

**Weiterbildung « Substitutionsgestützte Behandlung (SGB) »
Vorstellung von SafeZone.ch – Online-Beratung zu Suchtfragen**

Grangeneuve, 04.10.2018

SafeZone.ch – Online-Beratung zu Suchtfragen

Kurze Vorstellung der Online-Beratung

Nutzungsdaten des Portals (2017-2018)

Resultate der Studie «Anwendung von Wirkfaktoren in der Mailberatung von SafeZone.ch» von *Socialdesign*

SafeZone.ch – was ist?

- Online-Beratungsportal zu problematischem Konsum und Suchterkrankungen (mit oder ohne Substanz)
- Ein Angebot des BAG, entwickelt von Infodrog in Zusammenarbeit mit Kantonen, Suchtfachstellen und Partnern
- Kostenlos und anonym

SafeZone.ch – Teilnehmende Institutionen (Stand: 31.08.2018)

AG	Aargauische Stiftung Suchthilfe ags	10%
BE	Berner Gesundheit	60%
BE	Rave it safe, CONTACT	10%
BE	Selbsthilfe BE	5%
BL	Blaues Kreuz Beider Basel	15%
BS	Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt, Abteilung Sucht	10%
BS	Beratungszentrum der Suchthilfe Region Basel	10%
FR	Réseau des institutions fribourgeoises pour personnes souffrant d'addictions	10%
	Institut de Santé Globale – Université de Genève	10%
LU	Sozial-Beratungszentrum Luzern SoBZ	15%
SG	Spitalregion Fürstenland Toggenburg, Alkoholkurzzeittherapie PSA	15%
SH	Fachstelle für Gesundheitsförderung, Prävention und Suchtberatung	10%
SO	Suchthilfe Ost GmbH	10%
TG	Selbsthilfe Thurgau	5%
TI	Antenna Icaro	10%
TI	Danno - Radix Svizzera Italiana	5%
TI	Ingrado	20%
TI	Gruppo Azzardo Ticino - Prevenzione (GAT-P)	10%
TI	Zonaprotetta	2.5%
	Croix-Bleue romande <i>(active dans les cantons de GE, VD, NE, FR et JU bernois)</i>	10%
VS	Fondation Addiction Valais / Stiftung Sucht Wallis	20%
ZG	Amt für Gesundheit, Suchtberatung	14.4%
ZH	Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme (ZFA)	15%
ZH	Integrierte Suchthilfe Winterthur	10%
ZH	ada-zh	10%

25 Institutionen

18 Kantone
(6 davon im Verbund)

41 Fachpersonen

320% Stellenprozent

mit

- ✓ Ausbildung in Psychologie, Sozialarbeit, Sozialpädagogik
- ✓ mehrjähriger Praxiserfahrung
- ✓ Grundausbildung in Onlineberatung

SafeZone.ch – Ziele und Zielgruppen



- Verbesserung des Zugangs zu Hilfe bei Suchtkrankheiten
 - Entwicklung der Qualität der Online-Beratung
 - Verbesserung der Vernetzung und des Know-how-Transfers zwischen Suchtfachpersonen
-
- Menschen mit einem Suchtproblem/problematischem Konsum oder Fragen zu diesem Thema
 - Angehörige/Nahestehende
 - Nicht spezialisierte Fachleute im Suchtbereich



SafeZone.ch - Vorteile und Einschränkungen



- Anonym, kostenlos, jederzeit und überall zugänglich
- Möglichkeit, Menschen zu erreichen, die nicht beraten werden
- Ein positiver Erstkontakt hat allgemein im Pflegesystem einen positiven Einfluss auf die Ratsuchenden.

