

Neue Medien – neue Möglichkeiten zur Alkohol- und Tabakprävention bei jungen Leuten

Severin Haug^{1*}

¹ Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung, Zürich, Schweiz

* Corresponding author, email: severin.haug@isgf.uzh.ch

© 2023 Severin Haug; licensee Infinite Science Publishing

This is an Open Access abstract distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>).

Hintergrund und Fragestellung

Der MobileCoach Alkohol, ein mobiltelefonbasiertes Programm zur Alkoholprävention, erwies sich in einer randomisiert-kontrollierten Studie im Jahr 2017 als attraktives Angebot und wirksame Möglichkeit, die Prävalenz risikoreichen Alkoholkonsums bei jungen Leuten zu reduzieren. Ausgehend von diesen Ergebnissen wurde das Programm optimiert und zu einer interaktiven Coaching-App (www.mobile-coach.ch) weiterentwickelt. Auch ein WhatsApp-basiertes Coaching-Programm (www.rauchfreiCoach.ch) zur Förderung des Rauchstopps wurde auf dieser Grundlage entwickelt. Konzeption und Inhalte der neu entwickelten Coaching-Programme sowie die ersten Ergebnisse zu deren Akzeptanz und Wirksamkeit werden vorgestellt.

Methoden

Der MobileCoach Alkohol wurde im Rahmen einer Prä-Post-Längsschnittstudie evaluiert. Innerhalb des Programms motiviert ein virtueller Coach die Teilnehmenden zu einem sensiblen Umgang mit Alkohol, gibt Feedback und informiert für einen Zeitraum von 10 Wochen in wöchentlichen Dialogen.

Das WhatsApp-basierte Programm rauchfreiCoach wird im Sommer 2023 in einer Pilotstudie bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die nikotinhaltige Produkte rauchen, überprüft. Das Programm unterstützt mit automatisiert generierten, individualisierten Nachrichten welche die Motivation zum Rauchstopp steigern sowie Tipps zum Umgang mit Craving- und Stresssituationen geben.

Ergebnisse

Der MobileCoach Alkohol wurde 2020-22 an Berufsschulen und Gymnasien beworben in 61 Schulklassen mit insgesamt 1020 Teilnehmenden durchgeführt werden. Drei von vier Schülerinnen und Schüler, die in den Schulklassen anwesend waren, nahmen am Programm und der damit verbundenen Studie teil. Ausgehend von der Nutzung des Programms und der Bewertung durch die Teilnehmenden war die Akzeptanz der Intervention insgesamt gut. Der Anteil der Schülerinnen und Schüler, die Rauschtrinken praktizierten, ging von 33% zu Beginn des Programms auf 24% bei der Nachbefragung zurück.

Die ersten Ergebnisse der Pilotstudie zum Programm "rauchfreiCoach", die im Sommer 2023 beginnt, werden präsentiert.

Diskussion und Schlussfolgerung

Die optimierte, App-basierte Programmversion des MobileCoach Alkohol erwies sich als ein attraktives Angebot, für das sich bei persönlicher Einladung in Schulklassen, die Mehrheit der Lernenden interessierte. Das Programm erlaubt ein individualisiertes Coaching in grossen Gruppen Jugendlicher und ist vielversprechend, risikoreichen Alkoholkonsum zu reduzieren.

OFFENLEGUNG VON INTERESSENSKONFLIKTEN SOWIE FÖRDERUNGEN

Interessenskonflikte: Ich und die Koautorinnen und Koautoren erklären, dass während der letzten 3 Jahre keine wirtschaftlichen Vorteile oder persönlichen Verbindungen bestanden, die die Arbeit zum eingereichten Abstract beeinflusst haben könnten.

Erklärung zur Finanzierung: Nationales Programm Alkohol, Projekt MobileCoach Alkohol