge beklagte keiner der Abstinenten, dass zu wenig Schutz vor Suchtdruck-auslösenden Beiträgen bestünde. Allerdings wünschten sich 18 Befragte, dass in den Räumen für Abstinente zukünftig mehr Anleitung, Aktivierung und Struktur durch die professionelle Moderation sowie durch den Einbezug von ausgewählten Mitgliedern erfolgen sollte.

Ein Einbezug von ausgewählten Mitgliedern in die Moderation von einzelnen Räumen wird derzeit mit 8 Mitgliedern erprobt. Für diese Mitglieder wurden zusätzliche Email-Benachrichtigungen eingerichtet. Von den ursprünglich angesprochenen Mitgliedern beteiligen sich bis heute 6 Mitglieder aktiv durch die Beantwortung von Beiträgen neuer Mitglieder. Für einen weitergehenden Einbezug in die Moderation wurde ein Konzept entworfen, welches Kriterien und Anforderungen für die Auswahl entsprechender Mitglieder, deren geplante Aufgaben und geeignete Schulungsmaßnahmen beinhaltet. Für die Schulungsmaßnahmen wurden folgenden Bereiche definiert, die abgedeckt werden sollten, nämlich (1) Grundlagen zu unterschiedlichen Konzepten der Selbsthilfe, (2) angemessene Vorgehensweisen in der Moderation bei Verstößen und problematischen Inhalten unterschiedlicher Art, (3) Kenntnis der wichtigsten weiterführenden Ressourcen die Betroffenen empfohlen werden können, (4) Einschätzung von Situationen die den Einbezug der professionellen Moderation erfordern, (5) Aspekte zu den Themen Datenschutz und Datensicherheit, (6) relevante Rechtsgrundlagen bei der Online-Kommunikation in Echtzeit, (6) Maßnahmen um sich selbst abzugrenzen, (7) Klärung der Erwartungen an die Unterstützung und die Möglichkeit, Überforderung zu erkennen und an die professionelle Moderation zu kommunizieren. Erste Schulungsinhalte wurden entworfen und sollten später mit einer implementierten E-Learning-Lösung umgesetzt werden.

Bei der Besprechung und Testung der Inhalte mit Betroffenen zeigte sich in der Folge, dass die vorgesehenen Inhalte zu umfangreich und komplex waren. Zudem wurde deutlich, dass für die einzelnen, im Projektverlauf neu entwickelten Kommunikationsräume, jeweils unterschiedliche Schulungskonzepte entwickelt werden müssen. Daraufhin wurde die Entwicklung des ersten Schulungskonzeptes nicht fortgesetzt, sondern Kriterien aufgestellt die zur Entwicklung und Erprobung von mehreren passgenauen Schulungskonzepten im anschließenden Forschungsprojekt führen sollen.

#### ***7.2.2.2 Kommunikative Bedürfnisse der Mitglieder***

Die jeweiligen Themen in der Kommunikation der Mitglieder untereinander variierten stark während des Projektverlaufs, und änderten sich insbesondere dann auffällig, wenn Änderungen in der Struktur der Kommunikationsbereiche vorgenommen wurden. Etwa 2 Monate im Anschluss an die Inbetriebnahme konnte seitens der Drug Scouts eine erste diesbezügliche Einschätzung vorgenommen werden, die später vertieft werden konnte. Entsprechende Beobachtungen fanden u.a. Berücksichtigung bei der Entwicklung einzelner Fragen der Woche und finden vertiefende Beachtung im anschließenden Forschungsprojekt. Eine Gliederung, anhand der sich die meisten der bisherigen Kommunikationsverläufe zuordnen lassen, umfasst die folgenden Bereiche:

- Vorstellung der eigenen Person einschließlich des aktuellen Konsumstatus (konsumierend, abstinente, akut rückfällig, ...).