- Internetzugang
- Schreibbasierte Beratung
- Schreib- und Medienkompetenz
- Nicht empfohlen bei sofortiger Intervention



SafeZone.ch – Anonyme und kostenlose Beratung

Mail und Sprechstunde
(D/F/I), Gruppenchats
(D/I), Foren (I)

Verlinkung
bewährter
Selbsttests und Tools

Infos zu
Substanzen und
Sucht

Pseudonym
Jahrgang
Geschlecht

Adressen von Suchtfach-
stellen in der Schweiz

SafeZone.ch
Online-Beratung zu Suchtfragen

[Über uns](#)

[Kontakt](#)

[Registrieren](#)

[Login](#)

Suchen ...

[DE](#) [FR](#) [IT](#)

[Beratung](#) ▾

[Selbsttests](#) ▾

[Themen A-Z](#) ▾

[Hilfe vor Ort](#) ▾

[News](#) ▾

[Agenda](#) ▾



SafeZone.ch – Beratungsformen



Mail (D/F/I) – Beratung und Nachbetreuung zeitversetzt 1:1

- Antwort innerhalb von 72 Stunden resp. 3 Arbeitstagen
- Mehrmaliges Austauschen möglich



Sprechstunde (D/F/I) – Synchrone Beratung 1:1

- Zeit und Themen werden durch Beratende festgelegt
- Terminreservation möglich
- Schnelles Tippen bei schnellen Wechseln – Konzentration auf das Wesentliche
- Erklärungen möglich und unmittelbar

SafeZone.ch – Beratungsformen



Gruppenchat (D/I) – 1:n-Beratung und Moderation

- Termine und Themen sind durch die BeraterInnen frei planbar
- Professionelle Moderation
- Ressourcen der Gruppe können genutzt werden

Forum (D) – Zeitversetzte 1:n-Beratung, 24/7

- Beratung in einem öffentlichen, nicht vertraulichen Raum
 - Bestätigung, Unterstützung und Verständnis von Anderen
 - Multiplikationseffekt: mitlesen ist möglich ohne Registrierung
- Moderation
 - Ressourcen der Gruppe aktivieren
 - Gruppendynamiken reglementieren
 - Meinung der Gruppe kann wichtiger sein als die der Fachperson



SafeZone.ch – Selbsttests



Überprüfen Sie Ihren Konsum und setzen Sie sich persönliche Ziele

Online-Selbsttests und Selbsthilfetools helfen Ihnen mehr darüber zu erfahren, wo Sie mit Ihrem Konsum stehen und wie hoch die Risiken sind, die Sie eingehen. Einige der Instrumente ermöglichen es Ihnen, online ein Konsumtagebuch zu führen, um so das Bewusstsein über das eigene Konsumverhalten und mögliche Risiken zu steigern. Im Folgenden finden Sie eine Auswahl an Selbsttests und Selbsthilfetools für verschiedene Substanzen und Suchtformen. Die verlinkten Angebote erfüllen fachliche Qualitätsstandards.

Mail-Beratung

Haben Sie Fragen zu den Resultaten eines Selbsttests?

Hier geht es zur [Mail-Beratung](#).

[alcotool.ch](#)

Alkohol-Selbsttest und Online-Trinktagebuch für Jugendliche

Berner Gesundheit

[drink-less-schweiz.ch](#)

Unterstützung für Menschen, die weniger trinken möchten

FSKZ Fachstellen Sucht Kanton Zürich

[mydrinkcontrol.ch](#)

Alkohol-Selbsttest und Online-Trinktagebuch für Erwachsene

Berner Gesundheit

[stop-alcool.ch](#)

Informationen, Selbsttest, Forum und Online-Coach zur

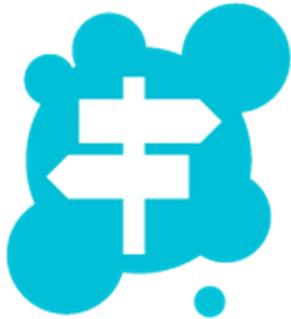
[suchtttest.ch/freunde](#)

Alkohol: Ist mein Freund/meine Freundin gefährdet?

