

Kurzbericht des BMG-geförderten Forschungsvorhabens

Vorhabentitel	Checkpoint-C; Suchtprävention per Smartphone; mit neuer Technik mehr Konsumierende von Crystal erreichen
Schlüsselbegriffe	App, Smartphone
Vorhabendurchführung	B.A. Adelheid Friedrich, B.A. Julia Walta
Vorhabenleitung	Prof. Dr. phil. habil. Gundula Barsch
Autor(en)	Prof. Dr. phil. habil. Gundula Barsch
Vorhabenbeginn	01.11.2016
Vorhabenende	31.12.2018

1. Vorhabenbeschreibung, Vorhabenziele

Modellhaft ist im Rahmen der Förderung eine Smartphone-App entwickelt worden, die sich an aktuell konsumierende oder ausstiegswillige Crystal-Konsumierende wendet. Diese sollen mit interaktiven Tools

1. motiviert und unterstützt werden, eine konsumbegleitende Selbstkontrolle vorzunehmen, um auf diese Weise zu verhindern, dass sich der Konsum zu hochproblematischen Konsumformen aufschauelt;
2. eigeninitiativ eine Exploration des Gesundheitszustandes vornehmen, die frühzeitig Rückmeldungen gibt, den Konsum kritisch zu überdenken und zu ändern;
3. eine individuelle Dokumentation des Konsums ermöglichen mit dem Effekt, Zusammenhänge zwischen physischen, psychischen und sozialen Problemen und dem Drogenkonsum erkennen und Korrekturen vornehmen zu können;
4. an einem gefasste Ausstiegswunsch festzuhalten und diesen auch gegen Widerstände erfolgreich umzusetzen und
5. sich in diesem Zusammenhang auch mit massiven Konsumwünschen auseinanderzusetzen und zu erkunden, durch welche Faktoren Konsumwünsche getriggert werden und wie es gelingen kann, diesem Druck nicht nachzugeben.

Darüber hinaus soll die App Hilfe in Notfällen sowie eine Vielzahl an Informationen bieten, die ohne großen Rechercheaufwand umgehend verfügbar sind. Mit diesen Angeboten ist die App konzipiert, bisher unerkannte Konsumierende im Dunkelfeld zu erreichen und ihnen Hilfe und Unterstützung zukommen zu lassen, auch wenn sie (noch) keine Leistungen des Hilfesystems in Anspruch nehmen wollen.

Zentrale Ziele des Projektes waren, eine vollfunktionsfähige App als ein komplexes Tool vorzulegen, das sich an aktuelle Konsumierende sowohl ohne als auch mit Ausstiegswunsch wendet und damit

allen Nutzenden die breite Palette nahe bringt, wie ein Umgang mit Crystal gestaltet werden kann. Im Rahmen der Projektförderung wurde die erweiterte App sowohl für Android- als auch iOS-Nutzenden zur Anwendungsreife entwickelt. Beide Tools werden gegenwärtig über die entsprechenden Shops kostenfrei zur Verfügung gestellt.

2. Durchführung, Methodik

Aus diesen allgemeinen Projektzielen leiten sich die folgenden konkretisierten Ziele der entwickelten App ab:

- Self-Tracking zur Unterstützung des Monitorings des eigenen Crystal-Konsums mit dem Ziel, eine empirisch gesicherte Basis für Reflexion und kritische Einschätzung der Konsumgewohnheiten zu erhalten, problematische Entwicklungen rechtzeitig zu erkennen und diesen gezielt entgegen steuern zu können.
- Mit Bezug auf die konkret vorliegenden Konsummuster der App-Nutzenden Rückmeldungen über aktuelle Zusammenhänge zwischen dem eigenen Crystal-Konsum und physischen, psychischen und sozialen Folgen für die persönliche Gesundheit zu geben.
- Anstoß zur Reflexion und kritischen Einschätzung der eigenen Motivationslagen für den Crystal-Konsum zu vermitteln, um Impulse zu Veränderungen hin zu einem stärker kontrollierten und risikobewussten Konsum zu geben.
- Vermittlung alltagspraktischer Hinweise und Tipps (Risikomanagement) im Sinne eines digitalen Coachings, das sowohl Anregungen für einen risikobewussten und kontrollierten Konsum, als auch Motivation und Unterstützung bei der Selbstfürsorge in Bezug auf die physische, psychische und soziale Gesundheit bietet.
- Angebot von Informationen und Aufklärung zu den Konsumrisiken von Crystal, die als Stand-by-Information für die Crystal-Konsumierenden über einfache Suchmuster gezielt verfügbar sind. Diese eignen sich zugleich für Menschen des sozialen Umfeldes (andere Konsumierende, Angehörige, Kolleginnen und Kollegen), die sich diese App ebenfalls auf ihrem Smartphone installieren können.
- Psychoedukation zu den Themen Craving (intensives Verlangen) und Ausstieg mit dem Ziel, auf die sich regelmäßig einstellenden Herausforderungen vorbereitet zu sein und diese mit digitaler Hilfe und Unterstützung meistern zu können.
- Selbstinitiierte Änderungsprozesse hin zu mehr Selbstkontrolle von Konsum sowie Entwicklung von Bewältigungsfähigkeiten bei Cravingprozessen und Abstinenzvorhaben. In diesem Bereich der App geht vor allem darum, Craving und Ausstieg systematisch reflektieren und bewältigen zu können und die jeweils umgesetzten Schritte so zu kommentieren, dass sie motivieren, an den geplanten Vorhaben trotz abgeforderter Anstrengungen festzuhalten.

Diese Zielstellungen galt es in den einzelnen digitalen Tools/Bereichen der App methodisch so umzusetzen, dass die Möglichkeiten der neuartigen Informationstechnologien bestmöglich genutzt werden. Damit stellten sich sowohl für die inhaltlich arbeitenden Mitarbeiterinnen des Projektes, als auch für die Programmierer der App Herausforderungen, denen sich in wiederholenden Prozessen genähert wurde.

3. Gender Mainstreaming

Über die unterschiedliche Näherung von Frauen und Männer an den Konsum von Crystal, über spezifische Bewältigungsformen von Craving und über besondere Strategien von Frauen und Männern beim Ausstieg aus dem Konsum ist bisher wenig bekannt. In der Arbeit an der App wurden insbesondere die Erfahrungen berücksichtigt, die in zwei Projekten der Hochschule Merseburg unter Crystal-Konsumierenden gesammelt wurden: Eine qualitative Studie unter aktuell Crystal-konsumierenden Männern und Frauen und eine anonyme Sprechstunde für Crystal-Konsumierende und deren Angehörige. Während Self-Tracking und Konsumkontrolle sich eher als genderunspezifische Angebote darstellten, wurden in den Informationsbereichen und den Selbsttests immer auf Besonderheiten hingewiesen, die sich für Frauen und für Männer stellen, wenn sie Crystal konsumieren. Zudem lassen die eingeräumten Notizfunktionen allen Nutzenden die Chance, sich die App auf ihre jeweils individuellen Bedürfnisse zuzuschneiden.