- Unsicherheiten in Bezug auf körperliche und psychische Begleiterscheinungen, die während des Konsums oder seit der Einstellung des Konsums aufgetreten sind.
- Darstellung eigener positiver und negativer Erfahrungen mit dem ambulanten und stationären Hilfesystem.
- Spezifische Fragen nach Erfahrungen zu bestimmten Therapien, Medikamenten und selbst im Internet oder in der Literatur aufgefundenen Informationen.
- Ratschläge zur Risikominimierung und Konsumreduktion, wenn der Konsum (noch) nicht eingestellt werden kann.
- Ratschläge zur Freizeitgestaltung nach der Einstellung des Konsums.
- Ratschläge zur Vermeidung von Rückfällen und zum Umgang damit.
- Austausch zu Lebensproblemen unter sozial integrierten aktuellen oder ehemaligen Konsumierenden, die den Konsum vor Ärzten, an der Arbeitsstelle oder vor der Familie verheimlichen oder über lange Jahre verheimlicht hatten.
- Themen zum Umgang mit Sexualität nach Konsumverzicht (meist Männer, die Sex mit Männern haben).

Um Erwartungen der Mitglieder an das online-basierte Angebot besser einschätzen zu können, wurden sieben geschlossene Fragen im Rahmen einer Mitgliederbefragung (N=29) präsentiert. Hierbei handelte es sich sowohl um Aspekte, die bereits initial als wesentlich vorausgesetzt wurden („Glaubwürdigkeit“) als auch um im Projektverlauf ermittelte Bedarfe („Austausch zu Lebens- und Freizeitgestaltung“). Die Nennungen der TeilnehmerInnen (Tab. 3) bestätigten hierbei die Relevanz der angenommenen Erwartungen an das Portal und finden verstärkte Berücksichtigung in der zukünftigen Optimierung des Angebotes.

### **Tab. 3: Erwartungen an die Portalnutzung**

- Glaubwürdige Information zur Einschätzung der Konsumrisiken (n=20)
- Tipps zur Vermeidung und zum Umgang mit Rückfällen(n=20)
- Erfahrungsaustausch zu psychischen und körperlichen Problemen und Krankheiten (n=20)
- Austausch zu Lebensgestaltung, Freizeit und Alltag (n=19)
- Tipps zur erfolgreichen Reduktion und Einstellung des Konsums (n=17)
- Austausch zu Hilfsangeboten und Therapiemöglichkeiten (n=17)
- Gegenseitige verlässliche Unterstützung beim clean werden und clean bleiben (n=17)

### 7.2.2.3 Aktuelle Lebensprobleme

Bereits anhand der Kommunikationsverläufe im Portal (vgl. 7.2.2.2) wurden wesentliche Problematiken der Mitglieder sichtbar, die bei vorgenommenen Adaptionen der virtuellen Räume und des Moderationsstils berücksichtigt wurden und auch in zukünftige Weiterentwicklungen verstärkt Eingang finden sollen. Es wurden einzelne Problembereiche in einer Mitgliederbefragung (N=29) nochmals explizit abgefragt. Hierbei zeigte sich, dass grundsätzlich alle der vorgegebenen Problembereiche für einen Teil der Befragten eine Rolle spielten. Die unterschiedlichen Häufigkeiten bei den Nennungen lassen sich hierbei anhand von Angaben in Freitextfeldern sowie der Beobachtungen der Drug Scouts teilweise auf die unterschiedlichen Lebenssituationen zurückführen. So wurden beispielsweise Probleme am Arbeitsplatz und juristische Probleme mehrfach in Zusammenhang mit dem Verlust der Fahrerlaubnis unter Drogeneinfluss im Portal diskutiert, wurden jedoch von einem eher kleinen Anteil der Befragten benannt. Häufig wurden intrapersonelle Probleme benannt, wobei sich anhand dieser Nennungen nicht immer klar feststellen lässt, ob diese Zustände bereits vor dem Einstieg in den Konsum vorhanden waren oder als Konsumfolgen bzw. anfängliche Begleiterscheinungen des Konsumverzichts zu werten sind. Am Häufigsten wurden Hoffnungslosigkeit, Überforderung bei der Alltagsbewältigung, Motivationslosigkeit und allgemeine psychische sowie sexuelle Probleme benannt. Tabelle 4 liefert eine Auflistung der benannten aktuellen Lebensprobleme.