[takecareofyou.ch](#)

Selbsthilfe-Kurs für Personen, die ihren Alkoholkonsum

SafeZone.ch – Hilfe vor Ort



suchtindex.ch
Infodrog | Datenbank | Suchhilfe Schweiz

Login Merkliste Über suchtindex.ch Sprache

PLZ, Ort Kanton Name Angebot Spezialisierung Erweitert

Karte Liste Sortieren Angebote gefunden: 872

Karte Satellit

Stationär Teilstationär Ambulant Niederschwellig

Kartendaten © 2018 GeoBasis-DE/BKG (©2009), Google Nutzungsbedingungen Fehler bei Google Maps melden

Nutzungsdaten 2017-2018

Onlinegang: 17.07.2017

Pressemitteilung: 12.09.2017

	1.07.2017- 31.12.2017	1.01.2018- 30.06.2018	1.07.2018- 30.09.2018
--	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Sitzungen D/F/I*	41'494	45'820	21'298
Nutzer D/F/I	29'578	33'510	15'651

Registrierungen D/F/I	974		957		394	
D	857	88%	772	80.6%	317	80.4%
F	72	7.4%	124	13%	57	14.5%
I	45	4.6%	61	6.4	20	5.1%

Mailberatung Erstanfrage D/F/I	297		304		142	
D	265	89.2%	254	83.5%	124	87.3%
F	20	6.7%	33	10.9%	14	9.9%
I	12	4.1%	17	5.6%	4	2.8%

Nutzungsdaten 2017-2018

Onlinegang: 17.07.2017

Pressemitteilung: 12.09.2017

1.07.2017- 31.12.2017	1.01.2018- 30.06.2018	1.07.2018- 30.09.2018
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Mailberatung Aktive Beratungen D/F/I	332		346		191	
D	295	88.8%	294	85%	167	87.4%
F	23	7%	33	9.5%	19	10%
I	14	4.2%	19	5.5%	5	2.6%

Mailberatung Kontakte BeraterInnen D/F/I	959		1'170		578	
D	902	94%	1006	86%	531	91.9%
F	37	3.9%	109	9.3%	41	7.1%
I	20	2.1%	55	4.7%	6	1%

Einzelchats D/F/I (genutzte)	29		20		7	
D	9	31%	0	0%	4	57.1%
F	7	24.1%	9	45%	1	14.3%
I	13	44.9	11	55%	2	28.6%

Gruppenchats D/I	27	30	14
TeilnehmerInnen D/I	32	42	16

Profil der Ratsuchenden

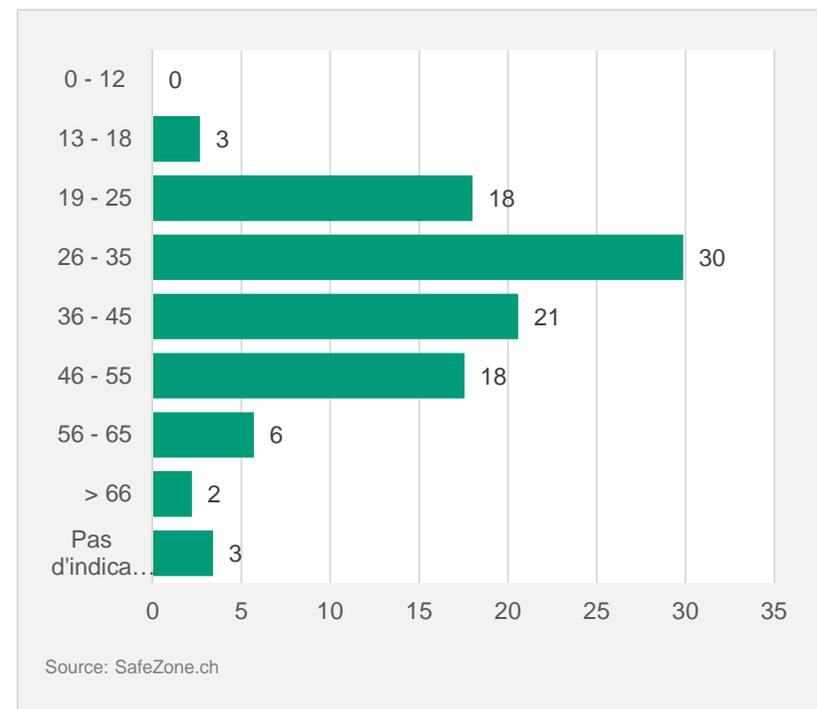
Studie «Anwendung von Wirkfaktoren in der Mailberatung» - Socialdesign im Auftrag des BAG, Sektion Prävention in der Gesundheitsversorgung

