

Nutzung und differenzielle Wirksamkeit einer Smartphone-App zur Reduktion von Substanzkonsum, Glücksspiel und digitaler Mediennutzung bei Berufsschullernenden

Nicolas Arnaud^{1*}, Kristin Grahlher¹, Matthis Morgenstern², Elena Gomes de Matos³, Benjamin Pietsch², Monika Rossa³, Rainer Thomasius¹

¹ Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), Hamburg

² IFT-Nord Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung, Kiel

³ IFT Institut für Therapieforschung, München

* Corresponding author, email: nii.arnaud@googlemail.com

© 2023 Nicolas Arnaud; 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

"Meine Zeit ohne - die Challenge" ist eine mobile Suchtpräventions-App für die vulnerable Gruppe der Berufsschullernenden. Ziel der App ist die digitale Unterstützung einer freiwilligen Selbstverpflichtung ("Challenge"), den Konsum einer Substanz, das Glücksspielen oder das Ausüben einer medienbezogenen Gewohnheit (digitale Medien oder Gaming) für 2 Wochen zu reduzieren oder ganz darauf zu verzichten. Im Rahmen einer randomisiert-kontrollierten Studie konnte ein signifikanter Effekt der App auf gesundheitsfördernde Verhaltensänderungen gezeigt werden. Die vorliegende Sekundärauswertung untersucht die Akzeptanz der App, sowie die differenzielle Wirksamkeit in Abhängigkeit zum Nutzungsverhalten und individuellen Merkmalen der Berufsschullernenden.

Methoden

Die Interventionsgruppe bestand aus 2367 Berufsschullernenden (Durchschnittsalter 19,22 Jahre; 55,3 % männlich), die Zugang zur MZo-App erhalten hatten. Die Beziehung zwischen unterschiedlichen Nutzungsmöglichkeiten, persönlichen Merkmalen und gesundheitsfördernden Verhaltensänderungen wurde anhand von logistischen Mehrebenen-Regressionsmodellen analysiert.

Ergebnisse

Eine gesundheitsrelevante Verhaltensänderung im Bereich des Substanzkonsums, Glücksspiels oder medienbezogener Gewohnheiten war für die App-Nutzer:innen wahrscheinlicher, wenn sie eine "Challenge" in einem persönlich relevanten Verhaltensbereich auswählten (z.B. Berufsschullernende, die regelmäßig rauchten, wählten den Verzichtsbereich "Rauchen" aus). Die Effektivität der App-Nutzung stand außerdem in einem positiven Zusammenhang mit einem individuellen Risiko für Suchtverhalten. Eine hohe Nutzungsfrequenz der App hatte hingegen keinen Einfluss auf die Effektivität.

Diskussion und Schlussfolgerung

Die Ergebnisse zeigen, dass die Wirksamkeit der in Abhängigkeit zur Nutzung und Merkmalen der Nutzer:innen variiert. Es wird diskutiert, inwieweit diese Ergebnisse für weitere Verbesserungen und einen zielgerichteten Einsatz der App relevant sind.

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: BMG