**Tab. 4: Berichtete aktuelle Lebensprobleme**

- Hoffnungslosigkeit (n=14)
- Überforderung bei der Alltagsbewältigung (n=13)
- Motivationslosigkeit (n=12)
- Psychische Probleme (n=12)
- Sexuelle Probleme (n=12)
- Existenzsicherung (n=9)
- Probleme am Arbeitsplatz (n=9)
- Partnerschaft und Familie (n=9)
- Schulden (n=9)
- Soziale Vereinsamung (n=8)
- Keine wohnortnahen Hilfsangebote (n=7)
- Gesundheitliche Probleme (n=6)
- Juristische Probleme (n=5)

#### *7.2.2.4 Erkenntnisse zu Behandlungserfahrungen*

Fragen, Hindernisse sowie Vorbehalte bezüglich der Inanspruchnahme des suchtbezogenen Hilfesystems wurden von der Drug Scouts wiederholt innerhalb der Kommunikationsverläufe beobachtet. Zugleich wurden ab Mitte 2015 Bestrebungen vorangetrieben, die im Rahmen eines vom BMG geförderten Projektes zur Entwicklung einer Behandlungsleitlinie (S3-Leitlinie Methamphetamin-bezogene Störungen [22]) führten. Vor diesem Hintergrund wurde versucht, Besonderheiten des Zugangs sowie Zugangshindernisse zum Hilfesystem aus der Perspektive der Betroffenen mit einer Online-Fokusgruppe zu ermitteln. Die TeilnehmerInnen (N=13) der Online-Fokusgruppe erklärten sich ausdrücklich bereit, dass Ihre Schilderungen im Rahmen einer Examensarbeit sowie für die Berichterstellung gesichtet und ggf. wörtlich wiedergegeben werden dürfen.