Breites, heterogenes Publikum erreicht

- **Geschlecht:** 60% weibliche und 40% männliche Ratsuchende
- **Sprache:** 95% kommunizieren in Deutsch, 5% in Italienisch
- **Alter:** 87% sind zwischen 19 und 55 Jahre alt
- **Profil:**
 - Direktbetroffene (48%)
 - Angehörige (46%)
 - Fachpersonen und Interessierte

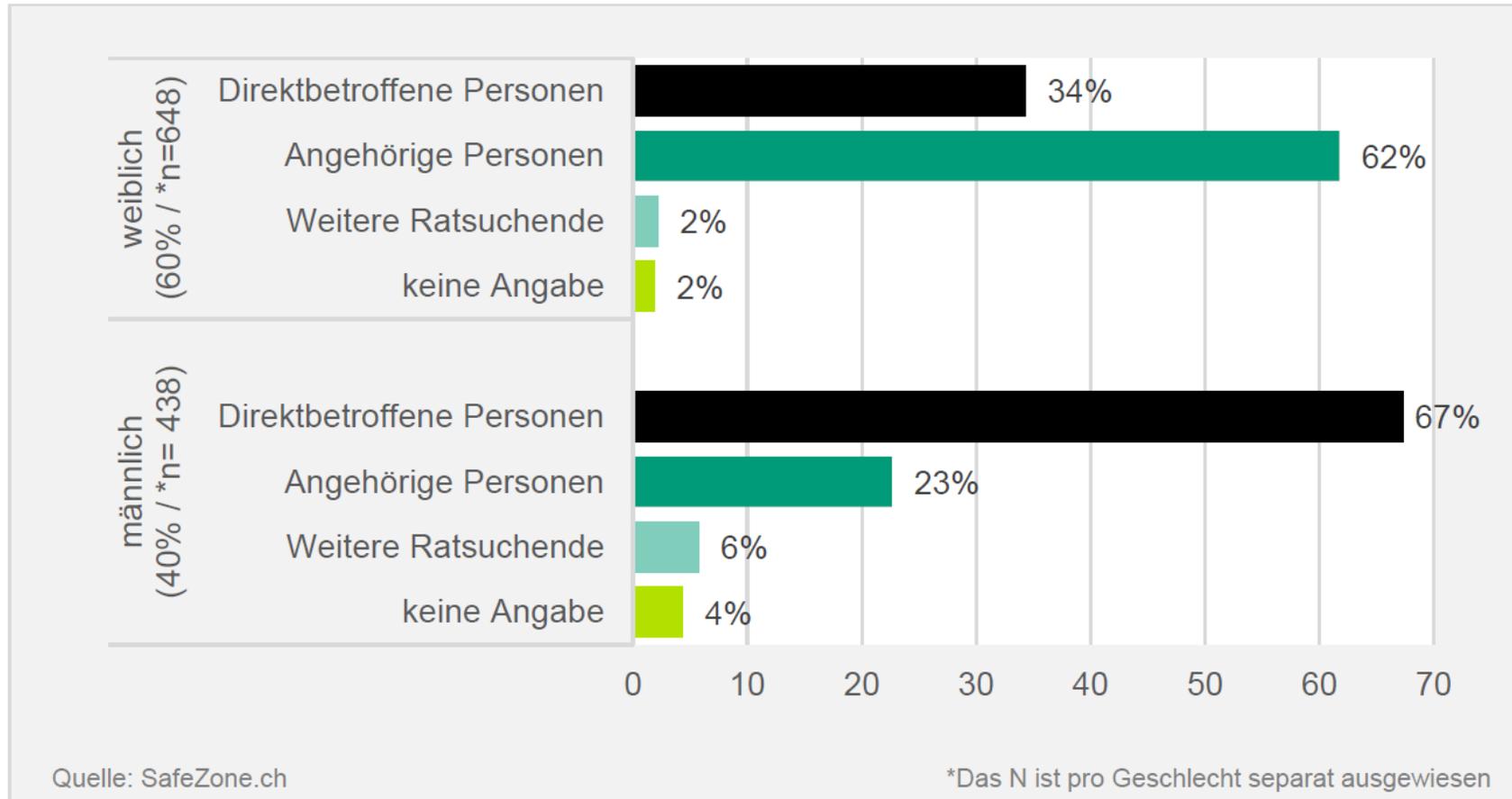
N=1'088 Mailberatungen (04.2014 – 07.2017, D/I)