4. Ergebnisse, Schlussfolgerung, Fortführung

Die aktuelle Downloadzahl (31.12.2018) für iOS liegt derzeit bei 2720. Für das Android-Betriebssystem liegen 947 Downloads vor. Seit Relaunch der Webseite wurden 20.087 Besuchende und 378.173 Aufrufe registriert, die APK-Datei zur Store-unabhängigen Installation der App wurde 554-mal gedownloadet. Damit liegt die Anzahl der aktuellen Downloads mit einer Gesamtsumme von 4221 weit über den Zielen, die für den Projektzeitraum angestrebt wurden. Die zentrale Annahme des Projekts, dass sich über digitale Medien, speziell über Apps für Smartphones, neue Wege für Suchtprävention und Frühintervention erschließen lassen, hat sich im Projekt bestätigt. Die Ergebnisse der Einführung dieses Tools in die Praxis unterstreichen zudem, dass sich mit Apps bisher schwer erreichbare Konsumierenden-Gruppen illegaler Drogen erreichen lassen, die im Dunkelfeld leben und noch keinen Kontakt zum Hilfesystem haben. Ausgehend von den Projektzielen wurde die Crystal-App inhaltlich so konzipiert, dass sie sich als eine kostenlose, niedrigschwellige, anonyme Frühinterventionsmöglichkeit präsentiert, mit deren Hilfe es den Nutzenden gelingen kann, selbstständig und ohne professionelle Hilfe ganz persönliche Problemstellungen in Zusammenhang mit dem Crystal-Konsum zu orten, sich dazu kritisch zu reflektieren und Anregungen für eine Bewältigung problematischer Lebenslagen und -situationen zu finden. Auch der in der App gewählte Ansatz, den Konsumierenden technische Hilfestellungen für eine Konsumreflexion und -kontrolle anzubieten und auf diese Weise zu einer Auseinandersetzung mit dem Drogenkonsum anzuregen, erweist sich als erfolgreich. Wohl auch deshalb wird die App gegenwärtig in ambulante Behandlungen eingebunden, in denen die Reduktion der Intensität des Konsums, der Umgang mit Craving und die Herausforderungen eines Ausstiegs zu den zentralen Zielen zählen.

5. Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Mit der Entwicklung der Crystal -App konnten wichtige Erkenntnisse im Bereich der Digitalisierung der Suchthilfe gewonnen werden. Die Veröffentlichung und weitere Kommunikation der Ergebnisse kann dazu beitragen, ähnliche Handlungsstrategien in anderen Bereichen der Suchthilfe bzw. für andere Substanzstörungen zu entwickeln.

6. Verwendete Literatur

Barsch, G. (2014): "Crystal-Meth". Einblicke in den Lebens- und Konsumalltag mit der Modedroge "Crystal". Pabst Science Publ., Lengerich

Barsch, G., Walta, J. (2016): Baukasten für eine anonyme Drogensprechstunde. Das Beispiel CheckPoint-C. Pabst Science Publ., Lengerich

Brandenburger Landesstelle für Suchtfragen (2014): Fachtagung „Crystal Meth – Neue Herausforderungen für Prävention und Beratung?“ vom 18.11.2014

Bundesministerium für Gesundheit (2014): Drogen- und Suchtbericht

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) (2012): Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland, Bonn 2012

Degkwitz, P., Lotzin, A., Milin, S., Schäfer, U. Verthein, U., (2014): Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS) der Universität Hamburg. ATS-Bericht. Amphetamin und Methamphetamin – Personengruppen mit missbräuchlichem Konsum und Ansatzpunkte für präventive Maßnahmen

Härtel-Petri, R.: Wie gefährlich ist Crystal. In: Die Welt vom 22.05.2013.

Mortler, M. (2014): Pressemitteilung. Herausforderung Crystal-Meth eindämmen und Suchthilfe ausbauen – gemeinsamer Besuch der Bundesdrogenbeauftragten mit ihrem tschechischen Kollegen in Bayern. 28.08.2014

Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz (2014): Sächsischer Drogen- und Suchtbericht

TMT (2014): Perspektive eHealth 2014. Deloitte & Touche GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

Websites

- Addiction: <http://www.addiction.de/> Zeit: 05.08.2015
- Asklepios Klinik Nord - onlinegestützte Alkoholtherapie: http://www.asklepios.com/upload/Alkoholabhaengigkeit_onlinegestuetzte_Therapie_37163.pdf. Zeit: 05.08.2015
- Breaking-Meth. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. <https://breaking-meth.de/> Zeit: 05.08.2015
- drugsmeter.com: <https://www.drugsmeter.com/> Zeit: 05.08.2015
- National Cannabis Prevention and Information Centre (NCPIC): <https://ncpic.org.au/> Zeit: 05.08.2015
- Projekt drugcom.de: <http://www.drugcom.de/> Zeit: 05.08.2015