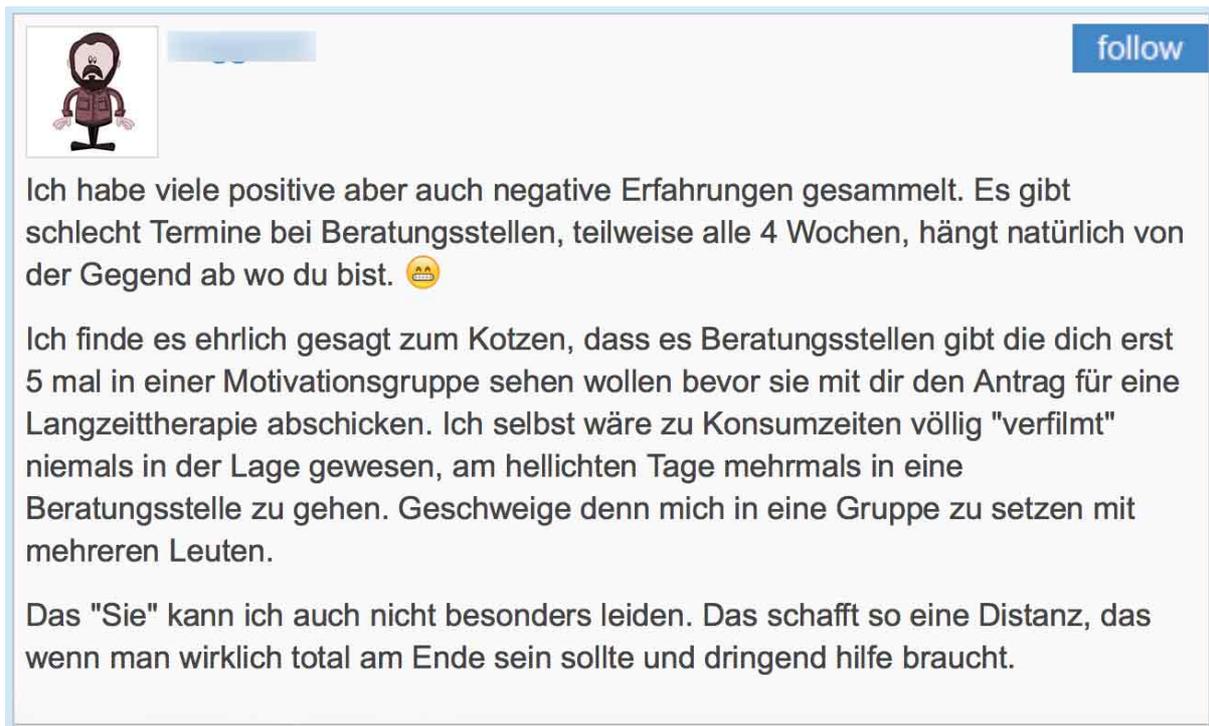
Die Auswertung der Online-Fokusgruppen erbrachte umfangreiche explorative Befunde zu den Themenkomplexen (1) Verständnis von Suchthilfe, (2) Erwartungen, (3) Befürchtungen, (4) wahrgenommene Zugangsbarrieren, (5) erfolgreich sowie problematisch verlaufene Zugänge und Weitervermittlung sowie (6) Wünsche an das Hilfesystem seitens der einbezogenen TeilnehmerInnen.

Es fand sich eine Reihe von Anhaltspunkten, die vorliegende Studienergebnisse [14] zu Menschen mit Methamphetamin-Problematik bestätigten, insbesondere die Überzeugung seitens vieler Betroffener, dass bestehende Angebote für sie ungeeignet seien, da das Suchthilfesystem von falschen Annahmen in Bezug auf Methamphetamin ausginge und eher auf KlientInnen mit anderen Suchtmitteln zugeschnitten sei. Beispielsweise wurde von langjährig sozial integrierten Betroffenen beklagt, man könne sein Suchtproblem nicht artikulieren, ohne Ablehnung und negative Konsequenzen befürchten zu müssen:

Seit Jahren würde ich es am liebsten meinem Arzt sagen, damit er ein komplettes Bild hat [...]. Der hätte mich sofort in eine Schublade gesteckt. Und wenn man Montag mal wieder noch so fertig war, dass man nicht auf Arbeit konnte, so hat man halt immer auf Magen-Darm o.ä. gemacht bei seinem Hausarzt um 'ne Krankschreibung zu bekommen. Es mag Ärzte geben bei denen man offen über so etwas reden kann [...].

Teilweise wurden entsprechende Schilderungen von TeilnehmerInnen aufgegriffen, die auch positive Erfahrungen mit dem Hilfesystem gemacht hatten. Seitens dieser TeilnehmerInnen wurde darauf hingewiesen, dass man selbst „Vorurteile“ gehabt habe, die sich oftmals nicht bestätigt hätten und man überrascht gewesen sei, wie problemlos und verständnisvoll ein erster Kontakt mit dem Hilfesystem verlaufen war.

Die sehr heterogenen Schilderungen der TeilnehmerInnen stützen wesentliche internationale Erkenntnisse und Beobachtungen, wie sie auch von der Konsensusgruppe bei der Erstellung der S3-Leitlinie Methamphetamin-bezogene Störungen diskutiert wurden. Dies betrifft etwa Besonderheiten und Notwendigkeiten hinsichtlich der Zuführung zum Hilfesystem und dem Vorhalten von verschiedenen passgenauen Angeboten in der Postakuttherapie sowie für die Rückfallprophylaxe. Einen Eindruck zu den retrospektiven Überlegungen eines Betroffenen zeigt Abbildung 13.