- Quantitative Analyse (N=1'088)
- Qualitative Analyse (N=100)



Betroffenheit nach Geschlecht

Studie «Anwendung von Wirkfaktoren in der Mailberatung» - Socialdesign im Auftrag des BAG, Sektion Prävention in der Gesundheitsversorgung



Beratungsinhalte

Studie «Anwendung von Wirkfaktoren in der Mailberatung» - *Socialdesign im Auftrag des BAG, Sektion Prävention in der Gesundheitsversorgung*

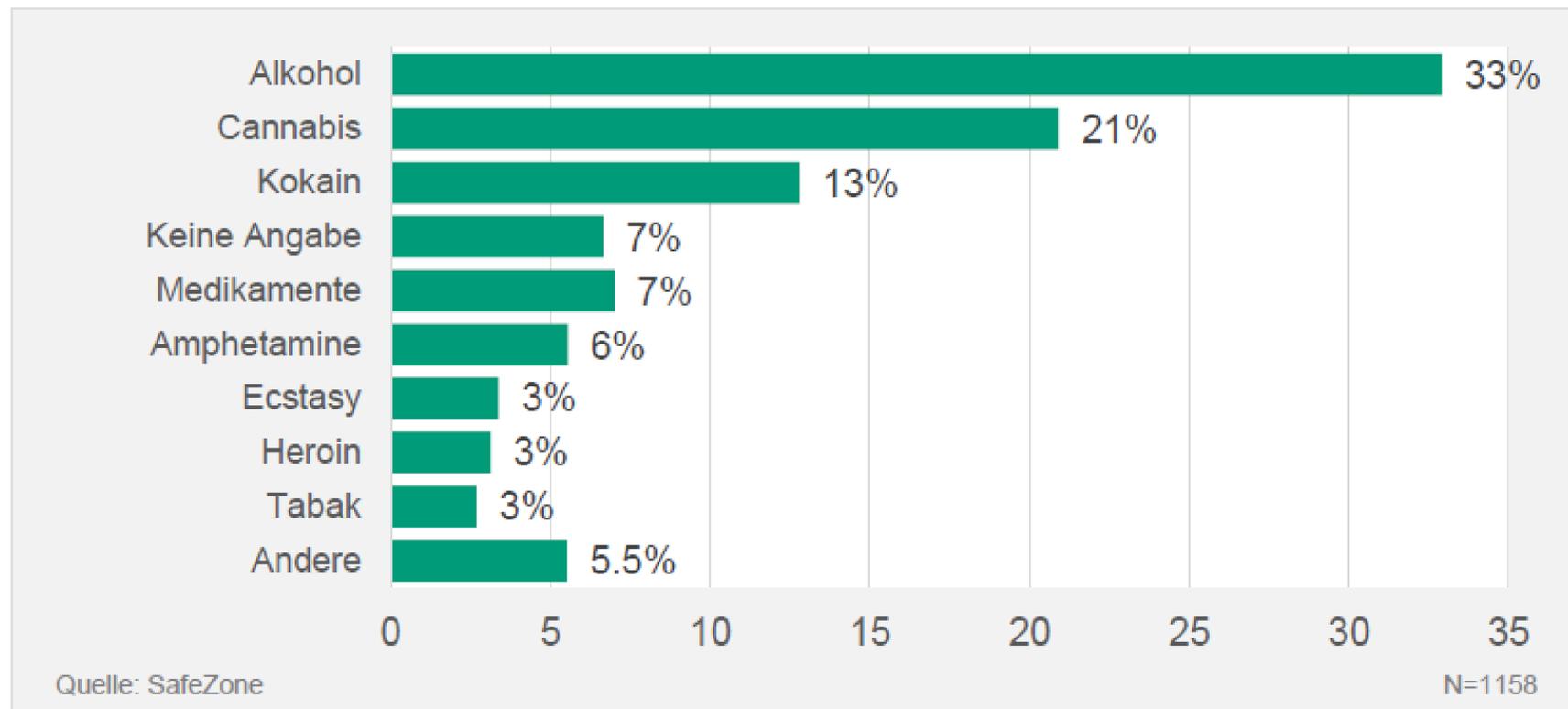
Breites Spektrum von sowohl **substanzgebundenen** als auch **substanzunabhängigen Suchtproblematiken** bearbeitet