**Abb. 13:** Ein Beitrag in einer Online-Fokusgruppe

Eine systematische Auswertung der qualitativen Daten wird derzeit im Rahmen einer Examensarbeit durchgeführt (Kap. 12). Für die Weiterentwicklung des Online-Angebotes werden diese Befunde in Bezug auf Erfahrungen und Kenntnisse zum Hilfesystem zur Entwicklung von passgenauen Informationstexten führen. Ziel ist dabei, anhand dieser Texte das suchtbazogene Hilfesystem mit seinen unterschiedlichen Angeboten besser zu erklären. Bezug genommen werden soll hierbei insbesondere auf die aktuell entstehende S3-Leitlinie Methamphetamin-bezogene Störungen.

### *7.2.2.5 Transparenz und Einbezug von NutzerInnen in die Entwicklung*

Wie bereits in den vorausgegangenen Kapiteln beschrieben, flossen Informationen aus zahlreichen Datenquellen in die Weiterentwicklung des Portals ein. Dazu zählten Befunde aus automatisierten Datenerhebungen, Befragungen mittels geschlossener Fragen, qualitative Daten aus Befragungen mit Online-Formularen und Freitextfeldern sowie die regelmäßigen zusammenfassenden Berichte der Drug Scouts zu Kommunikationsverläufen im Portal. Insbesondere wurden folgende Adaptionen aufgrund von Mitgliederwünschen vorgenommen:

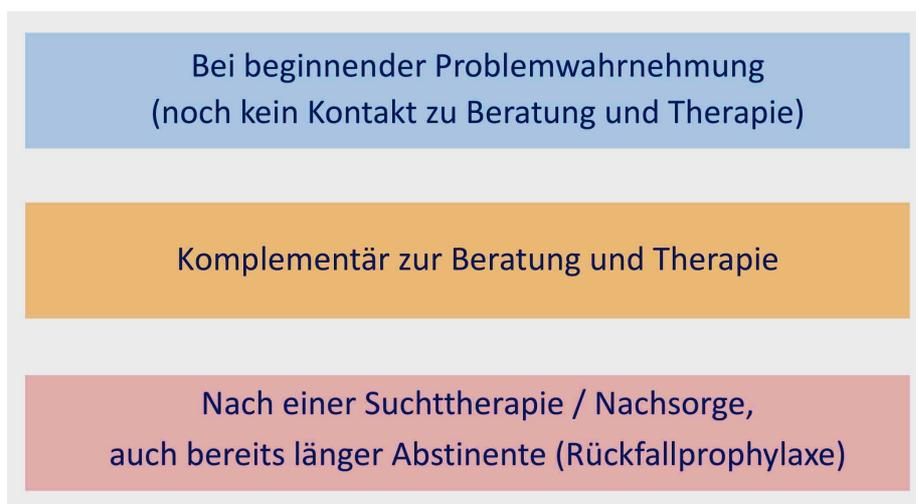
- Zuschaltung von mehr automatisierten Email-Benachrichtigungen
- Einbezug von Fragen aus dem Kreis der Mitglieder bei der Frage der Woche
- Schaffung eines neuen Kommunikationsbereiches („Doppelleben“)
- Berücksichtigung von Wünschen in Bezug auf die angefragten Experten für Live Chats
- Verstärkte Aktivität der Drug Scouts innerhalb der Kommunikationsbereiche

Hinsichtlich der Transparenz wurde darauf geachtet, mittels der Webtexte das Modellprojekt und Forschungsvorhaben, die Nutzungsbedingungen, das Verfahren im Umgang mit Nutzerdaten sowie weitere Aspekte des Datenschutzes und der Datensicherheit rechtskonform darzustellen. Vorgenommene Änderungen während des Betriebs wurden den Mitgliedern im Portal kommuniziert, es bestand jederzeit die Möglichkeit, über persönliche Benachrichtigungen weitere Fragen an die moderierenden Drug Scouts sowie an die Projektleitung des ZIS zu stellen. Diese Möglichkeit wurde von den Mitgliedern auch vielfach genutzt. So wurden an die Projektleitung des ZIS vielfältige Fragen gestellt, die etwa die Durchführung der Fokusgruppen betraf, bis hin zu Fragen nach der persönlichen Motivation für die Entwicklung eines solchen Portals sowie zum monatlichen Verdienst eines wissenschaftlichen Mitarbeiters des ZIS. Die entsprechenden Fragen wurden angemessen und offen beantwortet.

## 8. Diskussion der Ergebnisse, Gesamtbeurteilung

Die Ziele des Projektes bestanden in der Entwicklung sowie wissenschaftlichen Begleitung und Optimierung eines Online-Selbsthilfeangebotes für Menschen mit einer Methamphetamin-Problematik. Dies sollte in einer Form geschehen, die eine anschließende Verstetigung ermöglicht. Die Inbetriebnahme des Angebotes konnte in der ersten Projektphase wie geplant erreicht werden. Um eine ausreichende Attraktivität und Passgenauigkeit zu erzielen, bedurfte es in der Folge einer Reihe von forschungsbasierten Adaptionen hinsichtlich des Moderations- und Betriebskonzeptes. Die intendierte Zahl von aktiven Mitgliedern konnte so bereits einige Monate vor Projektende erreicht werden. Das Angebot wird seitdem von einer weiter wachsenden Anzahl von registrierten Mitgliedern mit steigender Aktivität genutzt.

Hinsichtlich der nachhaltigen Verstetigung im Hilfesystem zeigte sich während des Projektverlaufes, dass zusätzlich zur zukünftigen Unterstützung der moderierenden Drug Scouts durch die AOK PLUS eine wissenschaftliche Anschlussforschung sinnvoll ist. Dies ergab sich zum einen aus den neu erkannten Zielgruppen, deren zahlreiche Anmeldung sich während des Betriebs gezeigt hatte und die künftig weitere Optimierungen und Analysen erfordern (Abb. 14). Zum anderen führten Konsultationen im Rahmen der parallelen S3-Leitlinienentwicklung Methamphetamin-bezogene Störungen dazu, dass spezifische Anforderungen an das Portal sichtbar wurden, um eine langfristige und nachhaltige Anpassung an zukünftige Bedarfe des Versorgungssystems zu erreichen. Exemplarisch sei hier die als sinnvoll erachtete Nutzung der online-basierten Selbsthilfe unmittelbar im Anschluss an eine stationäre qualifizierte Entzugsbehandlung benannt, woraufhin das Portal zukünftig noch weiter optimiert werden soll.



**Abb. 14:** Zielgruppen als Gegenstand der Anschlussforschung

## 9. Gender Mainstreaming Aspekte

Sowohl internationale als auch nationale Vorbefunde belegen, dass es verschiedene Gruppen weiblicher Konsumentinnen gibt, 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. Bei den durchgeführten Live Chats wurden sowohl ein Experte aus dem Bereich der Traumatherapie als auch ein Sexualberater mit besonderer Expertise im Bereich des problematischen Substanzkonsums in bestimmten Szenen des schwulen Nachtlebens („Chemsex“) einbezogen.