Die Suchtproblematiken werden im Rahmen **erweiterter Lebenskontexte** thematisiert, z.B.

- gesundheitliche Probleme (40%)
 - Psychische gesundheitliche (27%)
 - Körperliche gesundheitliche (13%)
- Beziehungsprobleme (37%)

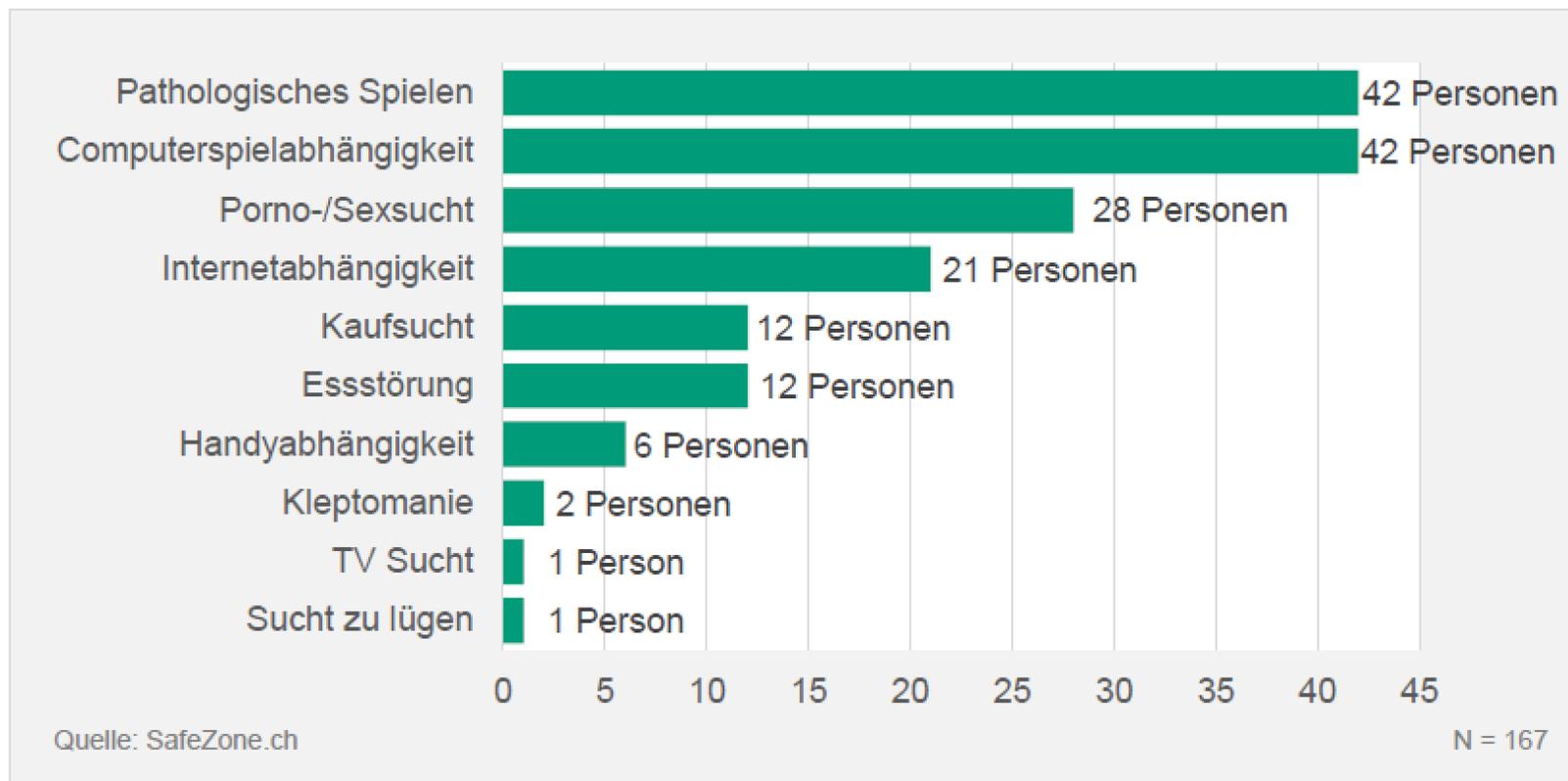
Beratungsinhalte: substanzgebundene Suchtverhalten

Studie «Anwendung von Wirkfaktoren in der Mailberatung» - Socialdesign im Auftrag des BAG, Sektion Prävention in der Gesundheitsversorgung



Beratungsinhalte: substanzunabhängige Suchtverhalten

Studie «Anwendung von Wirkfaktoren in der Mailberatung» - Socialdesign im Auftrag des BAG, Sektion Prävention in der Gesundheitsversorgung



Anwendung der allgemeinen Wirkfaktoren

Qualitative Analyse (N=100)

Studie «Anwendung von Wirkfaktoren in der Mailberatung» - Socialdesign im Auftrag des BAG, Sektion Prävention in der Gesundheitsversorgung

Ressourcen- und lösungsorientierten Beratungsansatz

Ressourcenaktivierung: Bezugspersonen, Beschäftigung inkl. Job, Freizeit und Interessen, Kompetenzen, Erfahrungen und Denk-/Handlungsmustern

Lösungsorientierung

- Fokus auf die Lösungsorientierung
- Aufzeigen alternativer Problemlösungswegen und Beispielen
- Aufzeigen von weiteren Unterstützungsangeboten und Grenzen von SafeZone.ch
- Nachfragen zur Annehmbarkeit des Vorgehens
- Ermutigung zum Verfassen weiterer Mail, definitive oder vorläufige Verabschiedung

SafeZone.ch - Kontakt



www.safezone.ch

www.facebook.com/SafeZone.ch



https://twitter.com/SafeZone_ch

www.safezone.ch/newsletter.html

Lucia Galgano – l.galgano@infodrog.ch
Infodrog – Schweizerische Koordinations- und Fachstelle Sucht
Eigerplatz 5 – 3000 Bern 14
+41 31 376 04 01
+41 31 370 08 78 (direkt)

Merci!