## 10. Verbreitung und Öffentlichkeitsarbeit der Projektergebnisse

Vor Inbetriebnahme wurden Bekanntmachungsmaßnahmen in Form von Newslettern und Emailverteilern über die Netzwerke der Projektpartner durchgeführt. Flyer, Poster und Aufkleber wurden ebenfalls in großer Zahl verbreitet. Das Portal beinhaltet Online-Kontaktformulare für die Presse sowie für BeraterInnen und TherapeutInnen. Im Folgenden wird eine Auswahl der Präsentationen für ein Fachpublikum dargestellt:

Milin, S. (2015): Selbsthilfeportal „Breaking Meth“ in: KONTUREN online. URL:<https://www.konturen.de/kurzmeldungen/breaking-meth/>

Milin, S., Herzog, H. & Schäfer, I. (2015): Breaking Meth: Entwicklung und Erforschung eines virtuellen Selbsthilfeportals (29.05.2015). Veranstaltung im Rahmen der Hamburger Suchttherapietage 2015

Milin, S. & Schäfer, I. (2015): Breaking Meth, ein Online-Selbsthilfeangebot für Menschen mit Methamphetamin-Erfahrung: Vorstellung des Portals und erste Evaluationsergebnisse. Symposium Crystal Meth in Deutschland, Deutscher Suchtkongress '15 Hamburg

Schäfer, I. & Milin, S. (2015): „Breaking Meth“. Online-basierte Selbsthilfe. Methamphetaminkonsum („Crystal Meth“). Seine Folgen und Antworten für die Praxis – Jahrestagung am 6. November 2015, Berlin. URL: [http://www.drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/Presse/Downloads/AG\\_IV\\_Schaefer\\_Millin\\_BreakingMeth\\_Jahrestagung2015.pdf](http://www.drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/Presse/Downloads/AG_IV_Schaefer_Millin_BreakingMeth_Jahrestagung2015.pdf)

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](http://www.bas-muenchen.de/fileadmin/documents/pdf/Nachlese/2016/BAS_Tagung_CM_NPS_KV_Milin_Breaking_Meth_160224.pdf)

## **11. Verwertung der Projektergebnisse (Nachhaltigkeit / Transferpotential)**

Während des Projektverlaufes konnten umfangreiche Erkenntnisse zum Betrieb eines über das Internet frei zugänglichen Online-Selbsthilfeportals mit Kommunikation in Echtzeit für eine spezifische Gruppe von Betroffenen gewonnen werden. Dabei hat sich gezeigt, dass ein derartiges Vorhaben technisch und konzeptionell sehr anspruchsvoll ist, eine sichere und rechtskonforme Umsetzung aber dennoch gelingen kann. Für den Erfolg des Vorhabens hat sich das in diesem Bericht geschilderte Vorgehen als geeignet erwiesen und kann für zukünftige vergleichbare Projekte empfohlen werden. Im Einzelnen lässt sich hierzu eine Abfolge von Schritten darstellen, nämlich (1) Kooperation mit einem szenenahen Akteur, (2) wissenschaftliche Begleitung während des Projektverlaufes, (3) angemessene Bekanntmachungsmaßnahmen, (4) eine ressourcengerechte Planung bei der technischen Umsetzung, (5) Berücksichtigung von sowohl hohen Anforderungen an Datenschutz und Datensicherheit als auch von Möglichkeiten, das Angebot stetig attraktiv zu halten, (6) Bereithaltung von konzeptionellen und technischen Strategien, um Missbrauch und Störungen zeitnah und rechtskonform beseitigen zu können sowie (7) enger Kontakt zu weiteren Akteuren, um Anregungen und sich wandelnde Bedarfe einbeziehen zu können und eine nachhaltige Verankerung in der Versorgungsstruktur zu erreichen.

Das während der Projektlaufzeit entwickelte und forschungsbasiert optimierte Portal Breaking-Meth.de hat eine hohe Akzeptanz seitens der Mitglieder erreicht. Es findet ebenso Anklang bei einer Vielzahl von TherapeutInnen, MitarbeiterInnen aus dem Bereich der ambulanten und stationären Suchthilfe, der Sozialarbeit, Jugendarbeit, Nachsorge und der Prävention. Für den Weiterbetrieb und die Abschlussforschung stehen neben Analysen zu den Mitgliedern und weiteren Optimierungen des Portals vor allem die Bedarfe derjenigen Akteure im Vordergrund, die Betroffene an das Portal heranführen sollen. Hierzu sind umfangreiche Befragungen sowie die Entwicklung von spezifischen Informations- und Schulungsmaterialien sinnvoll und geplant.

## 12. Publikationsverzeichnis

Präsentationen des Projektes für das Fachpublikum sind in Kapitel 10 dargestellt. Deutschsprachige sowie internationale Fachveröffentlichungen befinden sich in Planung. Aktuell wird eine BA-Arbeit (Psychologie) betreut unter dem Arbeitstitel:

Radke, Wibke-Tabea (in Vorbereitung): Zugang zum Hilfesystem bei Menschen mit Methamphetamin-bezogenen Störungen aus Sicht der Betroffenen. Eine qualitative Studie mit Teilnehmern eines Online-Selbsthilfeportals.

## Quellenverzeichnis

1. SMS, 2. Sächsischer Drogen- und Suchtbericht. 2014, Dresden: Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz, Freistaat Sachsen.
2. LS-LSA, Crystal in Sachsen-Anhalt. 2014, Magdeburg: Landesstelle für Suchtfragen im Land Sachsen-Anhalt.
3. Die Bundesdrogenbeauftragte der Bundesregierung, Drogen- und Suchtbericht. Juli 2014, Berlin.
4. 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.
5. Eichenberg, C. und D. Malberg, Gesundheitsinformationen im Internet-Zur Notwendigkeit der Qualitätsevaluation und -sicherung. Psychotherapie im Dialog, 2011. 12(2): p. 128-132.
6. Suler, J., The Online Disinhibition Effect. CyberPsychology & Behavior, 2004. 7(3): p. 321-326.
7. 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.
8. Podoll, K., et al., Selbsthilfe im Internet. Chancen und Risiken der Kommunikation in elektronischen Netzwerken. Nervenarzt, 2002. 73: p. 85-89.
9. Foster, C. und L. Roffe, An exploration of the internet as a self-management resource. Journal of Research of Nursing, 2009. 14(1): p. 13-24.
10. 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.
11. 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 Counselling, 2010. 81: p. 315-318.
12. Haker, H., C. Lauber, and W. Rössler, Internet forums: a self-help approach for individuals with schizophrenia? Acta Psychiatr Scand., 2005. 112: p. 474-477.
13. Houston, T.K., L.A. Cooper, and D.E. Ford, Internet support groups for depression: a 1-year prospective cohort study. Am J of Psychiatry, 2002. 159: p. 2062-2068.
14. 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.

15. Knaevelsrud, C., A. Liedl, und N. Stammel, Posttraumatische Belastungsstörungen: Herausforderungen in der Therapie der PTBS. 2012, Weinheim: Beltz.
16. 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.
17. 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.
18. 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.
19. Rauchfuß, K. und K. Knierim, Selbstgefährdung im Internet und Web 2.0. *Psychotherapie im Dialog*, 2011. 12(2): p. 137-142.
20. BDSG, Bundesdatenschutzgesetz. Text und Erläuterungen. Die Bundesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit (Hrsg.). 16. Auflage. 2014, Bonn.
21. Tates, K., et al., Online focus groups as a tool to collect data in hard-to-include populations: examples from paediatric oncology. *BMC Med Res Methodol*, 2009. 9: p. 15.
22. Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Bundesministerium für Gesundheit (BMG), Bundesärztekammer (BÄK), S3-Leitlinie Methamphetamin-bezogene Störungen, 1. Auflage. Version 1. 2013: URL: [www.crystal-meth.aezq.de](http://www.crystal-meth.aezq.de), DOI: 10.6101/AZQ/000292.
23. Landschaftsverband Westfalen-Lippe, LWL-Koordinationsstelle Sucht, Leitlinien für webbasierte Interventionen der selektiven Suchtprävention. 2015, Münster.